

## RECENSIÓN DE LIBROS | REVIEW OF BOOK

### DESORGANIZACIÓN DEL APEGO, CLÍNICA Y PSICOTERAPIA CON ADULTOS

**Ignacio Serván**

Editorial: Desclee de Brouwer

Páginas: 336

ISBN: 9788433032164

Año de publicación: 2023



**Francisco José Iruela Bustos**

ORCID: <https://orcid.org/0009-0000-4482-8350>

Psicoterapeuta Col. CV15722. Valencia, España

#### Resumen

*En esta reseña, se habla acerca del libro “Desorganización del apego”, del psicólogo clínico, psicoterapeuta y supervisor acreditado por la Asociación Española de Psicoterapias Constructivistas (ASEPCO).*

#### ¿Por Dónde Comenzamos? Por el Principio

A un paciente le solía preguntar por dónde comenzamos y él, con una sonrisa decía: “por el principio”. Hagámosle caso. John Bowlby, creador del concepto de apego, hablaba de tendencias innatas a solicitar cuidado, ayuda y protección ante el peligro, y consuelo ante el dolor. Son conductas que se dan “desde la cuna a la tumba”.

El autor de este manual, realiza una revisión homérica de la teoría del apego, focalizándose en los conceptos de Apego Desorganizado (AD) y Desorganización del Apego (DA). En esta reseña hablaré de DA, ya que AD como categoría de apego presenta graves problemas, que no se tratarán aquí. Tampoco existe una

Fecha de recepción: 4 de septiembre de 2023. Fecha de aceptación: 14 de septiembre de 2023.

Correspondencia sobre este artículo:

E-mail: [fcoiruela@gmail.com](mailto:fcoiruela@gmail.com)

© 2023 Revista de Psicoterapia



definición pulida acerca de DA. Pero podemos entenderla como “la dificultad para mantener un patrón estable de comportamiento”. Lo cual “implica desregulación o una regulación precaria, potencialmente desadaptativa”. Como iremos viendo, su característica principal es la falta de integración, es decir, la incapacidad de procesar información experiencial cuando hay componentes contrapuestos.

Desde Bowlby, han surgido equipos de investigación, que han aprovechado el terreno fértil que dejó. Un hecho señalo como crucial: la creación de la Entrevista de Apego Adulto, por el grupo de Mary Main, a principios de los 80. En esta entrevista, se analizan los discursos de los padres, el modo que tienen de organizar su narrativa, su historia personal. Como señala Serván sobre este instrumento “es una prueba de estrés para el funcionamiento reflexivo”. Por funcionamiento reflexivo se entiende la capacidad psicológica “que organiza la experiencia de uno mismo y el comportamiento de los demás, en términos de estados mentales”. En dichos discursos, empezaron a observar estados mentales que podemos etiquetar como irresueltos, esto es, una falta de integración en la narrativa, una acumulación de incongruencias y lapsos. Refieren experiencias que fueron difíciles e intensas. El resultado es la distorsión del sentido del self, de los demás y el mundo. Ejemplos pueden ser pérdidas precoces, y otra serie de experiencias agrupadas como traumas. Formularon buenas hipótesis: ¿y si estos estados mentales irresueltos afectan al vínculo con el bebé? Por tanto: ¿y si estos estados mentales irresueltos crean patrones que se transmiten intergeneracionalmente? Bingo.

