

El vínculo de Apego en la Infancia como procesador de la Regulación psicobiológica.

Por Sergio Cánovas Cuenca

Podemos ver "La gran ola de Kanagawa" de Katsushika Hokusai.



Lo que puede verse en la imagen es una tablilla confeccionada de acuerdo a los gustos de la cultura japonesa. Se denominan ukiyo-e.

Son reproducciones en madera que eran populares y tenían un costo asequible. Creo que podríamos decir que era arte popular, como esos cuadros que a veces se encontraban en los cuartos de estar de algunas casas españolas con un paisaje bucólico de vida animal en un idealizado bosque.

Se pintaron entre los siglos XVII a XIX y fueron dados a conocer como consecuencia del interés que mostraron algunas personas que resultaron ser relevantes en la cultura occidental como Monet y Van Gogh.

La tablilla que puede verse es una representación de *La gran ola de Kanagawa*, del artista Katsushika Hokusai.

La *gran ola de Kanagawa* forma parte de una serie de *36 vistas del monte Fuji*, esta tablilla es solo una vista más. Hokusai tiene otros grabados de temática y títulos parecidos, con una disposición diferente de los elementos que componen la tablilla: monte Fuji, barcas, aves, etc.

¿Pero qué hace esto aquí? ¿Qué tiene que ver con los vínculos de Apego?

Esta representación constituye la portada de un libro de Philip M. Bromberg que se denomina *La sombra del Tsunami y el Desarrollo de la Mente Relacional*. Está

aquí porque lo que estudian las teorías del Apego es el desarrollo de la mente en el contacto con los demás, con las figuras de apego. Es decir, que el desarrollo de la mente es siempre un desarrollo relacional ya que sin figura de apego no hay vida para el sujeto humano.

Bromberg es un psicoanalista y los psicoanalistas que trabajan con el paradigma relacional ven en la obra de este autor una manera de fundamentar fenómenos de la clínica. Cosas que pasan en las terapias. Y cosas que pasan en los pacientes.

El libro está dedicado a los *enactment* y aunque ahora no nos podemos centrar en eso ya que es un asunto psicoanalítico avanzado y no tiene lugar aquí, si hay que decir que es *un fenómenos disociativo*.

La palabra *enactment* se puede traducir como *escenificación* y es un fenómeno de la transferencia y para resumir diré que se trata de un fenómeno inconsciente que atrapa a paciente y terapeuta mientras la terapia tiene lugar y en el que paciente y terapeuta se ponen inconscientemente de acuerdo en no enfocar en algún aspecto que *estaba en ciernes de hacerse consciente* y que el psicoanalista puede experimentar como una incomodidad a partir de la incongruencia del paciente entendida como el desacuerdo entre la forma y el fondo, entre lo que se dice y cómo se dice.

Pues bien. Es tirando del hilo de esta incomodidad, si el psicoanalista se da cuenta, y poniendo dicha incomodidad en común con el paciente, el modo como se puede conducir la situación a centrarse en algún asunto esquivado y que está lleno de angustia, razón por la cual paciente y terapeuta se ponen de acuerdo en evitarla si el terapeuta no está avisado.

La angustia es la ola y el paciente ha entrevisto la sombra de esa *ola* como un Tsunami.

En ese mismo libro se puede leer una introducción de un autor que podríamos decir, milita en el neuropsicoanálisis, que es un investigador en neurociencia y que aporta sus conocimientos de neurociencia apoyando los conocimientos psicoanalíticos, sobre todo los que están relacionados con el papel que juegan las emociones en las relaciones humanas y de una manera particular en los vínculos de apego. Este autor subraya principalmente el papel de la Regulación Emocional en los vínculos de apego.

La importancia del papel de la regulación emocional en los vínculos tempranos de apego no fue expresamente enfatizada en las primeras aportaciones de la Teoría del Apego, pero en mi opinión, **esta cuestión de la regulación emocional constituye el aspecto central de la importancia de las teorías del Apego** algo que es fácil afirmar cuando se conocen tanto la teoría de la Regulación como las teorías del apego, aunque sea de una manera básica, y cuando se adopta una postura consiliente.

Lo cierto es que desde la T. del Apego no parece que exista una Teoría de la Regulación y viceversa.

No obstante, el trabajo de Allan Schore es de alguna manera una forma de infiltrar las teorías del desarrollo, la neurociencia, las teorías del trauma, la teoría de la traumatización en el desarrollo y la teoría y práctica del psicoanálisis relacional, y nos permite dar una ubicación psicobiológica al fenómeno tan importante de la disociación en la clínica y en las terapias ya que la disociación se produciría cuando

el sujeto experimenta una situación como la que se representa en el cuadro de *la gran ola de Kanagawa*.

Esta cuestión de la *díscociación*, Schore la pone en primera línea motivacional en los avatares de la vida de las personas, pero también la *seguridad*, el sentimiento de estar seguro, que es lo que el niño obtiene mediante el vínculo de apego.

Los trabajos en neurociencia de Schore se dirigen a aportar conocimiento psicobiológico de la importancia de la seguridad ante la amenaza y en ese sentido la importancia de la seguridad en el funcionamiento neuronal es confluyente con las aportaciones de las Teorías del Apego.

Este asunto de la seguridad, de la necesidad de seguridad, es una cuestión que no se encuentra bien reflejada en la mayoría de los paradigmas conocidos con los que hacemos terapias como por ejemplo el Psicoanálisis clásico o la Teoría Cognitiva y sin embargo ocupa un lugar muy privilegiado en el funcionamiento de nuestro Sistema Nervioso, en nuestro día a día. Quizás esto explica la importancia que tiene la angustia como señal que nos prepara para defendernos y manejarnos en el día a día. Si Freud en una primera formulación habla de pulsiones de conservación y pulsiones sexuales habría que decir que este enfoque no privilegia las pulsiones sexuales sino las *pulsiones de conservación o del yo*.

