

LOS MODOS PREMENTALES, LOS APEGOS INSEGUROS, LA MUTUALIDAD Y LA INTIMIDAD

(Discusión de las aportaciones del Prof. Fonagy)¹

Juan José Martínez Ibáñez²

SEP-IPA, IPR, IARPP, IAN

La mente es un proceso, cognitivo y afectivo, que emerge del sistema nervioso, del cerebro y de las relaciones, y que tiene la función de regular el flujo de energía y de información. De modo que este proceso se inicia desde el nacimiento, en una situación muy particular, que es la de la intimidad con alguien que cuidará de ese bebé. Así es como comienza nuestro desarrollo mental. En ese encuentro intersubjetivo se van desarrollando en la mente del bebé, unos modelos operativos internos que de esa manera conforman los funcionamientos mentales inconscientes, que nos acompañarán toda la vida. Pero en esos encuentros intersubjetivos, el papel de la mutualidad es fundamental para poder lograr que esa mente tenga un desarrollo adaptativo. El que un niño pueda tener o no un desarrollo adaptativo, dependerá de cómo la mente de la figura de apego conecte intersubjetivamente, a través de la capacidad mentalizadora o reflexiva, con su mente. Si la mutualidad aparece, entonces se podrá pasar de la interacción a la relación propiamente dicha. De modo que para que exista una relación el papel de la mutualidad además del de la intimidad, serán los decisivos. Y la mentalización es la herramienta principal para poder lograr ese desarrollo.

Palabras clave: Mentalización, Apego, Mutualidad.

The mind is a cognitive and affective process that emerges from the nervous system, and relationships, and has the function of regulating the flow of energy and information. So this process starts at birth, in a very particular situation, which is that of intimacy with someone who will take care of that baby. This is how our mental development begins. In that intersubjective encounter it starts to develop in the baby's mind some inner operational models which in that way will conform the unconscious mental functions, that will accompany us throughout life. But in those intersubjective encounters, the role of mutuality is essential to achieve that the mind has an adaptive development. If a child can have or not an adaptive development will depend on how the mind of the attachment figure connects in an intersubjective way through the capacity of mentalizing or reflexive, with his/her mind. If mutuality shows up, then it could pass from interaction to the actual relationship. Therefore, in order for a relationship to exist, the role of mutuality, in addition to intimacy, would be decisive. Mentalization is the principal tool in order to achieve that development.

Key Words: Mentalization, Attachment, Mutuality.

English Title: The pre-mental modes, the insecure attachments, mutuality and intimacy (Discussion to Prof. Fonagy contributions)

Cita bibliográfica / Reference citation:

Martínez Ibáñez, J.J. (2016). Los modos pre-mentales, los apegos inseguros, la mutualidad y la intimidad (Discusión de las aportaciones del Prof. Fonagy). *Clínica e Investigación Relacional*, 10 (3): 630-648. [ISSN 1988-2939] [Recuperado de www.ceir.info] DOI: 10.21110/19882939.2016.100302

¹ Leída como contribución a la discusión de las aportaciones del Prof. Peter Fonagy en las IV Jornadas de Psicoanálisis Relacional: MENTALIZACIÓN, Salamanca, 28 y 29 de Octubre de 2016.

² Psicoanalista. Ejerce en Sevilla (Centro de Psicoterapia Giralda, Centro Asociado del Instituto de Psicoterapia Relacional) y en Londres. Vicepresidente de IARPP-España. Dirección de contacto: juanmrtnz57@gmail.com

Es para mi un verdadero placer presentar este artículo, junto a Peter Fonagy, una persona a la que considero un creador, un pensador. El concepto de mentalización, que es uno de los que ha creado, debería estar en la lista de las herramientas más importantes que cualquier psicoterapeuta debería tener para desarrollar su trabajo. Es muy importante destacar que siendo miembro de la Asociación Psicoanalítica Internacional, y además un miembro importante, no haya cejado en seguir investigando sobre los temas mentales de los seres humanos, a pesar de que las instituciones psicoanalíticas clásicas, en su mayoría, siguen encerradas en su torre de marfil, impenetrables a los avances de la ciencia.

El artículo que voy a presentar, tiene como guía uno de los aportes más significativos, además del de la mentalización, que son los modos pre-mentales. Considero que todo psicoterapeuta debería tener en cuenta las características de estos funcionamientos prementales, ya que son los predominantes en todos los pacientes que llegan a nuestras consultas.

Pero estas reflexiones que voy a compartir con todos vosotros, si bien tienen a la mentalización como tema central, la voy a hacer dando algunos aportes personales que vienen de mi práctica diaria con los pacientes y está fundamentada por las investigaciones en otras áreas de la ciencia. Partiré desde un punto que es para mi fundamental que es la definición de la mente. Para luego continuar con los diferentes patrones de apego, sobre todo el apego inseguro desorganizado. Introduciré una idea de Daniel Stern (1998) sobre la relación, teniendo en cuenta el rol de la intimidad y de la mutualidad, para luego comprender los modos pre-mentales desde esta óptica. No me detendré en algunos de estos temas de manera exhaustiva y minuciosa, porque no tengo el tiempo para hacerlo.

UNA DEFINICIÓN DE LA MENTE

¿Por qué no tenemos una definición de la mente? Cuando vemos otros campos del conocimiento, todos parten de un punto central que es la definición de su tema de estudio. Nosotros, los que nos consideramos trabajadores de la salud mental, carecemos de una definición de la mente. Lo que si ha habido son intentos de describirla, como hizo Freud cuando elabora la primera tópica del aparato psíquico, estableciendo los mecanismos consciente, preconsciente e inconsciente, y la segunda tópica o estructural del aparato psíquico cuando define al Yo, al Superyo y al Ello. Pero estas nos son más que meras descripciones. Otra descripción que perdura todavía es la que dice que la mente es el cerebro. Pero hasta ahora no ha habido una definición de la mente.

Las recientes investigaciones que vienen de un conjunto de disciplinas científicas, nos brindan unos conocimientos, que nos permiten lograr una mejor comprensión del funcionamiento mental de los seres humanos. Éstas nos dan muchos puntos de vista de cómo la mente funciona, aportándonos conocimientos en profundidad, y desde distintas perspectivas de la experiencia humana. Por ejemplo, la neurociencia nos puede informar,

acerca de cómo el cerebro da lugar, a procesos tales como la memoria, y la percepción. La psicología del desarrollo, nos da un punto de vista, sobre cómo la mente de los niños, crece dentro de una familia, con el paso del tiempo. La antropología nos da conocimientos, acerca de cómo las experiencias relacionales, y los patrones de comunicación, dentro de las diferentes culturas, forman el desarrollo de la mente. La sociología, nos puede dar el conocimiento, de cómo se han desarrollado las emociones, a lo largo de la evolución social del ser humano. Los descubrimientos epigenéticos han dejado atrás a los descubrimientos genéticos. Esta nueva ciencia revela que la información que regula la biología comienza con "señales ambientales" que, a su vez, controlan la unión de las proteínas reguladoras al ADN. La historia del control epigenético es la historia de cómo las señales del entorno controlan la actividad génica. Los principios de la mecánica cuántica resaltan la supremacía de los campos de energía en su influencia sobre la materia. En consecuencia, la materia del Universo se organiza mediante cierta información, representada como patrones de energía contenidos en el campo. El psicoanálisis relacional, nos da un punto de vista clínico, de cómo los individuos pueden sufrir las perturbaciones emocionales, que de manera profunda, alteran el curso de sus vidas.

