



Mentalización reflexiva y mentalización transformacional: Una propuesta complementaria al enfoque de Peter Fonagy

Gustavo Lanza Castelli¹

Federación Latinoamericana de Psicoterapia y World Council for Psychotherapy.

El constructo mentalización -desarrollado por Peter Fonagy- se refiere a un conjunto variado de operaciones psicológicas que forman un mecanismo interpretativo especializado, utilizado para explicar y predecir el comportamiento propio y ajeno mediante la atribución de estados mentales. En la base de este mecanismo encontramos una serie de capacidades, cognitivas y metacognitivas, que recaen tanto sobre el self como sobre el otro. Otros autores, en cambio, denominan “mentalización” a los procesos simbolizantes y transformacionales que traducen los datos primarios de la experiencia en configuraciones cada vez más complejas. En este trabajo se propone la denominación “mentalización reflexiva” para la propuesta por Fonagy, y “mentalización transformacional” para la mencionada en segundo término. Se propone un tipo de articulación entre ambas clases de mentalización y se señala la utilidad clínica que posee dicha articulación.

Palabras clave: Mentalización, Reflexión, Transformaciones, Simbolización, Psicoterapia.

The mentalization construct -created by Peter Fonagy- refers to a whole of psychological processes that form a specialized interpretative mechanism that is used to explain and predict the own and other's behavior by attributing mental states. This mechanism is based on a set of cognitive and metacognitive skills, that focus on the self and the other. For other authors the term “mentalization” refers to the symbolizing and transforming processes that transform the raw primary data of the experience into more complex configurations. In this work the term “reflective mentalization” is proposed for the Fonagy's construct, and is suggested the term “transforming mentalization” for those processes mentioned in the second place. An articulation between these two kinds of mentalization is proposed and its clinical utility is described.

Key Words: Mentalization, Reflection, Transformations, Symbolization, Psychotherapy.

English Title: Reflective and transformational Mentalization: A complementary proposal to Peter Fonagy's approach.

Cita bibliográfica / Reference citation:

Lanza Castelli, Gustavo (2013). Mentalización reflexiva y mentalización transformacional: Una propuesta complementaria al enfoque de Peter Fonagy. *Clinica e Investigación Relacional*, 7 (1): 153-168. [ISSN 1988-2939] [Recuperado de www.ceir.org.es]

Introducción

El constructo mentalización (o función reflexiva) -desarrollado por Peter Fonagy y colaboradores- se refiere a un conjunto variado de operaciones psicológicas que tienen como elemento común focalizar en los estados mentales. Estas operaciones incluyen una serie de capacidades representacionales y de habilidades inferenciales, las cuales forman un *mecanismo interpretativo especializado*, dedicado a la tarea de explicar y predecir el comportamiento propio y ajeno mediante el expediente de inferir y atribuir al sujeto de la acción determinados estados mentales intencionales que den cuenta de su conducta (Gergely, 2003).

Entre las capacidades que están en la base de este mecanismo interpretativo encontramos la dirección deliberada de la atención, el recordar, el interpretar, el dar sentido, el empatizar, el imaginar, el reflexionar sobre las emociones, el inferir los motivos que subyacen a la conducta del otro, etc.

Asimismo, cabe incluir también las actividades metacognitivas, que toman como objeto a los propios procesos y contenidos mentales, permitiendo con ello una distancia psicológica respecto de los mismos y propiciando el discernimiento de la diferencia entre el pensamiento y la realidad efectiva (discernimiento que implica la posibilidad de relativizar el propio punto de vista y considerar puntos de vista alternativos). La posición metacognitiva favorece la comprensión del funcionamiento de la propia mente, la reevaluación de los automatismos interpretativos y atribucionales que recaen sobre el otro y sobre el propio self, y la regulación emocional (Main, 1991; Allen, Fonagy, Bateman, 2008).

Junto a este conjunto de capacidades, Fonagy y colaboradores ubican otras, que tienen que ver no ya con actividades de monitoreo, reflexivas o inferenciales (como las mencionadas), sino con actividades *transformacionales y simbolizantes*, que se ponen en juego en el proceso de constitución de las representaciones secundarias para simbolizar los afectos.

Desarrollo del sistema representacional. El proceso de simbolización afectiva

En los primeros tiempos de la vida los afectos consisten para el bebé en una activación fisiológica y visceral que no puede controlar ni significar. Para ello hace falta la respuesta de la figura de apego a la exteriorización de dichos afectos. Esta respuesta, cuando es adecuada, consiste en un reflejo del afecto en cuestión: la madre manifiesta su captación y empatía con expresiones faciales y verbales acordes al afecto experimentado por el niño, de forma exagerada o parcial y con el agregado de algún otro afecto combinado simultánea o secuencialmente (por ej. el reflejo de la frustración del niño, combinada con preocupación por él) y con claves conductuales, como las cejas levantadas que encuadran la expresión ofrecida a la atención del infante. La observación de este reflejo parental ayuda al niño a desarrollar un *sistema representacional de segundo orden* -mediante la internalización de

dicho reflejo- esencialmente visual y ya simbólico, por cuyo intermedio podrá comenzar a diferenciar los patrones de estimulación fisiológica y visceral que acompañan a los distintos afectos. Como dicen Bateman y Fonagy “La internalización de la respuesta reflejante de la madre al estrés del niño (conducta de cuidado) viene a representar un estado interno. El niño internaliza la expresión empática de la madre desarrollando una representación secundaria de su estado emocional, con la cara empática de la madre como el significante y su propia activación emocional como el significado. La expresión de la madre atenúa la emoción al punto que ésta es separada y diferenciada de la experiencia primaria, aunque -de forma crucial- no es reconocida como la experiencia de la madre, sino como un organizador de un estado propio. Es esta “intersubjetividad” el cimiento de la íntima relación entre apego y autorregulación” (2004, p. 65).

