

Estados No Mentalizadores ¿Déficit y/o Defensa?

Itziar Bilbao Bilbao

“Nuestro camino para fortalecer al yo debilitado parte de la ampliación de su conocimiento de sí mismo”
(Freud, 1940, p.178)

El concepto Mentalización (o Función Reflexiva) ha conocido una considerable expansión en los últimos 20 años. Surgido originariamente del intento de Peter Fonagy y otros autores por comprender y abordar la patología borderline (Fonagy, 1991; Fonagy et al., 1995), basándose en conceptos psicoanalíticos y de la teoría del apego (Main, 1991) articulados con los desarrollos sobre teoría de la mente (Baron-Cohen, Leslie, Frith, 1985; Baron-Cohen, 1995), fue ganando en profundidad y amplitud hasta constituir un extenso cuerpo de conocimientos. El mismo incluye una teoría elaborada de las distintas facetas de la mentalización y de las funciones psicológicas que a ellas subyacen, una teoría del desarrollo, articulaciones con las neurociencias, un conjunto de métodos para la evaluación del funcionamiento reflexivo y una serie de propuestas técnicas para el abordaje de las patologías graves.

En lo que sigue caracterizo en primer término los distintos aspectos de la mentalización, tras ello consigno algunos aspectos del concepto de pre-consciente en Freud y del de líneas de desarrollo del yo en Anna Freud. Posteriormente refiero cómo los autores mencionados en primer término vinculan la activación de modos prementalizadores con un incremento en el arousal emocional, tras lo cual postulo que en toda otra serie de casos es la defensa de la regresión la que da cuenta de la puesta en juego de dichos modos. Por último, subrayo las diferencias en el abordaje clínico según se privilegie uno u otro punto de vista e ilustro esta propuesta con tres viñetas clínicas.

La mentalización

Con relación al significado de este concepto, podemos comenzar diciendo que Fonagy propone que a “la capacidad de imaginar estados mentales

conscientes e inconscientes en uno mismo y en los demás” (1991, p.641) se la nomina como capacidad para mentalizar. Desde el punto de vista de estos autores, adoptar una posición mentalizante permite concebirse a uno mismo y a los otros como poseyendo una mente y desplegando conductas motivadas por sentimientos, creencias, deseos e intenciones (Jurist et al. 2008, Luyten et al. 2020). Entienden que dicha posición requiere una actitud mental de apertura, de interés y de curiosidad ya sea hacia la otra persona o hacia uno mismo (Allen 2005), una capacidad de entender al otro y a uno mismo en términos de estados mentales intencionales (Luyten et al. 2020), en otras palabras, de “comprender las acciones, tanto de los demás como de uno mismo, en términos de pensamientos, sentimientos, deseos y anhelos” (Bateman & Fonagy 2016, p. 28). “En el más amplio sentido, la mentalización denota el proceso por el cual un cerebro se convierte en mente” (Jurist 2005, p. 428), el proceso por el que se da un sentido a uno mismo y a los demás en términos de estados subjetivos y de procesos mentales. Cabe señalar que desde el punto de vista de la mentalización “la conciencia de otras mentes es uno de los mejores indicadores de niveles elevados de mentalización, y se asocia con una sensación de libertad interna para explorar pensamientos, sentimientos, deseos y experiencias” (Bateman & Fonagy, 2018 s/p).

La mentalización, entendida como *modelo que focaliza en los procesos mentales* (Fonagy et al 1993, Allen et al. 2008), se centra en las capacidades que los pacientes poseen (en grado variable) para trabajar sobre sus contenidos mentales, regular su vida emocional y establecer relaciones interpersonales a predominio de empatía. Mentalizar -conforme a esta teorización- “supone un espectro completo de capacidades, entre las que se



incluyen, fundamentalmente, la capacidad de ver que los estados mentales organizan y aportan coherencia a nuestra *propia* conducta, así como permitirnos diferenciarnos psicológicamente de los demás” (Bateman & Fonagy 2016, p. 28); permite la posibilidad de mentalizar la representación de nuestros estados mentales, lo cual tiene una participación capital en la construcción de la identidad y agencia del self (Bateman & Fonagy 2016). Es un constructo multidimensional, que incluye múltiples y complejos procesos y capacidades psicológicas; sus componentes están organizados en cuatro pares de oposiciones o polaridades cuyo buen balance y equilibrio es condición para un buen desempeño en la calidad del mentalizar (Fonagy, Bateman, Bateman, 2011) (Duschinsky R. Collver J.& Carel H.,2019). De este modo:

- En la mentalización *implícita-automática versus explícita-controlada*, su buen balance provee de un buen autocontrol y de una adecuada agencia del self.
- En la mentalización basada *en lo interno versus en las características externas tanto del self como de los otros*, su buen balance nos permite vincular en un modo congruente datos y signos externos con estados internos.
- En la mentalización orientada hacia el *self versus otros*, su adecuado equilibrio proporciona una buena captación y diferenciación entre el self y el otro.
- En la mentalización *cognitiva versus afectiva*, una buena articulación de la comprensión de la emoción y el razonamiento, de la creencia y el deseo, genera una genuina comprensión social.