Todas estas investigaciones, nos van confirmando que la mente surge de la sustancia del cerebro, y es modelada por nuestras comunicaciones, dentro de las relaciones interpersonales, de las relaciones intersubjetivas. A menudo estas disciplinas científicas, funcionan de manera aislada unas de las otras, pero siempre arrojando luz sobre este campo de estudio, que no es otro que conocer cómo funciona la mente humana en las diferentes etapas de la vida.

Yo propondré, teniendo en cuenta algunos aportes de Daniel Siegel, (2012), una definición de la mente, que nos permitirá poder entendernos a todos. Dice dicho autor que: "un aspecto central de la mente, es que procesa de manera relacional, y corporal, el flujo de energía y de información". El flujo de energía y de información, es lo que compartimos las personas dentro de una cultura, y este flujo, es lo que podemos medir en los sujetos, a través de un scanner. En esta definición operativa, está resumida la idea central, que la detallaríamos en tres principios fundamentales:

1. Un aspecto central de la mente humana, es que es un proceso relacional (intersubjetivo) y corporal, que regula de manera cognitiva y afectiva, el flujo de energía y de información, dentro del cerebro, y entre los cerebros.
2. La mente, como una propiedad emergente del cuerpo, y de las relaciones, es creada a través de los procesos neurofisiológicos internos, y las experiencias cognitivas y afectivas, relacionales. En otras palabras, la mente es un proceso que emerge, bien desde el sistema nervioso, y se extiende a través del cuerpo entero, como también, desde los patrones de comunicaciones que ocurren dentro de las relaciones.
3. La estructura y la función del desarrollo de la mente, está determinada por cómo las experiencias cognitivas y afectivas reales, de la vida real, especialmente las que

ocurren en las relaciones interpersonales íntimas y mutuas, modelan la maduración programada genéticamente del sistema nervioso.

Para decirlo de manera más simple, las conexiones mentales humanas, a través de las experiencias cognitivas y afectivas reales interpersonales íntimas y mutuas, modelan las conexiones nerviosas, y esta relación, contribuye a la creación de la mente de cada uno. Las relaciones interpersonales, y las redes neuronales juntas, modelan la mente. La mente es más que la suma de las partes; es la esencia de lo emergente. Tenemos que aceptar que la mente, es algo más que una actividad que realiza el cerebro.

La mente, -los procesos reguladores cognitivos y afectivos, que crean patrones en el flujo de energía y de información- puede ser descrita, como emanando en parte, pero sólo en parte, desde la actividad de las neuronas. Tener en la mente, la idea de que ésta depende sólo del cerebro, es limitar mucho la concepción de la mente. Los seres humanos nos hemos desarrollado para ser seres sociales, y los procesos mentales son un producto, tanto de nuestras conexiones neuronales internas, como de las conexiones interpersonales con los otros. Si no tenemos esto en cuenta, nos resultará fácil deslizarnos hacia el modo lineal de pensar, creyendo que la mente es solamente la actividad de nuestro cerebro.

Aprender acerca del aspecto regulador de la mente, nos capacita para ver más profundamente, las formas en que la mente se desarrolla, ver los cambios en el cerebro, y ver cómo las interacciones y las relaciones evolucionan con el tiempo. Cuando estos elementos actúan, generan como hemos dicho anteriormente, huellas en el cerebro. Esas huellas son también conocidas como los Modelos Operativos Internos, un aporte de John Bowlby (1998), o como el Conocimiento Relacional Implícito según el grupo de Boston (Lyons-Ruth, K. et al., 1998)).

Estos modelos, o dicho de otro modo, la mente, el cerebro y las relaciones, pueden ser intencionalmente movidas hacia la salud. Estos modelos de vida saludable, implican la integración de la energía, y de la información, dentro del sistema nervioso, y entre las personas. La integración, es el principio organizador, que vincula la forma en que el flujo de energía, y de información, es compartido (relaciones), es modelado por los mecanismos del sistema nervioso encarnado (embodied) o dicho simplemente, el cerebro, y es regulado (la mente).

Las interacciones interpersonales o intersubjetivas, pueden inhibir esta tendencia a integrar las experiencias coherentes y las relaciones intersubjetivas pueden facilitar la tendencia a integrarlas. Las relaciones tempranas en la vida, pueden modelar las estructuras neuronales que crean representaciones de la experiencia, y permitir un punto de vista coherente del mundo. Las experiencias reales intersubjetivas, directamente influyen, sobre cómo nosotros construimos mentalmente la realidad.

EL APEGO Y LA INTERSUBJETIVIDAD

LA TEORÍA DEL APEGO

La teoría del apego es un concepto desarrollado por John Bowlby (1998), un psicoanalista británico, que puso lo emocional, en primer término de la relación humana, antes que la alimentación y la sexualidad, características del modelo psicoanalítico tradicional. Como dice Marrone (2001) "Bowlby llegó a la conclusión de que la tendencia del niño a formar un vínculo fuerte y fundamental con una figura materna, forma parte de una herencia arcaica, cuya función es la supervivencia de la especie (la protección frente a los depredadores en el contexto de la adaptación evolutiva), y que esta tendencia es relativamente independiente de la oralidad o de la alimentación" (p. 23). Si bien la teoría del apego ha sido propuesta por un psicoanalista, como un paradigma psicoanalítico, se ha aplicado de manera muy fructífera en el campo de la investigación en psicología del desarrollo, en la neurociencia, y en la psicología social, como así también en otras escuelas y métodos de psicoterapia.

Una característica importante de la Teoría del Apego, es la hipótesis de que la conducta de apego se organiza mediante un sistema de control dentro del sistema nervioso central, análogo a los sistemas de control fisiológico que mantienen dentro de determinados límites las medidas fisiológicas tales como la tensión sanguínea y la temperatura corporal. Así, la teoría propone que de un modo análogo a la homeostasis fisiológica, el sistema de control del apego mantiene la conexión de una persona con su figura de apego entre ciertos límites de distancia y accesibilidad, usando para ello métodos de comunicación cada vez más sofisticados. La teoría del apego contiene dentro de sí misma una teoría de la motivación que puede reemplazar a las teorías tradicionales que recurren a una construcción postulada de la energía o el impulso. La presencia de un sistema de control del apego y su conexión con los modelos operativos internos de la persona y de la figura de apego que elabora la mente durante la infancia, son características centrales del funcionamiento de la personalidad a lo largo de la vida.