Esta respuesta reflejante, que provee *los inicios de un sistema simbólico* para el bebé, ha de ser congruente con los sentimientos del niño y estar “marcada” de algún modo para que éste no la confunda con una expresión de los sentimientos de la madre, lo cual sería particularmente problemático cuando esta última se encuentra reflejando los sentimientos negativos de aquél, en cuyo caso dichos sentimientos se incrementarían en lugar de disminuir. Esta “marca” se logra en la medida en que la madre produce una versión exagerada (o atenuada) de la emoción del niño, mezclada, además, con otros sentimientos, tal como fue señalado más arriba.

El establecimiento de estas representaciones de segundo orden crea las bases para la regulación del afecto y el control de impulsos y provee una pieza esencial para el posterior desarrollo de la mentalización.

Vemos, por tanto, que en lo que hace a la constitución de las representaciones para simbolizar los afectos, Fonagy y colaboradores toman en consideración operaciones del niño distintas a las de monitoreo, reflexivas o inferenciales, y que consisten más bien en un *proceso de simbolización* que, mediado por el funcionamiento reflexivo materno, produce una *transformación* de las representaciones primarias (experiencia vivida inicial de los afectos) en representaciones secundarias.

De todos modos, a lo largo de los distintos trabajos, tanto de Fonagy como de sus colaboradores, el acento queda puesto en las funciones de monitoreo, reflexión, etc. (cuyo adecuado desempeño es responsable de la capacidad de mentalizar) y en las perturbaciones de las mismas, que participan -según estos autores- en la determinación de la patología borderline, las anorexias, las adicciones, la depresión, etc. (Bateman, Fonagy, 2012). Este acento puede ejemplificarse con dos definiciones de mentalización presentes en textos distintos (seleccionadas entre muchas otras, que poseen similar contenido):

a) *“La emergencia de la capacidad para concebir los estados mentales como explicaciones del comportamiento en uno mismo y en los demás, es el constructo organizador del enfoque basado en la mentalización del desarrollo social (...) En estudios de investigación hemos utilizado el término “función reflexiva” para referirnos a un índice cuantificado de la mentalización relacionada con el apego”* (Fonagy, 2006, p. 53)

b) *“La Función Reflexiva se define como la capacidad para imaginar y pensar acerca de los estados mentales, tanto en uno mismo como en los demás, al servicio de construir modelos realistas de por qué razón tiene lugar tal comportamiento, pensamiento o sentimiento”* (Bouchard et al., 2008, p. 48).

Ejemplo clínico

Resultará de utilidad ilustrar estas ideas con un ejemplo, consistente en las respuestas que dio un entrevistado a las preguntas formuladas en relación a una de las situaciones planteadas en el Test de Situaciones para la Evaluación de la Mentalización (TESEM) (Lanza Castelli, 2011b), en el curso de una investigación.

Como se observará en el ejemplo, este test -que está basado en la teoría de Fonagy- está construido de modo tal que plantea situaciones y luego, mediante las preguntas que se formulan respecto de las mismas, insta al entrevistado a que ponga en juego su capacidad mentalizadora, cuyo desempeño, nivel y adecuación puede evaluarse con este instrumento.

En este caso el entrevistado es un arquitecto de 45 años, separado, que responde a las preguntas de la siguiente situación:

Usted conoce a una mujer que ha enviudado hace 5 años. Inician una relación amorosa y a los pocos meses ella le dice que vaya a vivir a su casa, donde vive también su hijo de 15 años.

Él conversa a veces con usted animadamente, pero en la mesa se queda callado y algunas veces cuestiona sus opiniones con cierta dureza.

En esas ocasiones usted alterna entre no responderle y contestarle, en cuyo caso se genera una discusión.

Cuando el hijo de su pareja lo cuestiona con dureza, ella alterna entre no decir nada y reprenderlo. Pero si usted discute con él, tiende a ponerse del lado de su hijo.

- a) ¿Qué es lo que usted siente en la relación con el hijo de su pareja?
- b) ¿Qué piensa respecto de la forma en que usted actúa y de los motivos que lo llevan a actuar de esa manera?
- c) ¿A qué atribuye que el hijo de su pareja actúe como lo hace?
- d) ¿Qué imagina que él siente y piensa?
- e) ¿A qué atribuye que su pareja actúe como lo hace?
- f) ¿Qué imagina que ella siente y piensa?

Como puede verse, las preguntas indagan la capacidad para la identificación de los propios sentimientos que posee el entrevistado (a); inquieren asimismo la capacidad que el mismo posee para reflexionar acerca de los estados mentales que subyacen a su comportamiento (b); de igual forma, buscan establecer la capacidad que posee quien

responde para imaginar los motivos que guían el comportamiento ajeno (del hijo de su pareja en este caso) (c); por lo demás, también intentan explorar la capacidad del sujeto para inferir de un modo pertinente y descentrado los pensamientos y sentimientos plausibles del otro en la situación planteada (d); junto con lo anterior, buscan también explorar la capacidad para inferir las motivaciones que llevan al otro personaje de la situación (en este caso, su pareja) a actuar como lo hace, y colegir sus sentimientos y pensamientos (e, f) y el grado en que puede diferenciarlos de los suyos propios y de los del primer personaje (el hijo).

Por último, esta prueba evalúa también la capacidad de quien la realiza para ponerse imaginariamente en el lugar del protagonista de la historia, aceptando y aprehendiendo de forma adecuada la situación que se le plantea.

Las preguntas que se formulan a raíz de la situación, apuntan directamente a evaluar algunas de las capacidades que forman parte de la mentalización. El resto de las 11 situaciones que componen el TESEM evalúan estas y otras capacidades en situaciones diversas y variadas.