Las reglas tácitas del vínculo con los padres, van moldeando la experiencia de los infantes. Las van internalizando. ¿Qué pasa entonces si dichas reglas son poco claras e incluso contradictorias? Unas reglas perturbadas por los estados mentales irresueltos de los cuidadores. Esto implica que los guiones acerca del self, del mundo y de uno mismo con los otros significativos, queda dañada. Tenemos entonces las puertas abiertas para afectar a los modos de procesar la experiencia. De ahí hacia la desorganización del apego. El infante no puede predecir el comportamiento de sus padres, fallando la reducción de incertidumbre, una necesidad universal. Pues como dice el autor: “en ausencia de predictibilidad, no hay regulación posible”, no se puede dar “la expectativa de que el malestar va a ser regulado”, ya que “explorar y cambiar es más sencillo cuando uno puede confiar en que va a volver a un estado de regulación egosintónico”. Un ejemplo ilustrativo está en la carta nº11 Alejandra Pizarnik a su ex psicoanalista León Ostrov: “Yo creo que hay algo muy complejo y difícil y terrible en la gente como yo: los que no quieren curarse y demandan ayuda: ayúdame pues no quiero que me ayuden”.

La aventura continuó, y por desgracia, la Fortuna jugó sus cartas. No hay ninguna colaboración humana en armonía perpetua. La Ciencia no es hierática. Como señala Serván “parte de las distorsiones y malentendidos en relación con la DA tienen su origen en que los intereses personales se hayan antepuesto al rigor en el conocimiento”. Así que, cada cual miró por su parcela de reconocimiento. Por estos motivos, se desarrolla en el libro de manera muy instructiva los “mitos

y errores comunes en torno a la desorganización del apego”.

### **Hacia la Integración: Júntate y Vencerás**

El autor encauza gran cantidad de datos, para que podamos ver las variables áureas, que aguantan el paso del tiempo. Dos de ellas, interdependientes, son el sistema de apego y el sistema de exploración. El concepto que a mi entender ejerce como correa de transmisión es la “asociación corregida por metas”. Es una estrecha colaboración entre la madre y el bebé para desarrollar el “vínculo a tres” (tú, yo y el mundo), persiguiendo objetivos, interregulándose a la manera de GPS (siempre hay recálculos en dicho triángulo dinámico). Variables como la predictibilidad, firmeza y compartición de los estados mentales, influyen fuertemente en la seguridad del sistema de apego, lo cual modula el sistema de exploración del entorno.

Serván, tras repasar todas las teorías científicas sobre el apego, aporta un modelo integrativo. Lo llama: “un mapa imperfecto”. Pero, ¿podría ser de otra manera? Se correría el riesgo de ser un idealista poco dado al pragmatismo, al asemejar el mapa al territorio, como cuenta Borges en “Del rigor en la Ciencia”. Serván al exponer su modelo integrativo se pregunta: ¿puede la teoría del apego ser en adultos la llave para conectar la psicopatología con la personalidad?

Para ello, propone un planteamiento dimensional. La mayoría de estudios, se han centrado, por dificultades metodológicas y errores de planteamiento, en estudios categoriales (apego evitativo, apego seguro, apego ambivalente/resistente y desorganizado, generalmente). Sin embargo, la acumulación de datos habla de un continuum. Pasar del 2D al 3D. La visión dimensional es una perspectiva que también se están dando en otras áreas, como la Psicopatología. Prueba de ello son las constantes críticas a los manuales categoriales como el DSM, entre otros.

Habla de dos dimensiones que se dan simultáneamente en la experiencia subjetiva:

**-Dimensión vertical:** niveles de organización de la personalidad (aquí el autor muestra una deuda con V. Guidano) que puede ser normal, neurótico, borderline y psicótico. También se tiene en cuenta también el nivel de integración de las vivencias inmediatas (de alta a baja integración).

**-Dimensión horizontal del apego:** estilos de personalidad/procesamiento. Son organizaciones de significado, se corresponden con los estilos de vincularse tipo A, C y A/C del modelo DDM-A de P. Crittenden. Se debe de tener en cuenta la distorsión/desorganización de cada estilo.