Prosiguiendo con la caracterización de la mentalización cabe también decir que Fonagy y colaboradores señalan que es una actividad mental predominantemente preconscious e imaginativa así como que “no es algo totalmente estable, homogéneo o unidimensional” (Bateman & Fonagy 2016, p. 28).

Es de interés para el propósito de este trabajo detenernos en su carácter de actividad mental preconscious. Para ello nos será de utilidad llevar a cabo una breve síntesis del modo en que Freud entendió este concepto y de la manera en que

Anna Freud categorizó las líneas de desarrollo del Yo.

Preconscious (Pcc)

En uno de sus últimos trabajos, Freud propone que lo preconscious, junto con lo consciente e inconsciente (Icc) son las tres cualidades psíquicas que adscribe al aparato psíquico y sus procesos (Freud, 1940). Según el creador del psicoanálisis, el estado preconscious se caracteriza por su acceso a la conciencia y por su enlace con los restos del lenguaje; a él competen una serie de funciones, entre ellas el examen de realidad, el principio de realidad y la memoria consciente (Freud, 1915).

Si se ponen en relación las cualidades psíquicas mencionadas con las instancias que configuran el aparato psíquico, Freud piensa que lo inconsciente rige en modo exclusivo en el interior del Ello y que en el comienzo del aparato psíquico todo era Ello; entiende que el Yo se desarrolló por la continua influencia del mundo externo sobre el Ello y que, a lo largo de ese desarrollo, algunos contenidos se trasladaron al preconscious y quedaron recogidos en el Yo.

Considera entonces que la **copertenencia** tan intrínseca entre Ello e inconsciente es comparable con la que se da **entre Yo y preconscious** y, por consiguiente, la cualidad preconscious caracteriza al interior del Yo [aunque no se agote en él ya que también pertenece al Superyó (instancia particular formada dentro del Yo en la que se prolonga el influjo de los padres) (Freud 1940)].

Líneas de desarrollo del Yo. La mentalización como línea de desarrollo.

Anna Freud -en su libro “Normalidad y Patología en la niñez” (1978)- introdujo el concepto “líneas de desarrollo” del Yo como expresión de la búsqueda de “la interacción básica entre el Ello y el Yo y sus distintos niveles de desarrollo, y también las secuencias de las mismas de acuerdo con la edad, que en importancia, frecuencia y regularidad son comparables con las secuencias de maduración del desarrollo de la libido o el gradual desenvolvimiento de las funciones del Yo” (1978, p. 55). Investigó las distintas combinaciones que



se dan en el interior de las mismas y de la considerada prototipo de línea de desarrollo, es decir, aquella que va desde la completa dependencia emocional del infante hasta la autosuficiencia y la madurez tanto sexual como las relaciones objetales del adulto. Así, por ejemplo, habla de líneas del desarrollo hacia la independencia corporal (alimentación, control esfinteriano, responsabilidad en el cuidado corporal), igualmente de aquellas que conducen al compañerismo, del juego al trabajo, etc.

Como común denominador de todas ellas se encuentra el objetivo de trazar “el gradual crecimiento del niño desde las actitudes dependientes, irracionales, determinadas por el Ello y los objetos, hacia un mayor control del mundo interno y del externo por el Yo” (1978, p. 55). Además, se entiende que el nivel alcanzado en cada sujeto “representa el resultado de la interacción entre el desarrollo de los impulsos y el desarrollo del Yo, del Superyó y de sus reacciones frente a las influencias del medio, es decir, entre los procesos de maduración, adaptación y estructuración” (1978, p. 56).

Midgley (2011) cita a Mayes y Cohen (1996) en relación con lo que ellos consideran los tres principios básicos que se observan en el texto de Normalidad y Patología de A. Freud. Voy a mencionar dos de dichos principios básicos en tanto que son de interés para la propuesta de este artículo:

1) la idea de que el desarrollo procede en un continuum -implicando progresiones y regresiones- tendiente a una organización de formas progresivamente más complejas y jerárquicas.

2) la noción de que el desarrollo entraña interacciones sutiles entre varias líneas o funciones y que dicho desarrollo puede ser armonioso o desequilibrado.