Cabe consignar ahora las respuestas del entrevistado y llevar a cabo después un breve comentario de las mismas.

a) ¿Qué es lo que usted siente en la relación con el hijo de su pareja?

a.1) *“Cuando estamos los dos solos y charlamos, me siento bien, me gusta charlar con él. Pero en la mesa me enojo con él cuando me agrede, aunque luego me arrepiento de haberle discutido y siento culpa porque a veces percibo sus celos y su angustia por no tener ya a su madre sólo para él”.*

b) ¿Qué piensa respecto de la forma en que usted actúa y de los motivos que lo llevan a actuar de esa manera?

b.1) *“Cuando charlamos a solas creo que actúo bien al hablar con él, ya que me parece que le hace falta un padre y creo que me toma en parte como un equivalente. Respecto a mi actitud en la mesa, cuando él me critica, pienso que no debería discutirle, pero hay veces que no puedo controlarme. En esos momentos no sólo me molesta su actitud agresiva, sino que me enoja que ella se ponga de su parte...siento que se unen entre ellos y que yo quedo de lado, y creo que eso es lo que más me afecta”.*

c) ¿A qué atribuye que el hijo de su pareja actúe como lo hace?

c.1) *“Porque hasta que yo llegué, él tenía a la madre sólo para él, disfrutaba de su atención y se sentía el hombre de la casa. Ahora, con mi llegada, se siente desalojado de este lugar y eso le produce celos, dolor y enojo, esto último tanto con la madre como conmigo. Pero eso pasa cuando estamos los tres juntos. Cuando no está la madre, él tiene otra actitud conmigo, más amistosa. Me pregunto si, como dije antes, no será porque como ha perdido al padre necesita un hombre con el que poder hablar. Entonces tiene un conflicto interno que lo lleva a tener actitudes tan contradictorias”.*

d) ¿Qué imagina que él siente y piensa?

d.1) *“En la situación en que estamos los tres juntos y me agrade, celos porque antes tenía a la madre para él. Pero también culpa por sus actitudes agresivas, porque sabe que la madre me quiere. Quiere que me vaya, pero también piensa que en ese caso la madre se quedaría sola nuevamente y sufriría. Esto le produce un conflicto, de ahí que sienta culpa por agredirme y muchas veces no lo haga y se quede callado, aunque en otros momentos los celos y el enojo son más fuertes que él y no puede dejar de hacerlo. Lo que él siente y piensa cuando estamos los dos solos, ya lo respondí antes: se siente contento de que haya un hombre con el que poder hablar. Piensa que en ese aspecto está menos solo que antes”.*

e) ¿A qué atribuye que su pareja actúe como lo hace?

e.1) *“Porque se da cuenta que el hijo está celoso y dolorido. Siente pena por él y entonces el ponerse de su lado es su modo de hacerle sentir que no ha dejado de quererlo, que sigue siendo importante para ella. Pero también incide en su actitud el amor que le tiene y lo ligada que se encuentra a él. De todos modos experimenta un conflicto, porque cuando el hijo me agrade se ve puesta en un dilema, ya que nos ama a los dos, pero prevalece la conjunción del amor al hijo y de la pena por provocarle dolor, sobre el amor que me tiene a mí”.*

f) ¿Qué imagina que ella siente y piensa?

f.1) *“Que si bien me quiere y se alegra que yo viva con ellos, le angustia y da pena ver los celos de su hijo. También siente algo de enojo por el egoísmo de él, porque parece no darse cuenta, o no importarle, de lo feliz que ella está con mi presencia en la casa.*

De todos modos, se pregunta si ha sido una buena idea decirme que vaya a vivir ahí”.

Comentarios de las respuestas:

En lo que hace a la mentalización del propio self, vemos que el entrevistado puede identificar con claridad el enojo que le produce la actitud de su pareja (b.1), como también los sentimientos que tiene hacia el hijo de la misma (le gusta charlar con él, se enoja cuando lo agrade) y el conflicto que padece cuando se deja llevar por dicho enojo (“me arrepiento y siento culpa”).

Asume asimismo la dificultad para controlar su enojo y el hecho de que lo que más le afecta es sentir que madre e hijo se unen entre ellos y él queda de lado.

En lo que hace a la mentalización del otro, vemos que el entrevistado advierte la diferencia en el comportamiento del hijo de su pareja en dos situaciones diferentes: cuando están los dos solos; cuando están los tres juntos. En este último caso diferencia también entre actitudes distintas de aquél: quedarse callado, discutirle con dureza. A partir de discernir esta diferencia, atribuye estados mentales diversos a cada uno de esos

comportamientos.

1) *Situación en la mesa*: le atribuye variados y diversos estados mentales lo que muestra que *construye un modelo de la mente del hijo de su pareja* de gran complejidad y riqueza.

Por un lado, le atribuye celos como motivo de su actitud hostil, haciendo derivar tanto a los celos como a la hostilidad, de una situación que se ha modificado (antes tenía a la madre sólo para él, ahora no). Esta posibilidad de discernir el origen de los sentimientos atribuidos (celos, hostilidad) en una situación interpersonal determinada, es indicadora de un alto nivel de mentalización (Allen, Fonagy, Bateman, 2008)

A la vez, el entrevistado puede atribuirle un conflicto anímico al hijo en la medida en que considera en forma simultánea diversos sentimientos en el mismo, presentes en dos vínculos distintos: celos hacia él y amor hacia la madre. De igual forma infiere las consecuencias anímicas complejas que suscita su comportamiento: el amor hacia la madre incluye un deseo de no compartirla, pero también la comprensión de que ella es feliz con su nueva pareja, por lo que siente culpa de su actitud agresiva para con la misma.

Asimismo, el entrevistado le atribuye al hijo la capacidad de anticipar las consecuencias de la eventual satisfacción de su deseo hostil (que su rival se vaya) en el sentir de la madre, en la medida en que es capaz de tomar en cuenta el amor de ella hacia su pareja y la circunstancia en que se encontraba antes de la aparición de él (soledad), a la que volvería si éste se fuese, a raíz de lo cual sufriría.

El entrevistado hace derivar unos sentimientos de otros: del conflicto mencionado surge culpa, que entra en contradicción con los celos y el enojo; el predominio de la primera explica el quedarse callado del hijo, el predominio de los segundos el comportamiento hostil que no puede frenar.

