

Apego y psicoterapia. Un paradigma revolucionario. (32017) Cortina, M. y Marrone, M. (Comp.). Editorial Psimática, Madrid, 593 páginas

Luis Manuel Estalayo Martín¹
Asociación Prisma, España



Algunas compilaciones corren el riesgo de parecerse en exceso a la criatura imaginada por Mary Shelley. Capítulos inconexos como trozos de un cuerpo sin sentido. No es el caso del texto que nos ocupa en este momento. Sus compiladores, Mauricio Cortina y Mario Marrone han sabido reunir a expertos de distintos países, construyendo un texto articulado lleno de sentido. No en vano son dos de los autores con mayor reconocimiento a nivel internacional en la investigación sobre el apego. Mauricio Cortina es miembro fundador de la RIA (Red Iberoamericana de Apego) y dirige el Centro de Apego y Desarrollo Humano en la Washington School of Psychiatry. Mario Marrone es miembro de la Sociedad Psicoanalítica Británica y miembro fundador de la IAN (International Attachment Network).

El libro está dividido en tres partes interrelacionadas. La primera incluye temas generales vinculados al apego. La segunda se centra en aplicaciones clínicas derivadas de la teoría del apego y la tercera presenta acercamientos evolucionistas y multimotivacionales a dicha teoría.

Dentro de los temas generales destaco la necesidad de precisar el concepto de apego dado que en los últimos años se está popularizando en exceso, siendo utilizado por profesionales de distintas disciplinas y no siempre con la rigurosidad que sería deseable. Este intento de precisión incluye la relación de la teoría del apego con los conceptos de intersubjetividad y mentalización.

En mi opinión esta necesidad de precisar el concepto es fundamental para que no se vulgarice ni simplifique.

Es cierto que dada la trascendencia de las investigaciones realizadas en relación al apego es esperable e incluso deseable que interese no solo a profesionales de la salud mental, sino también a aquellos vinculados a inter-

¹ Luis Manuel Estalayo Martín es Doctor en psicología. Psicoanalista. Asociación Prisma. Madrid. www.estalayopsicologo.com



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

venciones psicosociales y educativas, y a la población en general. Pero no es menos cierto que esta necesaria divulgación no debiera implicar una malinterpretación del concepto que limite su potencial teórico y práctico.

En este contexto de clarificación conceptual el apego queda definido como una motivación básica del ser humano que alude a la necesidad de establecer y mantener vínculos afectivos específicos y duraderos con otros seres humanos cuya función sería la protección y el cuidado ante los estresores que se presenten. La trascendencia de esta motivación es tal que M. Cortina y M. Marrone consideran que supone un nuevo paradigma. Paradigma que se fundamenta tanto en una base observacional profunda y sólida como en la evolución y la etología, que es una teoría vincular y de sistemas, y que supone una concepción nueva del desarrollo humano. Un nuevo paradigma que sustituye al modelo pulsional freudiano, obligando a conceptualizar de manera distinta las nociones fundamentales del psicoanálisis.

El texto también expone con meridiana claridad los tipos de apego que las observaciones e investigaciones han establecido hasta el momento (seguro, evitativo, ambivalente y desorganizado) así como sus vinculaciones con distintas facetas relevantes del ser humano: capacidad adaptativa, condiciones psicopatológicas, relación de pareja y sexualidad. Queda clara la relevancia del apego en el desarrollo de aspectos trascendentes para el sujeto.

Otro aspecto que me parece especialmente destacable de los tratados en la primera parte del texto es el que alude al vínculo terapéutico, describiendo y analizando cómo operan en el mismo los sistemas de apego tanto del paciente como del profesional. En este contexto se destaca la constatación de que los modelos operativos internos se pueden ir modificando a través de la relación terapéutica, almacenándose los cambios producidos en distintos tipos de memoria, de tal manera que se desactiva la posibilidad de esgrimir discursos deterministas o catastrofistas en este tema. Es cierto que el tipo de apego que se establezca correlaciona con numerosos aspectos del crecimiento y se instala como patrón relacional, pero también lo es que se puede modificar. Es precisamente al análisis de esta posible modificación a la que se dedica la siguiente parte del libro.

La segunda parte del texto, la que indicamos que está dedicada a las aplicaciones clínicas de la teoría del apego, se inicia destacando tres contribuciones fundamentales a las psicoterapias de orientación psicoanalítica: 1. Las motivaciones inconscientes derivadas de las historias de apego; 2. Las operaciones defensivas más o menos adaptativas vinculadas a las mismas y 3. Las expresiones que se derivan de estas historias vinculares en el campo transferencial.