La teoría del apego ha revolucionado la comprensión del desarrollo socio-emocional y la práctica clínica. La función básica del apego es la protección y el cuidado, que por su importancia fundamental en el desarrollo del ser humano, ocupa un lugar privilegiado con respecto a otros sistemas motivacionales básicos. En este contexto, la teoría del apego ha hecho aportes importantes para revisar los orígenes de la ansiedad, comprender mejor los mecanismos que participan en la regulación de las emociones, y entender mejor los aspectos claves de la etiología de los comportamientos no adaptativos.

LA INTERSUBJETIVIDAD

Donna Orange, (2016), en un artículo titulado: Una actualización: de la Teoría de los Sistemas Intersubjetivos al Giro Ético en Psicoanálisis, nos dice que la intersubjetividad no es tanto una teoría como una sensibilidad, es una actitud de susceptibilidad continua al inevitable interjuego de observador y de observado (Orange, p. 36).

Una de las primeras cosas que la gente percibe con un bebé recién nacido es que es extremadamente sensible a la presencia de otra persona, y especialmente a alguien muy cercano, muy íntimo. El bebé atiende a las voces, mira intentando buscar la cara de esa persona, y aunque su visión no funcione del todo bien, trata de mirar hacia la persona. Desde el nacimiento ya hay una sorprendente cantidad de preparación para la comunicación humana, para la intersubjetividad, ya sea por ritmos, por los movimientos del cuerpo, incluyendo la vocalización y la expresión de la cara.

El investigador Colwyn Trevarthen es un pionero en describir el proceso del desarrollo intersubjetivo y su relación con la cooperación. Este investigador hace una distinción entre la intersubjetividad primaria y la secundaria. La fase primaria ("protoconversaciones"), se caracteriza por las sonrisas, los gestos y los balbuceos que son emitidos por parte del bebé. Las madres imitan los gestos y los balbuceos con un lenguaje cuya cadencia y entonación son un tanto exageradas y ajustan sus respuestas afectivas con una intensidad que se asemeja, pero no es idéntica a la de su bebé, un fenómeno que Daniel Stern denomina entonación afectiva. Fonagy y sus colaboradores (2006) han propuesto un concepto similar de respuestas emocionales acentuadas ("markedness") por parte de las madres que ayudan a los bebés a diferenciar sus emociones de las emociones de sus cuidadores. Las respuestas de las madres a las comunicaciones preverbales del bebé son en su mayor parte automáticas y están animadas por su deseo de cooperar con su cría. A esta edad la cooperación se manifiesta como un juego interactivo que es un motivo de alegría para ambos participantes. Las figuras de apego también juegan un rol esencial en regular los niveles de estimulación, las emociones y las necesidades fisiológicas del bebé (Sroufe, 1966; Trevarthen, 1979).

Sobre esta base de seguridad con las figuras de apego y una comunión afectiva más profunda se inicia una nueva fase del desarrollo intersubjetivo que incrementa sustancialmente la capacidad de cooperación del niño con sus cuidadores. Estos cambios de índole cognitivo y afectivo son tan importantes que algunos investigadores lo denominan como la "revolución socio-cognitiva de los nueve meses" (Tomasello, 1999).

A nivel mental, el apego establece una relación del bebé con su cuidador o cuidadora, para que le asegure protección. Y una vez conseguida dicha protección, la sensibilidad intersubjetiva, permite que el cerebro inmaduro del bebé, pueda usar las funciones maduras del cerebro de sus progenitores, para organizar sus propios procesos. Donna Orange, nos

recuerda que: "La teoría intersubjetiva simplemente nos recuerda que no tenemos un acceso privilegiado a la realidad. Abandona la búsqueda de la certidumbre (incluyendo el diagnóstico y otras categorías atemporalmente demarcadas) en favor de la búsqueda de la comprensión"(Ibid, p. 38).

Cuando los niños desarrollan apegos seguros hacia los progenitores, éstos les permiten salir al mundo a explorar, y a relacionarse con otras personas. La compañía de sus padres, les proporcionan el refugio seguro que necesitan, especialmente cuando están ansiosos, tristes o acongojados. A medida que crecen, los niños internalizan sus relaciones con las figuras de apego. Ellos son quienes les proporcionan, la habilidad para desarrollar un esquema, o modelo mental de seguridad, denominado, una "base segura".

De este modo, las relaciones de apego pueden servir, para crear la base central, a partir de la cual se desarrollará la mente. Aunque la conducta de apego, se contempla fundamentalmente en la infancia, sigue manifestándose en la edad adulta, durante todo el proceso vital. Un modelo interno de apego, es una forma de modelo mental (Bowlby, 1998). La formación de modelos mentales, constituye un modo fundamental a través del cual, la memoria implícita permite a la mente crear generalizaciones, y síntesis de experiencias pasadas. Posteriormente, estos modelos se usan para sesgar la cognición presente, de modo que se pueda realizar un análisis más rápido de la percepción del instante, y también para que la mente, pueda anticipar los acontecimientos que se producirán a continuación.

Los estudios relativos al apego, han revelado que la organización de las relaciones de apego durante la infancia, se asocia con los procesos intersubjetivos característicos de la regulación emocional, las relaciones sociales, el acceso a la memoria autobiográfica, el desarrollo de la mentalización y de la auto-reflexión y la narración. Para describir la naturaleza del apego, se emplean términos cualitativos: los apegos se perciben como "seguros" o "inseguros", con una gran variedad de descripciones de cada una de estas categorías.

LOS ESTILOS DE APEGO INSEGUROS

Para poder definir el apego inseguro, tendremos primero que definir el apego seguro. El apego seguro será aquel en el que el individuo confía en que sus padres (o figuras parentales) serán accesibles, sensibles y colaboradores si él se encuentra en una situación adversa o atemorizante. Con esta seguridad, se atreve a hacer sus exploraciones en el mundo. Esta pauta es favorecida por el progenitor, en los primeros años especialmente por la madre, cuando se muestra fácilmente accesible y sensible a las señales de su hijo, y amorosamente sensible cuando éste busca protección y/o consuelo. O sea, cuando en un ambiente de intimidad, se encuentra una correspondencia de mutualidad.

Es importante mencionar que los patrones de apego inseguros, que podemos clasificarlos como evitativos, ambivalentes y desorganizados, no deben considerarse patológicos en si mismos porque son respuestas adaptativas y coherentes a unas figuras de apego insensibles o inconsistentes. O sea, que falta la mutualidad en las distintas interacciones que se suceden entre el bebé y su cuidador. Éstos pueden terminar en comportamientos no adaptativos crónicos cuando convergen otros factores de riesgo como la pobreza, la violencia y los conflictos familiares severos, el abandono o la pérdida de la figura de apego y otras situaciones adversas de la vida personal y social. Del mismo modo, una historia de apego seguro no es una garantía de salud mental. Todos somos susceptibles de caer en estados de pánico, o de sufrimiento mental, si se acumulan suficientes obstáculos en la vida. Lo que una historia de apego seguro confiere es cierta flexibilidad o resiliencia para recuperarnos de los golpes inevitables de la vida.