2) *Cuando están solos*: la situación es más sencilla y es diferenciada claramente por el entrevistado de la situación en la mesa. Toma en cuenta la soledad del hijo en lo que tiene que ver con la compañía de un padre (ya que el suyo murió) y puede atribuirle alegría por tener un hombre con el que hablar. El estado mental atribuido es pertinente y si bien esta parte de la respuesta no tiene la complejidad de la anterior, tampoco la tiene la situación misma, aunque se pone en juego en ella la relación del hijo con el padre muerto y la posibilidad de aceptar (o no) a alguien que ocupe un rol en alguna medida comparable.

El hecho de que el entrevistado haya llevado a cabo una clara diferenciación entre ambas situaciones y haya atribuido a una y a otra estados mentales tan diversos, es signo elocuente de su capacidad mentalizadora.

Considero que este ejemplo ilustra con claridad el punto de vista predominante en el planteamiento de Fonagy, que se interesa por inferir el grado en que funcionan adecuadamente (o no) una serie de capacidades, algunas de las cuales han sido evaluadas por las preguntas que forman parte de la situación antes consignada. Para sintetizarlo brevemente, podríamos decir que en este enfoque se pone el acento en la capacidad que el entrevistado (o paciente) posee para construir un modelo adecuado de la mente propia y de

la ajena, para hacer inferencias respecto de los pensamientos y sentimientos de sí mismo y del otro, de las motivaciones que guían el propio comportamiento y el de su partenaire, para advertir eventuales complejidades, ambivalencias y conflictos en los estados mentales propios y ajenos. También importa la capacidad para vincular el comportamiento de sí mismo y del otro, y los estados mentales que subyacen al mismo, con la situación interpersonal de que se trate.

Cabe agregar, no obstante, que esta caracterización de la mentalización es parcial, ya que toma en consideración solamente a la mentalización explícita o deliberada. Razones de espacio me impiden desarrollar aquí lo referido a la mentalización implícita (automática) y a la mentalización de la afectividad, de tanta importancia clínica (Lanza Castelli, 2009, 2011a). De todos modos, la inclusión de estas modalidades de la mentalización no alteraría en nada lo central de la argumentación en juego, ya que también en ellas se jerarquizan las operaciones de aprehensión, interpretación, etc., en un sentido análogo a como han sido caracterizadas en las consideraciones precedentes.

Nuevas propuestas: Mentalización reflexiva y mentalización transformacional

Una serie de autores en el campo psicoanalítico han puesto el acento más bien en los procesos simbolizantes y transformacionales, y han desarrollado modelos diacrónicos del surgimiento, estructura y transformaciones del mundo representacional. En sus planteamientos retoman, de modos diversos, la propuesta freudiana (Freud 1896, Maldavsky, 1977) acerca de diversos estratos de representaciones, cualitativamente distintos, que surgen en períodos diferentes de la vida y que poseen una capacidad también diversa de gestión, ligadura o contención del empuje pulsional y la experiencia emocional (Aulagnier, 1975; Duparc, 1998; Green, 1996; Kristeva, 1974; Lecours, Bouchard, 1997).

Si bien las diferencias entre ellos no son menores, debido a los distintos marcos teóricos de los que parten, todos coinciden en afirmar que nuestra mente funciona llevando a cabo retranscripciones, traducciones, simbolizaciones de experiencias sensorio-motrices originarias, mediante la utilización de representaciones más elaboradas (en necesaria interrelación con el objeto primario, que interactúa con el niño de un modo empático, amoroso y reflexivo), con lo cual se instituye, complejiza y diferencia el mundo representacional y se tramitan de modo más adecuado los afectos e impulsos.

Algunos de estos autores postulan que en sus inicios estos procesos consisten en una función de ligadura que conecta excitaciones corporales con representaciones. Para Lecours y Bouchard (1997) este proceso puede ser considerado como el creador del “ello psíquico”, el cual requiere para su constitución, la metabolización mental de las excitaciones somático-corporales, esto es, la *transformación* de excitaciones en impulsos y afectos que posean carácter *psíquico* (“...la representación inconsciente, más que un dato de partida es el producto de un trabajo” Green, 1987, p. 147), ya que el recién nacido necesita transformar las experiencias concretas, crudas, no mentalizadas. A su vez, en la continuación de este proceso tiene lugar una complejización creciente en el entramado representacional que va

ligando los impulsos y afectos mencionados.

Los inicios del concepto *mentalización*, entendido en este sentido, se encuentran en la obra de Pierre Marty, Michael Fain y Christian David (Fain, David, 1963; Fain, Marty, 1964; Marty, 1991), quienes lo utilizaron para intentar comprender las perturbaciones psicósomáticas en las que advirtieron una marcada pobreza en la vida de fantasía, así como un pensamiento ligado a lo concreto. Pierre Marty caracteriza a la mentalización como un concepto referido a “la cantidad y calidad de las representaciones psíquicas de los individuos” (1991, p. 11). Añade que en el curso del desarrollo tiene lugar una organización progresiva de distintos tipos de representaciones, cada vez más elaboradas, que se asocian entre sí y se ligan a valores afectivos y simbólicos. Por lo demás, dichas representaciones sirven a la tarea permanente del aparato psíquico, consistente en elaborar las excitaciones provenientes de las pulsiones, como así también las movilizaciones afectivas que tienen lugar en el intercambio interpersonal (Marty, 1991).

En una línea similar se encuentran los trabajos de Lecours y Bouchard (1997), quienes postulan en la mentalización un continuo de cualidad mental creciente, que se extiende entre los polos de la somatización y el insight.

Si consideramos desde este punto de vista las vicisitudes de la ansiedad, por ejemplo, podríamos decir que la misma puede actualizarse como lesión somática en una úlcera, como activación somática en la taquicardia, como actividad motora en el caminar inquieto (de un lado a otro), como imaginería onírica en un sueño, como emoción sentida (el sentimiento de ansiedad), o articularse con complejos representacionales e intersubjetivos, como en el temor a la competencia con una figura paterna (que activa la angustia de castración).

