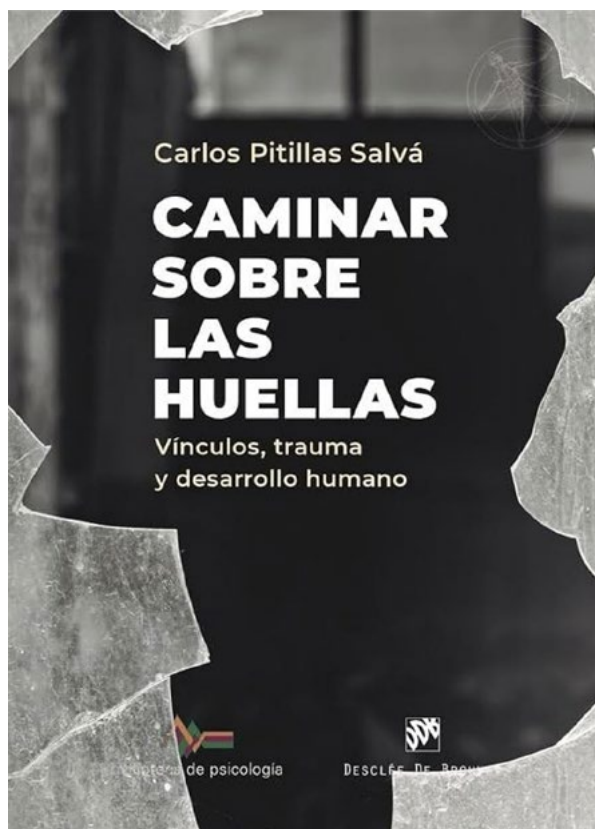


Pitillas, C. (2025). Caminar sobre las huellas: vínculos, trauma y desarrollo humano. Desclee de Brower. 378 páginas

Ignacio Serván García

Psicólogo Clínico. CEPA: Centro Especializado en Apego y Psicoterapia, España.



Los profesionales que nos dedicamos a la psicoterapia tenemos una alta *propensión psicológica* (Farber, 1985, 2005), es decir, un interés intrínseco en ir más allá de lo aparente y comprender el funcionamiento interno de las personas y las relaciones. Esta dimensión, que sostiene nuestra identidad profesional, supone un desafío tan apasionante como complejo ¿qué hay más complicado de entender que lo que nos hace ser quiénes somos? La tarea es ambiciosa y conlleva navegar en un mar de incertidumbre e inseguridad, como nos advirtió Paul Wachtel (1996), y ante este desafío son muchos los cantos de sirena que nos tientan para aferrarnos a miradas reduccionistas y promesas técnicas, abandonando la complejidad.

Como primera aproximación, podemos decir que “Caminar sobre las huellas” es un texto ambicioso en este sentido, nos propone una teoría general del funcionamiento humano que busca comprender desde su origen los patrones de continuidad experiencial, el *ser* de cada uno, que se repite y reactualiza en la interacción con los demás, entendiendo su constitución desde una perspectiva evolutiva y vincular (“somos en función de lo que hemos sido *con otros*”, p.20), concediendo especial importancia a los caminos que llevan al sufrimiento y la psicopatología.

Un gran mérito del texto es hacer comprensible la complejidad: la metaboliza, la ordena volviéndola accesible, y, finalmente, logra que su recorrido funcione como un organizador para el lector, clarificando y ordenando las reflexiones e intuiciones inconexas que conviven en la mente del terapeuta, y dando paso a un nuevo orden en la comprensión. En este nivel, se nota y agradece la experiencia como docente del autor, ya que, a pesar

Ignacio Serván García es Psicólogo Clínico, psicoterapeuta y supervisor acreditado por ASEPCO y FEAP. Director de CEPA: Centro Especializado en Apego y Psicoterapia.



Este es un artículo Open Access bajo la licencia CC BY-NC-ND.

del potente componente teórico del libro, su lectura resulta de lo más amena; cada concepto está ilustrado con viñetas clínicas de casos reales y, en numerosas ocasiones, con referencias culturales al cine y la literatura que permiten asimilar el contenido.