Me voy a detener un poco más en el patrón de apego inseguro desorganizado, porque es el que mejor nos va a servir como ejemplo, para poder entender los modos pre-mentales. Mary Main y Judith Solomon (1986) investigaron a niños que tenían unos comportamientos difíciles de clasificar según los patrones de apego habituales hasta ese momento. Algunas de estas conductas eran: una secuencia de conductas contradictorias o una expresión simultánea de conductas contradictorias. Por ejemplo, evitar a la madre y momentos después de querer ser acogida por ella. En medio de una expresión de enfado hacia la madre se da un cambio súbito, con una falta total de expresión de emoción acompañada por el alejamiento de la madre.

Todas estas conductas y expresiones contradictorias, movimientos sin sentido y expresiones de miedo, llevaron a Main y Solomon a concluir que la característica fundamental de estas diadas es que estos niños no podían organizar estrategias coherentes para regular la proximidad con la figura de apego. También pensaron que tal vez este colapso de una estrategia organizada con sus figuras de apego se debía a que éstas las asustaban, o bien que las madres estaban asustadas. En ambos casos, esto pone a los infantes en una situación irresoluble. Están programados para buscar refugio y consuelo cuando perciben una situación de peligro o están enfermos o estresados. Pero la misma figura de apego que debe ser una solución a su miedo se convierte en una fuente de miedo. Un estado de "miedo sin solución" como lo describe Main. Investigaciones posteriores han demostrado que el grupo de madres asustadas tiene una historia de trauma o pérdida en su niñez que no han resuelto. Este trauma se manifiesta cuando los bebés necesitan a la figura de apego. Esto activa de manera automática los recuerdos de la historia del trauma que están disociadas u "olvidadas" (Fonagy, 1999; Liotti, 2004; Lyons-Ruth & Jacobvitz, 1999).

DE LA INTERACCIÓN A LA RELACIÓN. EL ROL DE LA INTIMIDAD Y DE LA MUTUALIDAD

Daniel Stern en su libro *La primera relación madre-hijo* (1998), tiene un capítulo dedicado a diferenciar la interacción de la relación. Creo que esta diferenciación es muy importante, porque permite describir de una manera clara dos clases de comportamientos distintos. Stern nos dice: "Hemos venido tratando hasta aquí acerca de las interacciones entre el niño lactante y su madre (o la persona que haga las veces de ésta). Ahora debemos comenzar a estudiar la relación madre-hijo y cómo va surgiendo a partir de las múltiples interacciones que contribuyen a su formación. Se trata de un salto difícil" (Ibid, p.151).

¿Por qué Stern se detiene a diferenciar la interacción de la relación? En mi opinión esto lo hace porque lo que ocurre entre un bebé y su madre o cuidador/a es un proceso. Es un proceso que comienza con la interacción entre ambos. Madre y bebé se necesitan mutuamente. Pero primero hay que conocerse, y eso lleva un tiempo. No es inmediato. La conducta de la interacción, es básicamente de exploración, de indagación. La madre no conoce al bebé que ha llevado en su cuerpo durante meses, y por supuesto su bebé tampoco conoce a esa persona que está dispuesta a permitirle vivir. Necesitan darse ese tiempo para poder conocerse. Este primer periodo es el de la interacción.

Pero Daniel Stern nos sigue diciendo que : "Una relación está ciertamente determinada por la historia de todas las interacciones distintas y separadas, pero implica más que la suma de las pasadas y presentes. Desde el punto de vista conceptual, se trata de una clase distinta de organización, o bien de una integración diferente de la experiencia. Uno de sus más importantes rasgos es una imagen mental persistente, o un esquema, o una representación de la otra persona". (Ibid. P. 151). Aquí ya Stern nos aclara una diferencia importante. Una relación sería la consecuencia de una sucesión continuada de interacciones en diferentes actividades, hasta que el bebé pueda integrarlas y mantenerla en su mente, formando una representación de esa persona.

Pero sigamos con Stern: "¿Podemos hablar de un lactante como de alguien que mantiene una relación? No cabe dar aquí una respuesta categórica. Sin embargo, hacia la segunda parte del primer año de vida, el niño muestra cierto número de comportamientos que indican, con gran verosimilitud, que podemos comenzar a hablar de relaciones. Hacia el noveno mes de vida, aproximadamente, el niño manifiesta lo que se designa como "reacción ante el extraño". Esta reacción puede variar ampliamente, desde una cierta prevención, hasta un disgusto extremo ante la aproximación o en presencia de una persona desconocida." (Ibid, pp. 151-152) Aquí Stern ya nos aclara que la diferencia entre la interacción y la relación tendría que ver con distintos elementos de una persona, que en un momento determinado se integran y forman una representación de esa persona. Stern considera que esto podría producirse teniendo en cuenta que además de las experiencias sensoriales y motoras que el niño va desarrollando se agrega la experiencia emocional.

Stern además nos dice que: “El comportamiento humano es casi siempre cambiante e incluso las experiencias interiores de excitación y emoción están sometidas a variaciones momentáneas de intensidad y dirección ... Creo que al menos en el sector del comportamiento humano interactivo, existe una unidad de proceso básico de experiencia interactiva que no es, necesariamente, la más pequeña medida de percepción en cualquier modalidad, sino más bien la mínima en la que puede suceder un acontecimiento interactivo temporal y dinámico, con un comienzo, una parte media y un final ... Estas unidades procesuales interpersonales pueden ser las unidades de experiencia sensomotora-emocional que son inicialmente interiorizadas como representaciones separadas y que, cuando se integran, constituyen la representación, más amplia, de otra persona”. (Ibid, pp. 157-158). Como vemos, aquí Stern nos aclara que para llegar a la relación necesitamos desarrollar un proceso, que empieza con sucesivas interacciones, donde están presentes los aspectos sensoriales, motores y emocionales, hasta que la mente del lactante, las puede integrar y a partir de ahí, ya genera una representación de ese gesto de esa persona. A medida que el lactante va creciendo en un ambiente que facilite este tipo de interacciones, las integraciones que irá haciendo tendrán que ver también con una mayor amplitud de los aspectos de esa persona que irá integrando.

De modo que el encuentro entre la madre y el bebé, en el que predomina la intimidad, empieza con sucesivas interacciones, donde están presentes los aspectos sensoriales, motores y emocionales, que permitirán en la medida en que estas interacciones sean contingentes, sean mutuos, que la mente del bebé los integre de una manera adecuada, permitiendo una representación adecuada y de esta manera iniciar una relación.

Esto nos quiere decir que el bebé siempre podrá integrar estos aspectos, solamente que algunos de ellos serán más adaptativos que otros, porque dependerán del aspecto emocional de las sucesivas interacciones que tenga el bebé en ese entorno de intimidad. Y aquí es donde creo que el aspecto de la mutualidad, de la reciprocidad y de la intimidad, cobran su mayor importancia. Si nos damos cuenta, al hablar de las sucesivas interacciones en los encuentros íntimos entre la madre y el bebé, siempre que entre ambos se desarrolle un “clima” de armonía, de mutualidad, de reciprocidad, será posible que el bebé pueda integrar de manera satisfactoria ese modelo mental.

