



INTERPSIQUIS 2022

XXIII CONGRESO VIRTUAL INTERNACIONAL
DE PSIQUIATRÍA, PSICOLOGÍA Y SALUD MENTAL

MODELO DE MENTALIZACIÓN EN LA INTERVENCIÓN SISTÉMICA PARA ENCONTRAR ALTERNATIVAS DE FUNCIONAMIENTO RELACIONAL

Javier Hernández Cambra, Paloma Cristina Alcázar López- Cózar, Paula Cobián González del Valle, María José Ortega Cabrera

h.c.javier@hotmail.com

mentalización, sistémica, familia, padres separados, adolescentes

mentalization, systemic, family, separated parents, adolescents

RESUMEN

En esta ponencia se expone la utilización del modelo de mentalización desde una perspectiva sistémica en la intervención familiar con padres separados en conflicto que consultan por problemas o síntomas de sus hijos en etapa adolescente.

La mentalización es la capacidad de comprender las acciones de los otros y de uno mismo en relación con los estados mentales (Bateman y Fonagy, 2016). El desarrollo de la capacidad de mentalización, es un proceso relacional, intergeneracional y transaccional. Los seres humanos aprenden a mentalizar cuando han sido mentalizados por otros en las primeras etapas del desarrollo, en donde tiene especial importancia la especularización por parte de las figuras de apego, así como que esta sea congruente, contingente, con lenguaje marcado y sistemática. Así, uno adquiere la noción de que posee una mente propia cuando estas figuras se la atribuyen, y puede de esta forma atribuirse a otros.

MODELO DE MENTALIZACIÓN EN LA INTERVENCIÓN SISTÉMICA PARA ENCONTRAR ALTERNATIVAS DE FUNCIONAMIENTO RELACIONAL

Esta capacidad puede inhibirse defensivamente en situaciones de estrés o trauma (Bateman y Fonagy, 2016; Cancrini, 2007), como ocurre en las familias a las que referimos este simposio. Todas las personas pueden funcionar en un momento dado en modos pre-mentalizadores, y el umbral a partir del cual se inhibe la capacidad de mentalizar varía entre personas y según el momento para cada persona. Por ello, a la hora de transmitir la capacidad de mentalizar a través de los vínculos de apego, cobra gran importancia la sistematicidad en la mentalización, más que la existencia de momentos en los que excepcionalmente se inhiba la mentalización.

Cuando existen dificultades constantes para mentalizar (por escaso desarrollo o porque las situaciones que la inhiben son más prolongadas en el tiempo) la transmisión de esta capacidad a los hijos será problemática. De esta forma, la dificultad de los padres para mentalizar a sus hijos (comprender sus necesidades, interpretar sus comportamientos) avanza en paralelo con la dificultad de estos para mentalizar, produciéndose atribuciones erróneas cruzadas. Algunas de las formas en que esto se plasma es en la atribución de intenciones negativas a las conductas del otro (en lugar de buscar interpretaciones alternativas, como que una conducta puede ser expresión de un malestar o un intento por conseguir un efecto distinto al obtenido), la atribución de rasgos (y por tanto como algo inherente a la persona, y no como una reacción a una determinada situación o estado interno de la persona), o la identificación de uno de los hijos con un progenitor en conflicto por parte del otro (dificultando su diferenciación y favoreciendo la triangulación).

En nuestra práctica clínica, utilizamos el modelo de mentalización en tanto que permite enriquecer la comprensión de procesos centrales de nuestra intervención sistémica. En particular, abordamos aquí su relación con la circularidad (incluyendo las profecías autocumplidas y las escaladas simétricas) y el proceso de diferenciación del self (y la construcción de un self agente).

MODELO DE MENTALIZACIÓN EN LA INTERVENCIÓN SISTÉMICA PARA ENCONTRAR ALTERNATIVAS DE FUNCIONAMIENTO RELACIONAL

La circularidad que caracteriza las interacciones nos permite observar la puntuación arbitraria de la secuencia de hechos que hace cada miembro de la familia de modo diferente y opuesto (Watzlawick, Bavelas y Jackson, 2017). Es interesante prestar atención a los procesos mentalizadores en tanto que observamos que cada miembro del sistema puntúa la secuencia desde su interpretación de los estados mentales propios y del resto de miembros (Estalayo, Rodríguez, y Gutiérrez, 2017). Además, observamos que la rigidez en esa puntuación de la secuencia se relaciona con mayores dificultades de mentalización.