Este ejemplo muestra que en este enfoque la mentalización es vista como un proceso de transformaciones continuas e inacabadas de los contenidos psíquicos, a través de la multiplicación y la organización de las representaciones.

En este sentido, la mentalización puede ser considerada como el sistema inmune de la psique, en la medida en que absorbe estresores internos y externos, excesos traumáticos y presiones internas, procesa sus efectos en el cuerpo y los elabora en sentido progresivo. Incluye procesos como la representación, la simbolización y una serie de procesos de traducción, retranscripción y transformación.

En los autores mencionados estos procesos son comprendidos de modos diversos, aunque todos coinciden en entender la mentalización como un proceso de complejización progresiva.

Dos definiciones tal vez ilustren este modo de ver las cosas:

*“...proponemos explicar la mentalización como una referencia a una clase general de operaciones mentales, incluyendo la representación y la simbolización, que conducen específicamente a una **transformación** y elaboración de experiencias afectivo-impulsivas en fenómenos y estructuras mentales crecientemente organizados”* (Lecours, Bouchard, 1997, p. 858) [negritas agregadas]

*“El concepto mentalización se refiere a la manera cómo las excitaciones básicas somáticas, motrices o intersubjetivas sufren una **transformación** cualitativa que las transforma en contenidos mentales dentro de una matriz humana intersubjetiva y personal” (Killingmo, 2005, p. 112) [negritas agregadas].*

Dado que los dos enfoques mencionados hasta aquí utilizan el mismo término “mentalización” (o al menos lo hacen algunos de los autores mencionados en segundo término), considero que puede ser más claro hablar de “mentalización reflexiva” en el caso de los aportes de Fonagy y colaboradores, y de “mentalización transformacional” en el caso de las propuestas de los otros autores.

Cabe preguntarse, llegados a este punto, si es posible establecer alguna conexión entre ambas clases de mentalización, si entre las mismas existen relaciones de complementariedad, primacía, etc., si es posible enriquecer los desarrollos de Fonagy con las aportaciones de algunos autores que han trabajado más bien en la mentalización transformacional, de modo tal que podamos tener una comprensión más amplia de los diversos procesos mentalizadores de los pacientes, con la expectativa de que este enriquecimiento conceptual permitiría un abordaje clínico más complejo y matizado.

Por mi parte, considero que la respuesta es afirmativa y que vale la pena llevar a cabo un trabajo que profundice en esta dirección. En lo que sigue intento dar un pequeño paso en tal sentido, mostrando la relación entre ambas clases de mentalización a través del análisis de *la traducción (transformación) que tiene lugar cuando se traspone en palabras el pensar interior*.

Utilizo para ello un ejemplo (que consiste en una experiencia personal) en el que puede verse el trabajo de los procesos transformacionales (“mentalización transformacional”) en el funcionamiento mental adulto y su relación con la mentalización en el sentido en que la entiende Fonagy (“mentalización reflexiva”).

Antes de adentrarnos en el mismo, deseo mencionar que desde un planteamiento psicoanalítico clásico es habitual suponer que el pensamiento es básicamente verbal, en tanto patrimonio del sistema Prec, del cual se postula que está constituido por representaciones-palabra que eventualmente sobreinvisten a las representaciones-cosa, más propias del sistema Inc.

De todos modos, cabe recordar que en más de una ocasión Freud distinguió el pensamiento de los “signos del lenguaje” (o “recuerdos de palabra”), con los que puede, o no, asociarse (1900, pp. 566, 605) y que también se refirió al pensar en imágenes en diversos textos (1900, 1923). Por esta razón, aún desde este punto de vista, considero que la equiparación plena de pensar y verbalización no puede sostenerse.

Por mi parte, postulo que en el funcionamiento habitual de nuestra mente encontramos dos tipos de pensamiento, uno basado efectivamente en palabras, pero también otro basado en “significantes” de otra índole, básicamente imágenes y sensaciones.

Por lo demás, cuando este segundo tipo de pensamiento es traducido en palabras se

lleva a cabo un procesamiento del mismo, consistente en una serie de *transformaciones* que modifican su formato inicial y producen una serie de cambios en él.

Se trata, entonces, de caracterizar *el estilo de procesamiento que realiza del pensar interior al ponerlo en palabras* (“mentalización transformacional”) y de tratar de ver cómo se relaciona dicho procesamiento con la “mentalización reflexiva”.

Entrando ahora de lleno en el desarrollo de este punto, cabe señalar que en relación a lo que he llamado “pensar interior”, es pertinente diferenciar en él dos tipos de formatos distintos, a los efectos de especificar mejor las reflexiones que desarrollaré en lo que sigue:

Uno de estos formatos es el llamado “*habla sin sonido*” (Luria, 1980), la cual posee la misma estructura que el lenguaje hablado (o escrito), sólo que sin la emisión sonora o gráfica correspondiente. Mediante el habla sin sonido es como muchas veces nos hablamos a nosotros mismos, por ejemplo cuando nos damos indicaciones, o tratamos de calmarnos o consolarnos. En este caso “pensar” y “pensar verbal” coinciden.

Junto al habla sin sonido encontramos el “*habla interna*” o “habla para sí mismo”, que posee otro formato, con características específicas que es importante diferenciar de aquellas propias de la primera y que se apoya generalmente en “significantes” consistentes en sensaciones, imágenes, fragmentos de palabras o de frases (Lanza Castelli, 2010).

Anotaciones personales sobre el habla interna. Últimas reflexiones sobre la mentalización reflexiva y la mentalización transformacional

En lo que sigue intentaré caracterizar las transformaciones que sufre el habla interna, en la medida en que es procesada verbalmente, así como algunos efectos de dicho procesamiento.

Utilizo para ello una breve anotación personal que realicé a partir de dos pensamientos, cuyas características pude registrar con claridad y consignar en el momento mismo en que los detecté.