Entonces, para que podamos hablar de relación, tendremos que tener en cuenta este aspecto emocional de la unidad procesual básica de la experiencia. Ya que si en las sucesivas interacciones entre ambos, no hay una correspondencia mutua, una reciprocidad, ambas mentes no podrán establecer una relación, sino que seguirán interactuando. Esto provocará que en ambas mentes se detecten déficits que luego tendrán sus consecuencias a lo largo de la vida.

Por eso yo hago esta diferencia entre la interacción y la relación. Por ejemplo, cuando hay alguna actividad deportiva, los aficionados que están en la grada, interactúan entre si,

no se relacionan. Esto es debido a que el factor de la intimidad no está presente. Pero habitualmente esto se define como una relación, los aficionados están relacionándose entre sí. En otro ejemplo lo podremos pensar de manera más clara, si un niño llega a su casa del colegio llorando, y su madre o su padre en ese momento, que están en la casa pero ocupados con algunas actividades, no se acercan a averiguar que le pasa al niño, por el hecho de estar en casa ya le transmiten seguridad, pero no hay mutualidad emocional. Podrían decirle, otra vez llorando, siempre llegas llorando, etc. Con lo que la necesidad de apoyo emocional que el niño necesita en ese momento no existe. Hay interacción, pero no hay relación, porque falta la mutualidad.

Estos dos factores unidos, los de la intimidad y los de la mutualidad, para mí son fundamentales para poder comprender la diferenciación entre la interacción y la relación en el funcionamiento mental. Nuestra mente se desarrollará siguiendo estos procesos, ya sea que estén presentes o que falten, en cuyo caso nos encontraríamos con un desarrollo deficitario. Este desarrollo deficitario es el que caracteriza a los sistemas de apego inseguros. A través de la conducta de apego el niño logra que alguien lo proteja, pero no siempre conseguirá que logre sentirse bien, cómodo, y feliz. Dependerá de cómo sea la calidad del vínculo intersubjetivo que se establezca entre el niño y su cuidador/cuidadora.

MENTALIZACIÓN

Voy a hacer un desarrollo del concepto de mentalización, pero teniendo en cuenta el proceso que me ha llevado a integrarlo en mi práctica profesional. Para poder pensar sobre la mentalización, tenemos que tener en cuenta el cambio que se inicia en el campo del conocimiento a partir del Modernismo en Filosofía. Descartes propuso la célebre frase "Pienso, por lo tanto existo". De esta manera el filósofo francés, resalta una característica humana, que es el pensar como algo fundamental para existir. Y esto ha caracterizado al racionalismo, como rasgo específico de la Modernidad. En mi opinión esto ha traído, además de un cambio importante en el desarrollo del pensamiento en la época en la que Descartes elaboró esta idea, dos consecuencias para el desarrollo humano actual:

1. Se produce una escisión entre el pensar y el sentir, donde el sentir queda reservado a todo lo que no es humano ni racional. De modo que esta visión del funcionamiento mental humano, que todavía sigue vigente, a pesar de todos los intentos en las últimas décadas por cambiarlo, ha generado un modo de pensar, que no se ajusta a todo lo que actualmente sabemos, acerca de cómo somos los seres humanos a nivel mental.
2. Que por el solo hecho de pensar, ya nos consideramos superiores al resto de los demás seres. El pensar es algo sublime, superior. No lo poseen los demás seres. Y llevándolo a un extremo, quedaron fuera del pensar, los demás animales, las mujeres, los niños y los pueblos primitivos. Sólo los

varones, los hombres, piensan. El pensar, fue considerado como una herencia filogenética de nuestros antepasados.

Los aportes que nos llegan desde la Neurociencia, desde la Antropología, desde la Psicología del Desarrollo, desde la Sociología, desde la Epigenética, desde la Física Cuántica y desde el Psicoanálisis Relacional, nos permiten afirmar que todo lo que la Modernidad nos ha aportado, estaba basado en unos presupuestos científicos erróneos, acerca de cómo somos los seres humanos a nivel mental.

En esta oportunidad no me voy a detener en pensar o en mentalizar (en tanto proceso cognitivo-afectivo), en esta escisión profunda, que se produce al concebir el pensar, disociado de su complemento esencial, que es el sentir. Pero si me detendré en poder pensar sobre el segundo punto enunciado anteriormente, con respecto a la idea de Descartes, de resaltar el pensar como una propiedad exclusiva de los seres humanos.

En mi opinión, esta afirmación ha provocado que no le demos al pensar, a todo lo relativo a la mente, la importancia que tiene. Hemos considerado a esta capacidad de pensar, o de tener una mente, como algo especial que nos diferencia, y nos distingue, y nos convierte en superiores al resto de los demás seres vivos. Y se la ha considerado como algo que nos viene dado filogenéticamente, y que por lo tanto, nos convierte en seres superiores al resto de los demás seres vivos. Si la mente es algo que recibimos todos los seres humanos como una herencia filogenética, también ha provocado que no necesitemos definirla. Como es algo que tenemos todos sin excepción, para que nos vamos a poner a definir algo que tenemos todos.

Por lo tanto, el pensar, el tener una mente, se convirtió en un rasgo distintivo de los seres humanos, y nos ha llevado a la creencia arraigada de que somos los únicos animales que pensamos que los animales no piensan. Esta idea de Descartes, ha llevado a la humanidad, a no considerar el pensar, como una actividad que requiere un esfuerzo para conseguirla. Hemos creído que sólo por ser humanos, somos seres pensantes, somos seres superiores.

Pero pensar no es sólo repetir los pensamientos que de pronto aparecen en nuestra mente. Es algo más, y fue Bion (1962) quién dentro del Psicoanálisis, introdujo unas ideas novedosas y revolucionarias acerca del proceso de pensar. Toda su obra la enfocó y la desarrolló, alrededor de la formulación de una teoría del pensamiento. Durante un lapso de tiempo de cuatro décadas, cada uno de sus artículos, libros, conferencias, seminarios clínicos y sus notas, las "cogitaciones", implican un esfuerzo para desarrollar un aspecto u otro, de su teoría del pensamiento. Bion experimentó con una variedad de metáforas (modelos), en su esfuerzo por capturar la naturaleza del pensamiento, y sus consecuencias. Todas estas aportaciones las hizo teniendo en cuenta el modelo clásico en psicoanálisis.

Otros autores, (Fonagy, Gergely, Jurist & Target, 2002; Bateman & Fonagy, 2006; Allen & Fonagy, 2006; Busch, 2008), también desde el campo del psicoanálisis, han aportado ideas novedosas y actuales, sobre el tema del pensamiento, y han desarrollado un concepto, que lo han definido como Mentalización. A través de muchas investigaciones con madres, y niños, de diferentes edades, teniendo en cuenta los aportes de la Teoría del Apego, de la Psicología del Desarrollo, de la Neurociencia, de la Antropología, del Psicoanálisis, entre otras disciplinas, llegan a la conclusión de que la capacidad para la mentalización, junto con otras muchas capacidades socio-cognitivas, se desarrolla a partir de la experiencia de la interacción social con los cuidadores, de una manera intersubjetiva.