En cuanto a la teoría, nos movemos a niveles profundos. Carlos Pitillas es especialista en psicología evolutiva y desarrollos de riesgo, ha publicado junto a Ana Berástegui "Primera Alianza: fortalecer y reparar los vínculos tempranos" (2018) y en solitario "El daño que se hereda: comprender y abordar la transmisión intergeneracional del trauma" (2021), pero también es un apasionado de la psicopatología y psicoterapia. Su formación psicoanalítica amplia y rigurosa es la base de la propuesta, que toma las relaciones objetales como concepto central de la continuidad del ser y de la autoorganización, incorporando sobre esta plantilla desarrollos de distintas corrientes psicoanalíticas, desde las más clásicas hasta los intersubjetivistas más recientes. El texto también evidencia su curiosidad inquieta y su carácter autodidacta, incluyendo los desarrollos más actuales del mundo del apego, la psicología evolucionista, la personalidad y algunas pinceladas de neurociencias en una mirada original y fresca. El resultado es una integración profunda y armónica; así, por ejemplo y sobre la base psicoanalítica, el despliegue y la descripción del procesamiento de la experiencia incorpora muchos elementos del cognitivismo más reciente, y a nivel motivacional subyace una propuesta que entronca profundamente con las corrientes humanistas, evidente, por ejemplo, cuando nos insta a "escuchar todas esas subcorrientes históricas, relacionales e inconscientes que condicionan nuestro comportamiento allí donde nos jugamos lo que es más importante: el amor, la aceptación, el reconocimiento o la pertenencia a la comunidad humana".

Formalmente, el libro está estructurado en seis partes, más una séptima en la que ilustra la propuesta con el análisis de dos casos reales. Las tres primeras presentan el modelo general de funcionamiento que propone el autor, mientras que las tres siguientes se ocupan de los caminos y desarrollos de riesgo que están detrás del sufrimiento y la psicopatología, y son especialmente relevantes para los psicoterapeutas.

La primera parte está centrada en la descripción de la *mente interpersonal*, las estructuras de procesamiento que se originan en los vínculos. Explica su carácter adaptativo como estructura de predicción y reducción de la incertidumbre, desglosa sus componentes -la internalización de las relaciones significativas y los efectos en el procesamiento experiencial- y sus dinámicas de funcionamiento. En este punto cabe destacar cómo redefine la noción clásica del inconsciente adoptando una orientación interpersonal y evolucionista, y su influencia en tres dinámicas básicas: la tendencia a interpretar los eventos significativos a la luz de estos esquemas interiorizados, la tendencia a repetir los mismos esquemas relacionales en el presente y la constitución de defensas que generan procesos irónicos que conducen a la repetición de la escena que se trata de evitar.

La segunda parte está muy influenciada por los desarrollos de la teoría del apego, en ella se detallan los antecedentes evolutivos de la seguridad y la integración de la personalidad. El autor hace una interesante distinción entre los antecedentes interactivos -los aspectos más observables de la relación-, esenciales en el primer año de vida y pre-representacionales, y los aspectos intersubjetivos -especularización y mentalización-, que serán fundamentales para la integración de la personalidad a partir del segundo año. En este periodo crítico introduce con pertinencia el trabajo de Jessica Benjamin sobre la tensión entre identificación y reconocimiento, y su relación con la mutualidad, un tránsito evolutivo necesario hacia la intersubjetividad y las relaciones cooperativas. Concluye apuntando al origen de las malas resoluciones de este tránsito, a la dificultad de los progenitores para funcionar como *organizadores psíquicos*, en términos de Mary Ainsworth, producto de su propia historia de adversidad poco integrada, algo que retomará y expandirá en la segunda mitad del libro.

La tercera parte aborda quizá el proceso de mayor complejidad, la manera en la que las relaciones son internalizadas, es decir, el modo en que la experiencia se convierte en representación y simultáneamente estructura de procesamiento. Pitillas describe como transitamos desde lo singular hacia lo generalizado y desde lo preverbal hacia lo representado a través del lenguaje (¿lo simbólico?) y la fantasía (¿lo imaginario?), y en ese proceso utilizamos a los demás como espejo y modelo a través de los procesos de identificación. Esta múltiple y compleja experiencia puede resultar fragmentada y amenazadora para el sentido del self, de modo que necesitamos desarrollar procesos de integración adaptativos, que en esencia tienen que ver con el desarrollo de habilidades metacognitivas que permitan la integración dialéctica de representaciones y estados afectivos opuestos propios de las primeras etapas del desarrollo, pero también integrar los diferentes tipos de información acerca de la experiencia. En este punto cobran especial relevancia para un desarrollo sano la capacidad para regular la

activación, así como la actitud especular y mentalizadora por parte de los cuidadores. Cierra la tercera parte una muy breve síntesis de los mecanismos que operan tras la continuidad en el ciclo vital y la *compulsión a la repetición*: la funcionalidad, la familiaridad y congruencia, la continuidad vivencial y del sentido del self, y la agentividad y control que proporcionan nuestras estructuras de procesamiento, especialmente en historias traumáticas.