La DA puede darse tanto en niveles de alta como baja integración de las experiencias. En el procesamiento de alta-moderada integración, la desorganización es puntual, a través de un episodio. Se puede hablar de “impases de desorganización”, lo que puede representarse como “agujeros negros” en la narrativa. La desorganización de carácter episódica puede también definirse como colapsos de significación, porque son “representaciones oscilantes que no se pueden integrar”. Tras el episodio, la persona, puede

reestructurarse, darle un sentido a posteriori a lo que ha vivido, con mayor o menor dificultad. Pero también tenemos una desorganización más de carácter estructural. Viene entonces al caso hablar de “pervasividad” de la desorganización. En adelante para abreviar hablaré solo de pervasividad (pervasiveness). La pervasividad es “la cualidad de pervasivo, que se extiende al total de algo y se convierte en una característica obvia de ese algo”. El término aúna los términos de intrusividad y extensión. A medida que hay menos integración en el procesamiento experiencial, hay más pervasividad en el proceso de DA. Así, aquella reflejará el grado de colonización del aparato psicológico de la persona. Existe una correlación inversa entre pervasividad y capacidad de integración. Cuánta más pervasividad menos integración y viceversa. Una alta pervasividad correlaciona con los trastornos de personalidad, con la desestructuración de la identidad. Pensad en Venom, personaje del universo Marvel, de la saga Spiderman. Recuerdo que, en los dibujos, Venom era una piedrita fangosa, parecida al petróleo. En cuanto se aferraba al cuerpo de Peter Parker, se hacía con el control, se insertaba en él. Entonces Parker tenía que luchar con todas sus fuerzas contra la invasión de Venom en su conciencia. Así es la pervasividad de la DA, desintegra las experiencias y a falta de estructura y compensaciones, avanza en su poder. Las condiciones necesarias para que se dé esa piedrita fangosa, así como su gravedad son las adversidades acumulativas. Los pacientes suelen olvidarse de esto.

-¿De qué?

-De que tu historia es fruto de tus circunstancias y de contar o no con recursos, en gran parte.

En este caso, Sócrates estaba en lo cierto: aprender es recordar.

La disociación fruto de estas adversidades acumulativas, es un factor precipitante de la desorganización de la experiencia. De la misma manera, los llamados acting outs son el desenlace inevitable de “agujeros negros”, de episodios de desorganización. Así que cuanto más pervasividad, mayor intensidad y frecuencia de episodios de desorganización y riesgo de acting outs. La disociación como mecanismo de defensa a corto plazo. Es como en una casa, ante la inminencia de una sobrecarga de tensión eléctrica, se desconectan los plomos. Si es reiteradamente, el mecanismo que salva nuestras pertenencias, acaba por desregularlas y deteriorarlas.

Desde esta óptica, los síntomas psicológicos son la punta del iceberg. Tras ellos se oculta la organización de la personalidad, así como el estilo de procesamiento.

### **Bonus Track**

No solo se trata de un manual acerca de la desorganización del apego. Sino también:

-Ferviente defensa de la teoría Dodó. Esta teoría sostiene avalada por los datos científicos que la eficiencia y efectividad de las Psicoterapias demuestran que son los factores comunes los que mejoran el resultado, es decir las técnicas específicas de cada modelo no aportan diferencias significativas. De esta manera, las técnicas no tienen valía per se, sino solo a través del proceso y las necesidades de la persona.

-La importancia de la supervisión. Se relaciona esta práctica con la formación inicial como psicoterapeuta, pero también es un espacio metacognitivo que tiene dos funciones principalmente. La primera es adquirir nuevas estrategias y reformulaciones para el caso. La segunda, más olvidada, es la supervisión como un lugar de autocuidado, donde se pueden resolver los estados mentales irresueltos, los agujeros negros que también tenemos como profesionales.

- Recomendaciones clínicas: se desarrollan un conjunto de principios a manera de habilidades psicoterapéuticas. Existen viñetas y orientaciones sobre personas con apegos tipo A y C.

Considero que es un libro de cabecera al que hay que volver. Parafraseando a Heráclito, ideas siempre diferentes afluyen sobre quienes leen este mismo libro.