La Neurociencia viene a apoyar este aserto cuando afirma la existencia de tres cerebros, uno de ellos dedicado a recoger la información (Troncoencéfalo) y luego reunirla en el Tálamo, y cuando señala la importancia de la Neurocepción, es decir, la evaluación por parte del Sistema Nervioso de forma permanente y por debajo de la conciencia de la **seguridad o amenaza** que se siente.

También viene a dar la razón a la teoría Polivagal de Stephen Porges que explica una versión diferente del sistema nervioso autónomo que está teniendo una aplicación enorme en las psicoterapias basadas en la neurociencia y según la cual la *díscociación* se corresponde con un movimiento del sistema nervioso autónomo como **defensa extrema y de urgencia** ante un montante de angustia que se desata en forma excesiva: to much.

Volviendo a la tabla de *La gran ola de Kanagawa* y a su relación con las Teorías del Apego queremos indicar que, en el apego desorganizado, o dicho de otro modo, en la **Traumatización en el Desarrollo**, se genera una pauta desregulada de contención emocional, en la que la emoción, concretamente el miedo, la experiencia que muestra que no estamos seguros, se viviría como un exceso que desborda llevando al desamparo. Se trataría de una experiencia emocional que como un tsunami sobrepasaría al sujeto desbordándole y haciéndole sentir sin protección ante dicha experiencia y **sin posibilidad de procesar** lo que con dicha emoción se estaría sintiendo.

Para entender la importancia de lo que digo, sería oportuno saber que en la clínica podemos trabajar con el **modo de procesamiento** y con **los contenidos** subjetivos expresados, consciente o inconscientemente.

Al referirnos al desbordamiento y a la falta de regulación emocional, del mismo modo que al referirnos a la experiencia traumatizante, **nos referimos a los modos de procesamiento, no tanto a los contenidos cognitivos**, es decir, no nos referimos principalmente a las fantasías, recuerdos, pensamientos, y todo aquello que puede llegar a ser expresado con palabras. Nos referimos al modo de

procesamiento **en los que una experiencia es vivida, experienciada**, convertido en algo que deja una huella y que fue procesado con su **memoria procedimental**.

Una emoción desbordada, un tsunami emocional, es una experiencia a la que nos enfrentaremos principalmente **intentando posibilitar que pueda ser experienciada, somática y mentalmente**.

En la ola, en **el proceso desregulado que culmina con disociación**, se trataría del poder retraumatizante de dicha emoción desregulada, al ocurrir en un sujeto que **no la puede experimentar y mantener en su conciencia**. Por tanto, se trata de una experiencia emocional que reúne todas las características de *lo traumático*, es decir, aquello que es excesivamente intenso, completamente inesperado, demasiado rápido. *To much...* Demasiado y que conlleva la experiencia de impotencia y desamparo ante dicha experiencia como Freud señaló.

Esta experiencia de desbordamiento la podemos tener con acontecimientos del mundo externo y con vivencias del mundo interno como cuando la emoción puede llegar a nuestra conciencia como un tsunami o como una gran ola, y entonces, de no existir un vínculo o la experiencia de un vínculo que ayude en dicho procesamiento, en ese momento, se produce la disociación y en el caso de estar en terapia, a veces, un fenómeno de la disociación como son los enactments.

Situaciones de este tipo en la que el sujeto podría ser **sobrepasado** por sus emociones se encuentran en pacientes que han vivido experiencias para cuya denominación ya hay consenso: **Traumatización en el desarrollo**, cuando han tenido lugar en la infancia, es decir, aquellas experiencias de abandono, negligencia, maltrato psicobiológico o emocional que han sido sentidas en los vínculos de apego, en la infancia, y se han producido durante un tiempo prolongado. Se trata de experiencias en las que las personas que deben cuidar del niño, la persona a la que el niño se dirige cuando necesita cuidado y protección, es la misma que **lo abandona, no se presta como alguien disponible** y la persona que a la vez **lo atemoriza** y asusta, en vez de calmarlo y consolarlo. Se trata de esos vínculos que la investigación cuantifica en alrededor de un 5% de las crianzas que se llaman vínculos de **Apego Desorganizado** y a los que podemos referirnos como crianzas de maltrato.

La importancia que le otorgo a las Teorías del Apego tiene que ver con el hecho de enfocar la traumatización en el apego y las consecuencias clínicas en la vida adulta.

La clínica de la traumatización en el desarrollo, es decir, la clínica en adultos de quienes han tenido un apego traumático en la infancia es la clínica de los Trastornos de Personalidad tales como el T. Límite, los trastornos de personalidad evitativa, Los T. de la Alimentación, las Adicciones, y ese tipo de apego se denomina Apego Desorganizado-Desorientado, uno de los cuatro tipos de apego que se han investigado en los primeros años por los pioneros de la primera y segunda generación de investigadores en el apego.

En Psicoanálisis los conocemos como Trastornos Borderline o Trastornos de Déficit, es decir, se trata de problemáticas traumáticas en la primera fase de la vida y en la que está subrayado, no tanto la vida inconsciente, como la vida bajo una muy frecuente **sensación de amenaza** y la falta de oportunidad de crecer en un **marco de seguridad** que hubiera permitido el desarrollo de capacidades y de atención a las necesidades, que como veremos es la condición para un desarrollo adecuado de

conexiones cerebrales que se conviertan en la base del resto de la experiencia de vida.