Si la segunda parte revisaba los antecedentes de la seguridad y la tercera describía el modo en que esas experiencias se interiorizan y crean modelos mentales teñidos interpersonalmente, la cuarta y quinta repiten ese mismo pasaje, pero específicamente centrado en los desarrollos de riesgo. En la cuarta se describen ampliamente las dificultades en la crianza, en gran medida como producto de la reactivación de la propia historia de crianza al ser padre o madre. Esta reexperimentación tendrá una influencia mayor y será más probable que se re-actúe si los escenarios pasados y sus vivencias nucleares no han sido elaborados, en el capítulo se describen claramente los mecanismos mediadores que influyen suspendiendo funciones básicas de la crianza y distorsionando la experiencia de modo defensivo. Así, se daría paso a configuraciones del apego inseguras-desorganizadas, que se propone puedan ser entendidas como estrategias auto-protectoras con carácter defensivo. La sección avanza adentrándose en un tema apasionante, los efectos en el desarrollo de las crianzas más distorsionadas que se resumen en una tabla de gran valor para el clínico, y termina atendiendo los efectos transgeneracionales de traumas y duelos no elaborados. Cabe destacar aquí la concepción propuesta de la relación entre inseguridad y trauma evolutivos dentro de un continuo: “Si el dolor en las relaciones asciende a grados insoportables o muy desorganizantes para el organismo, estamos en el terreno del trauma” (p.172).

Cuando se dan este tipo de distorsiones en la crianza, el paisaje mental y las capacidades de procesamiento que se construyen en el menor estarán poblados de fantasmas: atravesados por el peligro, con fantasías y creencias dañinas, con un funcionamiento rígido y/o fragmentado, y frecuentemente teñidos de agresividad, integrándose estos elementos de forma precaria en el self y dando lugar a un conflicto básico entre permitirse ser y protegerse, entre mostrar y esconder los distintos aspectos del self auténtico. En la quinta parte, tras la descripción pormenorizada de este panorama interno y vincular, el autor nos ayuda a formular en términos de conflicto, especificando los tipos de conflicto más habituales, la encrucijada que atrapa a muchos de nuestros consultantes.

Mantener un conflicto eternamente abierto, sin embargo, tiene un elevado coste personal. La principal función de las defensas es reducir ese gasto energético y mantenerlo en niveles tolerables, aún a costa de dificultar el acceso al núcleo del conflicto para favorecer su resolución. La sexta y última parte nos lleva a explorar el panorama defensivo de forma exhaustiva. La distinción y descripción de los dos mecanismos básicos -disociación y escisión- es brillante y muy necesaria en tiempos en los que la formación en psicopatología de los profesionales es bastante superficial. Se describe claramente la función de las defensas, su relación con la estructuración de la personalidad, y se hace un barrido excepcionalmente completo de los mecanismos defensivos que incluye las propuestas psicoanalíticas clásicas (defensas intrapsíquicas en su mayoría), las posiciones relacionales extremas asociadas a las relaciones objetales más significativas, las distorsiones en los procesos cognitivos (atención, memoria, función narrativa, etc.), y las defensas frente a la activación del sistema de apego basadas en la activación de sistemas incompatibles (defensa, cuidado, dominancia o sexualidad). Se especifica cómo el funcionamiento defensivo tiende a equilibrar, pero también a cronificar el conflicto nuclear, y se cierra con una descripción de la desorganización o derrumbe psíquico ante la caída del sistema defensivo, terminando de completar el mapa.

En su cuento “El Aleph”, J.L. Borges (1949) utiliza la letra hebrea Álef para describir un punto en el espacio que contiene todos los puntos, todos los lugares y todo el universo, una quimera tan imposible como atractiva. Me viene a la mente al concluir esta reseña porque lo que ofrece “Caminar sobre las huellas” es algo semejante, un compendio fundamentado, razonado, accesible y aplicable del amplio espectro de la experiencia humana en algo menos de cuatrocientas páginas. Una lectura que merece mucho la pena para cualquier profesional con un interés profundo en el funcionamiento humano y que, sin duda, se convertirá en un libro de consulta habitual en el despacho de cualquier psicoterapeuta abierto al conocimiento y deseoso de comprender mejor a las personas con las que trabaja.

Referencias

- Borges, J. L. (1949). *El Aleph*. Editorial Sur.
- Farber, B. A. (1985). The genesis, development, and implications of psychological mindedness in psychotherapists. *Psychotherapy*, 22, 170–177.
- Farber, B. A., Manevich, I., Metzger, J. y Saypol, E. (2005). Choosing psychotherapy as a career: Why did we cross that road? *Journal of Clinical Psychology*, 61(8), 1009-1031.
- Pitillas, C., y Berástegui, A. (2018). *Primera Alianza: fortalecer y reparar los vínculos tempranos*. Gedisa Editorial.
- Pitillas Salvá, C. (2021). *El daño que se hereda: Comprender y abordar la transmisión intergeneracional del trauma*. Desclée de Brouwer.
- Wachtel, P. L. (1996). *La comunicación terapéutica: principios y práctica eficaz*. Desclée de Brouwer.