Realizo previamente dos aclaraciones para que se comprendan con mayor claridad los pensamientos consignados.

1) El día previo a mi anotación, me había encontrado con Fabián, psicoanalista amigo, a quien le había referido algunas de las ideas que estaba desarrollando en un seminario, sobre la articulación entre psicoanálisis y cognitivismo. Con posterioridad en nuestra charla, nos extendimos sobre otros temas y no volvimos a mencionar este punto.

2) En lo que escribo, hago referencia a X [institución psicoanalítica] en la que yo había presentado un trabajo sobre el diario de autoexploración (Lanza Castelli, 2004) que recibió una serie de críticas desde una postura que consideré “ortodoxa”. Por mi parte, evalué dicha postura como cerrada y retrógrada, como suelen serlo, según mi opinión personal, todas las ortodoxias.

Transcribo, entonces, la breve anotación y a continuación, de una manera ampliada, la descripción que hice de los pensamientos que me surgieron mientras escribía y que consigné en su momento.

Posteriormente hago una comparación entre los pensamientos, tal como aparecieron en mi mente y su transposición en escritura.

“Me encontré con Fabián, le conté lo que estoy dando en el seminario sobre psicoanálisis y cognitivismo. En un momento me cuestionó algo sin entender bien...”

me acuerdo de la frase que comentó la vez pasada Roberto, que decía Allport “qué difícil es modificar los prejuicios a pesar de las evidencias e investigaciones en contra”

“Pienso ahora en la gente de X cuando me hicieron el comentario sobre mi trabajo. Me llamó la atención lo cerrados y ortodoxos que eran y que también criticaron sin entender...”

[Siguen a continuación pensamientos sobre ésta y otras conversaciones con Fabián, que dejo sin referir aquí. *Mientras escribo lo arriba consignado*, advierto que tildo a mi amigo de prejuicioso y que hago una equiparación entre su persona y la gente de X. También recuerdo (y revivo parcialmente) un cierto enojo, que registré de un modo fugaz cuando hizo ese comentario, y que olvidé posteriormente].

Cuando estaba escribiendo que Fabián *“...me cuestionó algo sin entender bien...”* surgió en mi mente el pensamiento sobre la frase de Allport, que en él quedó meramente aludida. En realidad, *el pensamiento era una especie de idea vaga* que no incluía ni el nombre de Allport ni el texto de la frase que luego escribí. *Era una alusión en la que yo sabía, de modo global e intuitivo*, de qué se trataba. No tenía forma verbal, *era como una imagen vaga*, un pensamiento no traducido en palabras *que incluía también una sensación del sentido de ese pensamiento, algo como una sensación de dureza* (la rigidez mental de mi amigo). Si fuese a traducir ese pensamiento, en su forma original, en palabras, a los efectos de transmitirlo de algún modo, sonaría como *“Fabián-duro-modificar”*. La segunda parte de la frase *“...a pesar de las evidencias e investigaciones en contra”* no aparecía de modo explícito en mi pensamiento, si bien su sentido estaba presente en él.

El pensamiento que en el interior de mi mente queda meramente aludido, si bien me entrega su significado *de modo intuitivo e instantáneo*, se despliega en la escritura de un modo serial, mucho más elaborado y complejo, e incluye las ideas de “evidencia” e “investigaciones” que no se hallaban en mi mente de modo explícito.

La palabra “prejuicios”, de la segunda frase, me trajo la imagen visual fragmentaria, apenas esbozada o esquemática, de la gente de X, en una actitud tensa, cerrada, tal como estaban el día en que comentaron críticamente mi trabajo. El sentido, en mi mente, de este *pensamiento en imágenes* era el de cerrazón y el de no entender; no aparecía, en cambio -de modo explícito-, la idea de “ortodoxia”, que sólo surgió en el momento en que escribía.

Nos podemos interrogar acerca de por qué cuando estaba escribiendo *“...me cuestionó algo sin entender bien...”* surgió el pensamiento sobre la frase de Allport y, posteriormente, el pensamiento sobre X. Entiendo que la razón es que ambos expresan -de modo indirecto- una crítica hacia mi amigo, que no aparece en la frase con la que comienzo. El primer

pensamiento lo tilda de prejuicioso, el segundo de cerrado y ortodoxo. Esta crítica podría ser formulada de la siguiente manera: “qué prejuicioso es Fabián, que difícil es que modifique sus prejuicios y entienda lo que le digo. Me enoja su actitud cerrada. Es igual que la gente de X, que criticó desde la ortodoxia”.

El no haberle expresado este cuestionamiento a mi amigo en su momento, fue lo que hizo que permaneciera vigente en mi interior y que se abriera paso a través de la escritura. Cabe agregar que *estos pensamientos se me hicieron más claros en la medida en que me puse a escribir* y que fue en el curso de esta acción que recordé y reviví el enojo que había sentido hacia él. Estas acciones psíquicas (identificar con mayor claridad los pensamientos, recordar, revivir el afecto) muestran un incremento en el “mentalizar reflexivo”, promovido por el “mentalizar transformacional” que tuvo lugar al poner en palabras el pensar interior.

Podemos ahora intentar caracterizar con mayor detalle en qué consistió este “mentalizar transformacional”, vale decir, cuáles fueron las operaciones contenidas en él, responsables del cambio en el formato del pensar interior al ser traducido en palabras.