Durante la última década, los filósofos (Dennet, 1987; Fodor, 1987, 1992) y los psicólogos del desarrollo (Astington, Harris, y Olson, 1988; Baron-Cohen et al., 1993; Hirschfeld y Gelman, 1994; Wellman, 1990; Whiten, 1991) se han centrado en los orígenes, y el desarrollo, de nuestra capacidad de atribuir estados mentales a los otros. Estos enfoques rechazan de manera explícita, el supuesto cartesiano de que los estados mentales son apprehendidos por introspección. Por el contrario, los estados mentales son incorporados, a través de las interacciones contingentes, reflejadas o especuladas (mirroring), con el cuidador o cuidadora. De modo que, cualquier perturbación durante esta relación temprana con los cuidadores, no sólo establecerá patrones de apego no adaptativos, sino que, dificultará el desarrollo de una amplia gama de capacidades, vitales para el desarrollo social normal del infante. La comprensión de la mente es difícil, si uno no sabe cómo comprender a una persona con una mente. La mentalización implica, centrar los estados mentales en uno mismo, o en los otros, particularmente en la explicación de la conducta. Ese estado mental, influencia las conductas que están más allá de las preguntas. Las creencias, los deseos, los sentimientos, y los pensamientos, bien dentro o fuera de nuestra conciencia, determinan lo que nosotros hacemos.

Cuando adoptamos una postura de mentalización, la mera contemplación de alternativas posibles, puede llevar a que se produzcan cambios en las creencias. Cuando nos centramos en la mente, llegamos con mucha frecuencia a conclusiones erróneas. Muchas más, que si nos centramos en las circunstancias físicas. Esto ocurre porque centrarse en la mente, es lo mismo que centrarse en una representación de la realidad, más que en la realidad misma. Nosotros podemos actuar, acorde a unas creencias erróneas acerca de los estados mentales de los otros. Y esto provoca situaciones problemáticas con los demás, que a veces, trae funestas consecuencias. En la Edad Media, si la gente creía que una persona estaba poseída por el diablo, era suficiente para quemarla.

La mentalización es una actividad mental, predominantemente inconsciente, e imaginativa. Es imaginativa porque nosotros tenemos que imaginar lo que la otra persona puede estar pensando, o sintiendo. Si le falta homogeneidad, es porque la historia de cada uno es personal, y la capacidad de imaginar puede llevar a ellos y a nosotros, a diferentes conclusiones acerca de los estados mentales de los otros. Nosotros, algunas veces

necesitamos hacer una clase de salto imaginativo, para comprender nuestras propias experiencias, particularmente en relación a temas cargados emocionalmente, o a reacciones impulsivas irracionales o inconscientes. Adoptar una actitud de mentalización, concebirse uno mismo y concebir a los otros, como teniendo una mente, requiere un sistema representacional de estados mentales. Aunque la mentalización, probablemente implique a numerosos sistemas corticales, está ciertamente asociada con la activación en el área prefrontal media del cerebro, probablemente con el área para-cingular.

Centrarse en los estados mentales, parece ser una auto-evidencia, para aquellos que se ocupan de tratar a individuos con desórdenes mentales. Pero aún nosotros, psicoterapeutas que estamos ocupados en nuestro trabajo clínico diario, también podemos fácilmente, olvidarnos de que nuestros pacientes tienen una mente. Por ejemplo, muchos psiquiatras biologicistas, se sienten muy contentos, al pensar en términos de neurotransmisores que distorsionan expectativas o auto-representaciones. También los padres con niños que tienen problemas psicológicos, a menudo prefieren comprender a éstos en términos de predisposiciones genéticas, más que pensar que la causa podría deberse al ambiente social del niño. Aún algunos psicoterapeutas, pueden hacer suposiciones injustificadas, acerca de las teorías sobre la enfermedad que traen sus pacientes.

LA MENTALIZACIÓN Y LOS MODOS PRE-MENTALES

¿En qué contexto se origina la capacidad para mentalizar? Se origina y se desarrolla en el seno de las experiencias reales con las figuras de apego (padres o cuidadores), en el seno de una relación de apego. Para entender este hecho cabe hacer referencia a la importancia que poseen la relación de apego seguro y las interacciones mentalizadoras que en ella tienen lugar, como contexto para que el niño pueda desarrollar adecuadamente su funcionamiento reflexivo. En ese caso el cuidador está sintonizado con la experiencia emocional de su hijo y la refleja de un modo congruente y marcado, con lo que le brinda a este último el reflejo que necesita para construir representaciones de segundo orden con las que podrá simbolizar y regular su experiencia emocional.

La mentalización, normalmente llega a través de la experiencia del niño, de que sus estados mentales, están reflejados de manera prototípica, a través del juego seguro con sus padres, o con niños mayores, los cuales facilitan la integración de los modos pre-mentales, teleológicos, de simulación y de equivalencia psíquica. Esta actitud de reflejo de los cuidadores tiene una función pedagógica que promueve el desarrollo del sentimiento de sí y la autoconciencia de las propias emociones en el niño. De igual forma, los otros procesos necesarios para el desarrollo de la mentalización (atención conjunta dirigida a la experiencia interior del niño, provisión de un lenguaje apto para denominarla, juego compartido, aprehensión del niño como un ser intencional) son favorecidos por el contexto de apego seguro mencionado.

Múltiples estudios muestran que el maltrato infantil (abuso, abandono, rechazo, negligencia) por parte de los cuidadores, produce perturbaciones en el funcionamiento reflexivo del niño, que pueden detectarse a través de una serie de indicadores entre los cuales encontramos: a) la implicación del niño en juegos poco simbólicos; b) la poca empatía demostrada muchas veces ante el sufrimiento de los otros niños; c) la pobre regulación de sus emociones; d) el empleo escaso de términos que aluden a sus estados internos y la poca frecuencia con que hablan con sus madres acerca de sus emociones; e) la dificultad para entender la expresión facial de los afectos, etc. (Fonagy, Target, 2008). En estos casos el funcionamiento reflexivo de los niños es deficitario y su capacidad para empatizar se encuentra fuertemente menoscabada, por lo que pueden distorsionar la aprehensión de los estados mentales del mismo en múltiples formas.

De igual forma, ciertas características familiares habituales en estas circunstancias, atentan contra el desarrollo de la mentalización. Las actitudes autoritarias de los padres, basadas en el castigo y la exigencia de obediencia (y no en el diálogo, la explicación del sentido de las normas, la aceptación de perspectivas diversas sobre las cosas, etc.) se encuentran entre estas modalidades perturbadoras, según ha sido demostrado en distintos estudios (Fonagy, Target, 1997).