Estas dificultades, a su vez favorece las profecías autocumplidas negativas acerca del futuro. Una profecía autocumplida es una predicción que provoca el resultado que anticipa (Watzlawick, Bavelas y Jackson, 2017). El problema reside en que esto no es en absoluto evidente para quien realiza la predicción, que considera que simplemente reacciona a este resultado, sin contribuir a generarlo (y puntúa la secuencia de interacción en consecuencia, reafirmando en la predicción inicial en lugar de plantear si sus expectativas y conductas contribuyen a generar ese resultado). Intervenir en el proceso de mentalización puede contribuir a generar interpretaciones alternativas sobre los motivos y los efectos de las conductas del otro y de uno mismo, diferentes a la profecía autocumplida. Hay que considerar además que las etiquetas diagnósticas tienen un gran potencial para convertirse en profecías autocumplidas, pues facilita que aparezcan atribuciones de incapacidad, se entre en interacción esperando una respuesta patológica o se interpreten como patológicas ciertas conductas, por parte de la propia persona etiquetada y su entorno.

Respecto a las escaladas simétricas, que se pueden definir como situaciones de competición, en las que se da una lucha por el poder. A nivel relacional, lo que subyace es un rechazo de la definición de la relación que cada uno recibe del otro (Watzlawick, Bavelas y Jackson, 2017). Intervenir sobre los procesos mentalizadores permite flexibilizar las atribuciones y que pueda ofrecerse una definición diferente de la relación (que remita por ejemplo a la colaboración en lugar de a la competición o, en general, que introduzca complementariedad en relaciones excesivamente simétricas).

MODELO DE MENTALIZACIÓN EN LA INTERVENCIÓN SISTÉMICA PARA ENCONTRAR ALTERNATIVAS DE FUNCIONAMIENTO RELACIONAL

La diferenciación del self de los adolescentes puede estimularse a través de la mentalización. Si atendemos a la definición de diferenciación del self como equilibrio entre conexión emocional y autonomía con respecto a la familia de origen (Bowen, 1991), la conexión con la mentalización es evidente. Para lograr ese equilibrio es necesario una capacidad de mentalización, que permita entender que los estados mentales propios y los ajenos son diferentes y no tienen por qué coincidir. Además, en la intervención en familias de este tipo, observamos como la no diferenciación y la baja capacidad de mentalización favorecen la triangulación de los hijos en el conflicto parental, ya que favorece que los hijos puedan asumir los intereses de uno de los progenitores confundidos con los suyos propios.

El fin último del proceso de diferenciación del self es la construcción de un self agente. También aquí resulta útil intervenir en los procesos de mentalización, pues uno de los pilares de la identidad es la representación de los estados mentales propios. Sin comprensión de los estados mentales propios, además, la sensación es de falta de control y agencia (sobre uno mismo y sobre el mundo).

La terapia familiar sistémica permite intervenir en los procesos mentalizadores de todos los miembros y subsistemas, favoreciendo su retroalimentación en su contexto natural, amplificando así la eficacia de la intervención. Permite entender a los distintos miembros los estados mentales (sentimientos, pensamientos, deseos, etc) de los otros miembros, y cómo la forma en que se comunican y las atribuciones que hacen pueden contribuir a generar y mantener los problemas familiares. Además, la exploración de los estados mentales del otro de forma hipotética y con consciencia de que estos son opacos estimula la curiosidad y la comunicación con el otro, contribuyendo a generar un clima de comunicación afectiva en las familias.

MODELO DE MENTALIZACIÓN EN LA INTERVENCIÓN SISTÉMICA PARA ENCONTRAR ALTERNATIVAS DE FUNCIONAMIENTO RELACIONAL

BIBLIOGRAFÍA

1. Bateman y Fonagy (2016). *Tratamiento basado en la mentalización para trastornos de la personalidad. Una guía práctica*. Desclée de Brouwer.
2. Bowen, M.D. (1991). *De la familia al individuo: la diferenciación del sí mismo en el sistema familiar*. Paidós.
3. Cancrini, L. (2007). *Oceano borderline. Viajes por una patología inexplorada*. Paidós.
4. Estalayo, A., Rodríguez, O. y Gutiérrez, R. (2017). Aplicaciones de la mentalización con familias en contextos de protección y justicia juvenil. *Clínica e Investigación Relacional*, 11(1), 110-133.
5. Watzlawick, P., Bavelas J.B., y Jackson D.D. (2002). *Teoría de la comunicación humana. Interacciones, patologías y paradojas*. Herder.