Estas operaciones, que tuvieron lugar en forma simultánea, son las siguientes:

- a) El *despliegue* de los elementos contenidos en el pensar interior, pero no explicitados en él (por ejemplo, la frase de Allport, las ideas de “evidencias en contra” “investigaciones” “ortodoxia”, etc.), que implica una *diferenciación de diversos pensamientos* a partir de un todo indiferenciado inicial: en el texto escrito quedan diferenciados diversos pensamientos: “es difícil modificar los prejuicios” “aunque haya evidencias en contra” “aunque haya investigaciones en contra” (estos dos últimos pensamientos quedan combinados en un pensamiento complejo que incluye a los dos). En el pensar interior, en cambio, aparecía un pensamiento global que albergaba estos distintos significados de modo no desplegado ni diferenciado.
- b) La *configuración*, esto es, un dar forma precisa a pensamientos que carecían de ella, como se advierte comparando la forma vaga que tenía el pensamiento en mi interior y el formato que adquirió en la segunda frase del texto escrito (recuerdo de la frase de Allport).
- c) La *trasposición en palabras* de un pensamiento en imagen (el de la escena en X) y de otro que consistía más bien en una sensación. O sea, hay una sustitución de los significantes en que se apoya el pensar.
- d) Este transponer en palabras se acompañó de una *organización* de las mismas, acorde a leyes semánticas, sintácticas y lógicas.

Como podemos ver, estas operaciones producen una verdadera *transformación* de un formato en otro distinto, y también de un tipo de pensamiento (“pensar interior”) en otro diferente (pensar verbal).

Por lo demás, este proceso de *traducción y transformación* (“mentalización transformacional”), favoreció un incremento en el “mentalizar reflexivo”, entendido en el sentido mencionado al comienzo. Como fue dicho más arriba: “Cabe agregar que estos

pensamientos *se me hicieron más claros en la medida en que me puse a escribir* y que fue en el curso de esta acción que recordé y reviví el enojo que había sentido hacia él. Estas acciones psíquicas (identificar con mayor claridad los pensamientos, recordar, revivir el afecto) muestran un incremento en el “mentalizar reflexivo”, promovido por el “mentalizar transformacional” que tuvo lugar al poner en palabras el “pensar interior”.

Podemos hacer por tanto una propuesta respecto a la relación entre los dos tipos de mentalización que hemos distinguido: parecería que la “mentalización transformacional”, que incluye los procesos de *traducción y transformación* es lógicamente anterior a la actividad de la “mentalización reflexiva”, y que la puesta en juego de la primera favorece un incremento en esta última, tal como ha sido ilustrado en este ejemplo.

Por lo demás, la simultaneidad en el funcionamiento de una y otra (*estos pensamientos se me hicieron más claros en la medida en que me puse a escribir* y que *fue en el curso de esta acción* que recordé y reviví el enojo que había sentido hacia él) muestra también su íntima imbricación en toda una serie de casos.

En aquellas situaciones como las del primer ejemplo (las respuestas a las preguntas del TESEM) en las que sólo se ve el funcionamiento de la mentalización reflexiva, cabe considerar, de todas formas, que el buen desempeño de la misma (como la que tuvo el entrevistado en sus respuestas a las preguntas que se le hicieron) supone la previa constitución de un sistema representacional para los estados mentales -ocurrida en la historia del sujeto-, que tiene su origen en la constitución de las representaciones secundarias para simbolizar los afectos, reseñada más arriba, en la que se pone en juego una mentalización transformacional.

El segundo ejemplo que he tomado en consideración en este trabajo, muestra a la mentalización transformacional operando en un nivel muy elevado del desarrollo mental, cuando se pone en juego el pensar verbal. Para una comprensión más plena de los procesos de la misma, es necesario, sin duda, un estudio detenido de los diversos pasos de dichos procesos, que van desde las experiencias sensoriales-emocionales más arcaicas, hasta las formas más elaboradas de pensamiento y funcionamiento mental. Si bien no he de abordar en este trabajo dicha caracterización, la referencia a las formas que puede adquirir la ansiedad, referida anteriormente, da una idea de algunos de los hitos que jalonan este desarrollo, como así también de los efectos de su fracaso.

Volviendo a la diferenciación entre “mentalización reflexiva” y “mentalización transformacional”, podríamos decir que si consideramos el funcionamiento mental actual de un paciente, la distinción entre ambas clases de mentalización no carece de importancia teórica y clínica, ya que en dicho funcionamiento mental actual resultará útil evaluar qué funciones de una y otra formas del mentalizar están perturbadas, a los efectos de establecer focos de trabajo y estrategias de abordaje adecuados a cada caso.

Así, no será lo mismo suponer que, por ejemplo, la falta de conciencia de los propios afectos que padece un paciente, obedece a una falla en los procesos de constitución de las representaciones necesarias para simbolizarlos (mentalización transformacional), o a un

déficit en la capacidad para identificarlos y denominarlos (mentalización reflexiva).

En ésta y en otras situaciones en las que se podría plantear una disyuntiva similar, el deslinde entre ambas clases de mentalización, la comprensión de su interrelación y la posibilidad de advertir cuál de ellas se encuentra en déficit, resultará de utilidad para nuestra comprensión y abordaje del caso de que se trate.