¿Cómo tiene el niño la experiencia de la subjetividad, antes de que él reconozca que los estados internos, son una representación de la realidad? La mentalización, es un proceso, que evoluciona desde los modos primitivos prementales. Hablando en términos generales, las dificultades de adaptación a la realidad pueden ser comprendidas, como ocurriendo en la conjunción de tres posibles formas de déficits mentales. Estas son: 1) el modo teleológico; 2) el modo de la equivalencia psíquica; y 3) el modo simulado. Estas son formas de desarrollo temprano de la organización subjetiva, revelados por los fallos temporales de la mentalización.

Uno de estos modos prementales es el modo de funcionamiento teleológico. La característica de este modo premental, reside en que los cambios en los estados mentales, son asumidos para que sean reales, sólo cuando sean confirmados por acciones físicamente observables, contingentes sobre los deseos, sentimientos, creencias o anhelos.

También los niños pequeños, igualan el mundo interno con el externo. Lo que existe en la mente, debe existir fuera, y viceversa. En este estadio no hay espacio para una perspectiva diferente. "Lo que yo veo es lo que es". El infante o el niño de pre-escolar, insiste que "hay un monstruo que sale de la pared" y no es aliviado por el consuelo de sus padres. Esta equivalencia psíquica, como un modo de experimentar el mundo interno, puede causar intenso stress, debido a la experiencia de una fantasía, como una realidad potencial que puede ser terrorífica (modo de equivalencia psíquica).

La adquisición de un sentido de simulación en relación a los estados mentales es esencial. Mientras juega, el niño conoce que la experiencia interna, puede no reflejar la realidad externa. De aquí que entonces, el estado interno es pensado para no tener implicaciones en el mundo externo (el modo simulado). Esto significa que en el juego el niño puede identificar a los pensamientos como tales, sin confundirlos con la realidad, con una condición: que estén claramente separados del mundo real (personas y cosas), que no tengan conexión con él. Es bastante frecuente que el paciente en sesión relate sucesos aparentemente significativos pero que no poseen una conexión con su núcleo emocional,

Normalmente, alrededor de los 4 años el niño integra estos modos para llegar a la mentalización, o al modo reflexivo, en el cual los estados mentales pueden ser experimentados como representaciones. La realidad interna y externa, puede entonces ser considerada, como vinculada entre sí, aunque de diferentes formas, y ya no tienen que ser equivalentes o disociadas entre sí (Gopnick, 1993).

Si la capacidad del niño para percibir los estados mentales, en sí mismo y en los demás, depende de sus observaciones sobre el mundo mental de sus cuidadores, queda bastante claro, que los niños necesitarán unos cuantos adultos, que estén interesados en su estado mental. Y que sean además confiables, que apoyen el desarrollo de su subjetividad, desde unos modos pre-mentales hasta la mentalización plena. El cerebro del niño, es una experiencia expectante de una serie de adultos benignos, dispuestos a llevar adelante, la postura pedagógica hacia su subjetividad. Así, los profesores, vecinos, hermanos mayores, así como las figuras parentales, podrían desempeñar un papel importante, en la optimización de la capacidad del niño para la mentalización.

Los niños pueden percibir, y concebir a sus estados mentales, en la medida en que el comportamiento de aquellos que están a su alrededor, se han implicado con ellos. Esto puede suceder, a través de un conjunto de métodos, que van desde el juego simulado compartido con el niño (como empíricamente se ha demostrado, que está asociado con la temprana mentalización), muchas interacciones comunes (tales como las conversaciones y las interacciones con sus compañeros) y también el pensar compartido acerca de una idea.

En todos estos ejemplos, los problemas surgen, siguiendo un déficit en la mentalización. El individuo se ve forzado a funcionar, bien a través de un modo de equivalencia psíquica, o de un modo de simulación o de un modo teleológico, debido a que no ha desarrollado su capacidad de concebir adecuadamente los estados mentales. Esto puede haber ocurrido, bien por una amenaza, por abusos, por maltrato, o por negligencia por parte de sus cuidadores.

Un señalamiento por parte del terapeuta, para que le ayude al paciente a mentalizar, es una intervención adecuada para generar mentalización. No sólo queda claro que el terapeuta está intentando comprender al paciente en términos de estados mentales, sino

también que de esta manera, el terapeuta intenta que el paciente haga el esfuerzo para poder mentalizar esa situación, pudiendo comprender los procesos mentales del terapeuta, en lugar de enfrentarse a los aspectos inaceptables de los suyos. De esta manera, es probable que reduzca, en lugar de aumentar, la excitación.

Como hemos podido comprobar, llegar a la mentalización, al pensar, a la función reflexiva, es un proceso que sólo lo conseguimos con esfuerzo. Si somos capaces de hacer ese esfuerzo lo lograremos. Pero si no lo hacemos, por los motivos que sean, nos quedaremos funcionando con los modos pre-mentales de la mentalización. Para mí esto es fundamental, en relación a este concepto de la noción de esfuerzo mental.

Fonagy al hacer el aporte de los modos pre-mentales, resalta este aspecto deficitario, porque en el desarrollo de la mentalización, durante la etapa en la que el niño para conectar con su realidad utiliza el modo teleológico, o el modo de equivalencia psíquica o el modo simulado, no encuentra a través de las sucesivas interacciones con el cuidador, cómo evolucionar hacia la función reflexiva, porque falta la mutualidad emocional. Esto hará que ese niño siga utilizando alguno de esos modos el resto de su vida. Evidentemente, esto provocará que tengo un sufrimiento mental más adelante.

Para mí el aporte de Fonagy sobre la mentalización es fundamental para poder comprendernos como seres humanos, pero dentro de la mentalización, yo destaco el aporte de los modos pre-mentales, porque esto es lo que los psicoterapeutas nos encontramos diariamente en nuestro trabajo profesional. Tener en cuenta este aporte facilita la tarea terapéutica de una manera sorprendente, porque ya no se trata de tener en cuenta reacciones fenomenológicas, sino la manera en la que una persona describe los hechos de su vida. Poner el acento en los hechos cotidianos de la vida de una persona, permite conocer cómo está funcionando la mente de esa persona. Y los modos pre-mentales nos sirven de guía para poder luego ayudar a esa persona a desarrollar la función reflexiva o a mentalizar.

CONCLUSIONES

Comenzamos hablando de una definición de la mente, y dijimos que es un proceso, cognitivo y afectivo, que emerge del sistema nervioso, del cerebro y de las relaciones, y que tiene la función de regular el flujo de energía y de información. De modo que este proceso se inicia desde el nacimiento, en una situación muy particular, que es la de la intimidad con alguien que cuidará de ese bebé. Así es como comienza nuestro desarrollo mental. En ese encuentro intersubjetivo se van desarrollando en la mente del bebé, unos modelos operativos internos que de esa manera conforman los funcionamientos mentales inconscientes, que nos acompañarán toda la vida. Pero en esos encuentros intersubjetivos, el papel de la mutualidad es fundamental para poder lograr que esa mente tenga un desarrollo adaptativo. El que un niño pueda tener o no un desarrollo adaptativo, dependerá de cómo la mente de la figura de apego conecte intersubjetivamente, a través de la

capacidad mentalizadora o reflexiva, con su mente. Si la mutualidad aparece, entonces se podrá pasar de la interacción a la relación propiamente dicha. De modo que para que exista una relación el papel de la mutualidad además del de la intimidad, serán los decisivos. Y la mentalización es la herramienta principal para poder lograr ese desarrollo.