Es trabajando estos aspectos que las intervenciones psicoterapéuticas pueden producir cambio en el vínculo de apego, en distintos pacientes y contextos de intervención: clínica infanto-juvenil, terapia familiar, grupal, multifamiliar, psicopatología severa.

De todos estos aspectos que aborda el texto, me parece especialmente importante el dedicado a la clínica con niños porque supone un cambio de praxis muy relevante que, aunque se viene produciendo hace años en amplios sectores de la clínica aún no se ha generalizado suficientemente en todas las psicoterapias de orientación psicoanalítica, como si algunos psicoanalistas no quisieran o no pudieran incorporar en sus prácticas los descubrimientos que la ciencia va aportando. En mi opinión, en la clínica con niños es trascendente formular como unidad diagnóstica y terapéutica la relación entre padres e hijos. Considerar a un niño como "paciente" individual, aislado de su entorno, es desconocer los avances desarrollados por distintos campos del saber en los últimos años (psicoanálisis relacional, neurociencia, psicología cognitiva y del desarrollo, teoría de sistemas) y, en consecuencia, implica el riesgo de realizar encuadres iatrogénicos.

Algo parecido podría decirse de las aplicaciones específicas para pacientes con trastorno mental grave, donde el apego juega un papel fundamental para crear una base segura y una necesaria alianza terapéutica. En este momento no se justificaría otro tipo de praxis que se relacionara con estas personas sin tener en cuenta las aportaciones de la teoría del apego.

Otro aspecto especialmente relevante en el contexto de la práctica clínica alude a la necesaria reflexión sobre la salud del profesional y cómo puede verse afectada a nivel psicofísico en el desempeño profesional. Creo que este tipo de reflexión debiera ser permanente en todos los que nos dedicamos a distintos tipos de intervenciones clínicas, siendo recomendable contar con espacios de reflexión que colaboren al análisis y elaboración de esta realidad y ayuden a prevenir sus consecuencias negativas. Es en este contexto donde la formación permanente, la terapia personal y la supervisión de casos cobran toda su importancia.

Finalmente, la tercera parte del libro es básica desde mi punto de vista en tanto que alguno de sus capítulos ressignifica todas las aportaciones anteriores. En este apartado se describen y analizan aproximaciones multimotivacionales a la teoría del apego, bien sea partiendo de investigaciones empíricas sobre el proceso de cambio en psicoterapia, (basadas en las aportaciones de Liotti y Monticelli, 2008); o bien, analizando el Enfoque Modular Transformacional de Hugo Bleichmar. Examinando alguna de las múltiples contribuciones de estos autores, se señalan distintos sistemas motivacionales que junto al apego complejizan la realidad del ser humano: sistema de dador de cuidados, sistema sensual/sexual, de cooperación, de afiliación y juego, sistema narcisista, sistema de hetero-autoconservación o de regulación psicobiológica, por citar alguno de los más relevantes. Entre todos estos sistemas se van a dar distintas relaciones de conflicto o complementariedad participando en la configuración de aspectos nucleares del sujeto: representaciones de uno mismo y de los demás, recursos yoicos, deseos, ideales, defensas, temores, etc.

La consideración del apego junto a otros sistemas motivacionales es básica para no correr el riesgo de valorar en exceso, casi en exclusividad, la importancia del apego en el crecimiento del ser humano. Es innegable la trascendencia de este sistema motivacional, tanto que se justifica hablar de un nuevo paradigma, tal y como proponen M. Cortina y M. Marrone. Pero sin perder de vista otros sistemas motivacionales que complejizan la realidad intra e intersubjetiva, al interactuar entre ellos de manera muy compleja.

En conclusión, “Apego y psicoterapia” es un texto de múltiple interés para psicólogos clínicos y psicoanalistas, pero también para profesionales de la intervención psicosocioeducativa, docentes, y cualquier persona interesada en el crecimiento humano sano y en el análisis científico de aspectos que correlacionan con mayores índices de salud/enfermedad tanto a nivel individual como grupal y comunitario.

En este sentido sería deseable que este tipo de reflexiones pudiera llegar a interesar a personas con capacidad de incidir en políticas sociales. En efecto, si el cuidado respetuoso de la infancia fomenta una adaptación activa a la realidad y colabora en la prevención de distintas psicopatologías tanto a nivel individual como comunitario, sería conveniente un cambio de políticas en pro de la infancia que incluyera los hallazgos promovidos por las investigaciones sobre el apego, tal y como ya priorizara el propio Bowlby.