REFERENCIAS

- Allen, J.G., Fonagy, P., Bateman, A. (2008). *Mentalizing in Clinical Practice*. Washington: American Psychiatric Publishing
- Aulagnier, P. (1975). *La violencia de la interpretación. Del pictograma al enunciado*. Buenos Aires: Ed Amorrortu, 2001
- Bateman, A., Fonagy, P. (2004). *Psychotherapy for Borderline Personality Disorder. Mentalization-based Treatment*. Oxford. University Press
- Bateman, A., Fonagy, P. (comps) (2012). *Mentalizing in Mental Health Practice*. American Psychiatric Publishing, Inc.
- Bouchard, M.A., Target, M., Lecours, S., Fonagy, P., Tremblay, L.M., Schachter, A., Stein, H. (2008). Mentalization in Adult Attachment Narratives: Reflective Functioning, Mental States, and Affect Elaboration compared. *Psychoanalytic Psychology*, vol 25, Nro 1, 47-66
- Duparc, F. (1998). *L'élaboration en Psychanalyse*. L'Esprit du Temps.
- Fonagy, P. (2006). The Mentalization-Focused Approach to Social Development, en Allen, JG, Fonagy, P. (eds) *Handbook of Mentalization-Based Treatment*. John Wiley & Sons, Ltd
- Fain, M. & David, C. (1963). Aspects fonctionnels de la vie onirique. *Revue Francaise de Psychoanalyse*, 27: 241-343
- Fain, M. & Marty, P. (1964). Perspective psychosomatique sur la fonction des Fantâmes. *Revue Francaise de Psychoanalyse*, 28: 609-622
- Fonagy, P., Gergely, G., Jurist, E., Target, M. (2002). *Affect Regulation, Mentalization, and the Development of the Self* Other Press.
- Freud, S. (1896). Carta 52. en *Obras Completas*. Buenos Aires: Ed Amorrortu, T I, pp.274-280.
- Freud, S. (1900). La interpretación de los sueños, en *Obras Completas*. Buenos Aires: Amorrortu, T IV/V
- Freud, S. (1923). El Yo y el Ello, en *Obras Completas*. Buenos Aires: Amorrortu T XIX
- Gergely, G. (2003). The development of teleological versus mentalizing observational learning strategies in infancy. *Menninger*, Volume 67, Nro 3, pp. 113-131.
- Green, A. (1987). La representación de cosa entre pulsión y lenguaje, en Green, A (1996) *La metapsicología revisitada*. Buenos Aires: Ed Eudeba.
- Green, A. (1990). *La folie privée. Psychanalyse des cas limites*, Paris: Gallimard.
- Green, A. (1996). *La metapsicología revisitada*. Buenos Aires: Ed Eudeba.
- Killingmo, B. (2005). Una defensa de la afirmación en relación con los estados de afectos no mentalizados, en Maladesky, A, Lopez, M, Lopez Ozores, Z (eds.) *Psicosomática: aportes teórico-clínicos en el siglo XXI*. Lugar editorial

- Kristeva, J. (1974). *La Révolution du langage poétique*, Paris: Ed du Seuil.
- Lanza Castelli, G. (2004). El uso del diario personal en la psicoterapia psicoanalítica *Actualidad Psicológica*, Julio 2005
- Lanza Castelli, G. (2009). Mentalización y expresión de los afectos: un aporte a la propuesta de Peter Fonagy. *Aperturas Psicoanalíticas*, 31 <http://www.aperturas.org/revistas.php?n=034>
- Lanza Castelli, G. (2010). Poner en palabras, mentalización y psicoterapia *Aperturas Psicoanalíticas. Revista internacional de psicoanálisis*, Nro 36. <http://www.aperturas.org/revistas.php?n=039>
- Lanza Castelli, G. (2011a). Las polaridades de la mentalización en la práctica clínica. *Clínica e Investigación Relacional*, 5(2) <http://www.psicoterapiarelacional.es/CeIRREVISTAOnline/Volumen52Junio2011/tabid/833/Default.aspx>
- Lanza Castelli, G. (2011b). El Test de Situaciones para la Evaluación de la Mentalización. *Revista de la Asociación de Psicoterapia de la República Argentina*, Año IV, Nro 2 <http://www.revistadeapra.org.ar/ultimo.htm>
- Lecours, S. & Bouchard, M.A. (1997). Dimensions of Mentalization: Outlining Levels of Psychic Transformation. *International Journal of Psychoanalysis*, 78, 855-875.
- Luria, A. R. (1980). *Fundamentos de Neurolingüística*, Barcelona: Toray
- Main, M. (1991). Metacognitive knowledge, metacognitive monitoring and singular (coherent) vs multiple (incoherent) models of attachment, en Parkes, C.M., Stevenson-Hinde, J., Marris, P. *Attachment Across the Life Cycle*, London, Routledge, pp. 127-159.
- Maldavsky, D. (1977). *Teoría de las representaciones. Sistemas y matrices, transformaciones y estilo*. Buenos Aires: Ed Nueva Visión.
- Marty, P. (1990). *La Psicósomática del Adulto*. Buenos Aires: Editorial Amorrortu, 1992.
- Marty P. (1991). *Mentalisation et psychosomatique*. Collection Les Empêchers de Penser en Rond. Edité per Les Laboratoires Delagrande.

Original recibido con fecha: 11-5-2012 Revisado: 9-1-2013 Aceptado para publicación: 22-2-2013

NOTAS

¹ Psicoanalista. Psicoterapeuta acreditado por la Federación Latinoamericana de Psicoterapia y el World Council for Psychotherapy. Miembro de la Asociación de Psicoterapia de la República Argentina. Ex Presidente de la misma. Ex profesor titular de la materia *Clínica Psicológica y Psicoterapias* en la carrera de Psicología de la Universidad de Ciencias Empresariales y Sociales. Ex profesor titular de la materia *Patologías del Narcisismo* del postgrado de especialización en Psicoanálisis, de la Asociación de Psicólogos de Buenos Aires. Fue Secretario del Congreso Mundial de Psicoterapia que tuvo lugar en Buenos Aires, en 2005. Es director de la Revista de la Asociación de Psicoterapia de la República Argentina. Es autor de múltiples trabajos, publicados en revistas nacionales y extranjeras, sobre psicopatología, análisis del discurso, escritura y psicoterapia, mentalización y psicoterapia. Es compilador y coautor del libro *La escritura como herramienta en la psicoterapia*, en coautoría con Héctor Fernández Álvarez y Héctor Forini, editado en 2011 por Psimática (España). Ha diseñado dos pruebas para evaluar la mentalización: a) El Método para la Evaluación de la Mentalización en el Contexto Interpersonal (MEMCI) que será publicado próximamente en el *Journal of the European Federation for Psychoanalytic Psychotherapy*; b) El Test de Situaciones para la Evaluación de la Mentalización (TESEM), publicado en la *Revista de la Asociación de Psicoterapia de la República Argentina*. Año IV, Nro 2 <http://www.revistadeapra.org.ar/ultimo.htm> Ambos se encuentran en proceso de validación. Correo electrónico: gustavo.lanza.castelli@gmail.com Página web: www.mentalizacion.com.ar