En mi opinión, estos conceptos son claves a la hora de trabajar con nuestros pacientes, porque nos permiten entender que la fase inicial del encuentro intersubjetivo, que es el de la interacción, es inevitable que forme parte de este proceso. Durante esta fase el terapeuta y el paciente están conociéndose y no es necesario que el terapeuta tenga que dar respuesta a la demanda del paciente, por más que el paciente la solicite o la exija. A través de sucesivas interacciones podrán llegar o no a establecer una relación. Todo dependerá de cómo se establezca la mutualidad, la reciprocidad entre ambos participantes de la diada terapéutica.

Para que nuestra mente pueda cambiar, pueda transformarse, necesitamos que el aspecto de la intimidad se pueda desarrollar. Para ello es importante que el terapeuta pueda ser lo más claro, lo más transparente posible en cuanto a crear un ambiente donde sea posible el co-pensar, o el co-mentalizar. Sin esa característica no será posible que se desarrolle un cambio genuino. Por eso es importante desarrollar una capacidad reflexiva o mentalizadora y dejar de lado las actitudes interpretativas.

Estas dos características de este proceso, la intimidad y la mutualidad, junto con una capacidad mentalizadora, son las que dan sentido a eso que tantas veces habremos oído de los pacientes, cuando cuentan que otras personas le han dicho lo que nosotros le decimos, pero que nos les han hecho caso, y a nosotros si. No es porque seamos más capaces que los demás, ni porque seamos más inteligentes que los demás, sino que les hemos ofrecido un espacio de intimidad y de mutualidad donde poder reflexionar o mentalizar sobre aquellos aspectos que les dificultan la vida.

En mi opinión, tener en cuenta estos importantísimos aportes de Peter Fonagy sobre la mentalización, nos permiten tener una guía para saber si un paciente está evolucionando o no en el proceso terapéutico. Y el desarrollo de la función reflexiva o mentalizadora dependerá de estos dos factores tan importantes como son la intimidad y la mutualidad.

REFERENCIAS

- ALLEN, J.G., FONAGY, P. (2006). *Handbook of Mentalization-based treatment*. Chichester, UK: John Wiley.
- ASTINGTON, J., HARRIS, P., AND OLSON, D. (1988). *Developing theories of mind*. New York: Cambridge University Press.
- BARON-COHEN, S., ET AL (1993). *Understanding other minds: Perspectives from autism*. Oxford, UK, Oxford University Press.
- BATEMAN, A., & FONAGY, P. (2006). *Mentalization-based treatment for Borderline Personality Disorder*. Oxford, UK. Oxford University Press

- BION, W. (1962). *Learning from experience*. London: William Heineman.
- BOWLBY, J. (1998). *El Apego y la pérdida-1. El Apego*. Ediciones Paidós Ibérica. Barcelona.
- BUSCH, J. (2008). *Mentalization*. New York: The Analytic Press.
- DENNET, D. (1987). *The intentional stance*. Cambridge, MA: MIT Press.
- FODOR, J.A. (1987). *Psychosemantics*. Cambridge, MA: MIT Press.
- FODOR, J.A. (1992). A theory of the child's theory of mind. *Cognition*, 44, 283-296.
- FONAGY, P. (1999). The transgenerational transmission of holocaust trauma. Lessons learned from the analysis of an adolescent with obsessive-compulsive disorder. *Attachment and Human Development*, 1, 92-114.
- FONAGY, P. ET AL. (2002). *Affect Regulation, Mentalization, and the Development of the Self*. New York: Other Press.
- FONAGY, P. (2006). Mentalizing and borderline personality disorder, in *The Handbook of Mentalization-Based Treatment*, Allen, J.g. (Ed.), Fonagy, P. (Ed.), Hoboken, NJ, US, John Wiley & Sons Inc. pp. 185-200.
- FONAGY, P. & TARGET, M. (1997). Attachment and the reflective function. The role in self-organization. *Development and Psychopathology*, 8, 679-700.
- FONAGY, P. & TARGET, M. (2008). *Mind to mind: Infant Research, Neuroscience and Psychoanalysis*, Jurist, Elliot, L. (Ed.), Slade, A.(Ed.) Bergner, S.(Ed.), pp. 15-49, New York, Other Press.
- GOPNIK, A. (1993). How we know our minds: The illusion of first-person knowledge of intentionality. *Behavioral and Brain Sciences*, 16, 1-14, 29-113.
- HIRSHFELD, L., & GELMAN, S. (1994). *Mapping the mind: Domain specificity in cognition and culture*. New York: Cambridge University Press.
- LIOTTI, G. (2004). Trauma, dissociation and disorganized attachment: Three strands of a single braid. *Psychotherapy Theory, research, practice, training*. 41, 472-486.
- LYONS-RUTH, K. ET AL. (1998). Implicit relational knowing: its role in development and psychoanalytic treatment. *Infant Mental Health Journal*, vol 19(3), 282-289.
- LYONS-RUTH, K. & JACOBVITZ, D. (1999). Attachment disorganization: Unresolved loss, relational violence and lapses in behavioral and attention strategies. En J. Cassidy y P. R. Shaver (eds.) *Handbook of attachment* (pp. 520-554). New York: The Guilford Press.
- MAIN, M. & SOLOMON, J. (1986). The discovery of a new insecure disorganized/disoriented pattern. En T.B. Brazelton & M. Yoman (eds.), *Affective Development in Infancy* (pp. 95-124) Norwood, NJ: Ablex.
- ORANGE, D. (2016). Una actualización: de la Teoría de los Sistemas Intersubjetivos al Giro Ético en Psicoanálisis, *CeIR*, pp. 27-48
- SIEGEL, D. (2012). *La mente en desarrollo*. Editorial Desclée de Brouwer. Bilbao.
- SROUFE, L. A. Cooper, R. G., & DeHart, G. (1996). *Child development: Its nature and course* (3rd Ed.). New York: McGraw Hill.
- STERN, D. (1998). *La primera relación madre-hijo*. Ediciones Morata. Madrid.
- TOMASELLO, M. (1999). *The Cultural Origins of Human Cognition*. Harvard University Press.
- TREVARTHEN, C. (1979). Communication and Cooperation in Early Infancy: A Description of Primary Intersubjectivity, In M. Bullowa (ed.), *Before Speech: The beginning of Human Communication*. Cambridge University Press.
- WELLMAN, H. (1990). *The child's theory of mind*. Cambridge, MA: Bradford Press/MIT Press.
- WHITEN, A. (1991). *Natural theories of mind*. Oxford: Basil Blackwell.

Original recibido con fecha: 27-9-2016

Revisado: 28-10-2016

Aceptado: 31-10-2016