Cabe poner de relieve que la noción de línea de desarrollo es tomada por Fonagy a propósito de la capacidad reflexiva (Fonagy et al. 1991) y la mentalización (Fonagy 1991). Este autor considera que la concepción de las acciones humanas en términos de estados mentales, intenciones, creencias y deseos es parte de una línea de desarrollo (Fonagy 1991), la cual se inicia desde el primer mes de vida y no es adquirida completamente hasta el sexto año de vida (Fonagy et al. 1991).

A este respecto, y acorde a los principios básicos anteriormente mencionados, es posible suponer que la línea de desarrollo de la mentalización podría evolucionar de modo armonioso (en un continuum, con progresiones y regresiones, tendiente a una forma de organización más compleja, llamada capacidad de mentalizar) o presentar un desarrollo perturbado (fallas en la capacidad de mentalizar, inhibición de dichas capacidades, etc.).

En lo que concierne a un desarrollo armonioso, Fonagy argumenta que lo fundamental para lograr dicha capacidad es “el grado de consistencia y seguridad en las tempranas relaciones de objeto y un “suficientemente bueno” funcionamiento psíquico en los padres para empoderar el proceso de internalización” (Fonagy 1991 p. 642). Asimismo, con respecto al desarrollo perturbado de la capacidad de mentalizar, Fonagy y colaboradores nos hablan de la inhibición defensiva de dicha capacidad y afirman que esta inhibición está provocada por el trauma.

Inhibición. Estados no mentalizadores como déficit/ inhibición.

El término defensa aparece -según A Freud- en 1894 en el estudio de Freud sobre las neuropsicosis de defensa. Abandonado y retomado más tarde, este término designa “todas las técnicas de que se sirve el Yo en los conflictos” (A. Freud 2014, p.48).

En “Inhibición, síntoma y angustia” (1925-1926) Freud explica que hay un nexo entre la angustia y la inhibición que introduce limitaciones funcionales en el Yo, esto es, limitaciones de las funciones yoicas. Por otra parte, A. Freud considera que “el proceso defensivo de la inhibición se orienta contra los propios procesos internos y el de la restricción del yo, contra los estímulos del mundo externo” (2014, p.100). Añade que -en la restricción- el Yo, en sus esfuerzos por evitar el displacer, utiliza todos sus recursos disponibles, incluyendo el desistir de realizar aquellas actividades que conducirían al desarrollo de angustia.

Fonagy y colaboradores emplean el concepto inhibición y lo aplican cuando no se desarrolla ni se pone en marcha la capacidad de mentalizar. Entienden dicha inhibición como una estrategia



adaptativa en la que los eventos traumáticos, consistentes en deseos y pensamientos del objeto primario referidos a dañar al niño, obligan a éste a ignorar -defensivamente- las percepciones referidas a dichos pensamientos y sentimientos del objeto primario. Esta estrategia protege al self de ser abrumado por estas representaciones, pero su consecuencia puede consistir en que la representación de sucesos mentales (mentalización) permanezca, a partir de ese momento, vulnerable ante las situaciones de estrés elevado o de marcada activación del apego (Fonagy 1991). Por esta razón, cuando en el trabajo clínico con pacientes que poseen esta vulnerabilidad, colapsa el mentalizar debido a un incremento en el arousal emocional, la estrategia técnica habitual consistirá en llevar a cabo, en primer término, estrategias de apoyo y validación que favorezcan la disminución de dicho arousal y permitan recuperar la capacidad de mentalizar con el uso de determinadas técnicas que buscan promoverla (Bateman & Fonagy, 2016).

Así mismo, esta inhibición de la capacidad de mentalizar se acompaña de la activación de alguno de los siguientes modos de pensamiento no mentalizadores [también denominados “modos de prementalización” (Bateman A. Fonagy P. 2016, p. 45)]:

- a) Modo de experiencia subjetiva de equivalencia psíquica. En este modo se entremezclan los mundos interno y externo, la experiencia es que todo es *real*, por lo que no hay una sensación de “como si” (Bateman & Fonagy, 2016, p. 108). Se experimenta la certeza acerca de la propia experiencia subjetiva; la realidad mental es equiparada a la realidad exterior y los pensamientos son sentidos como reales (concreción del pensamiento). El pensamiento concreto es entendido por estos autores como “otro aspecto de la equivalencia psíquica” (Bateman & Fonagy, 2016 p. 109) y en él “no existe distinción alguna entre el estatus asignado a un pensamiento o creencia y el asignado a la realidad física” (Bateman & Fonagy, 2016, p. 201)
- b) Modo simulado (disociado). Aparece en el desarrollo en los niños de 2 y 3 años; en

él, el niño “es capaz de pensamiento representacional, siempre y cuando no se establezca ningún vínculo entre el pensamiento y la realidad exterior” (Bateman & Fonagy, 2016, p. 197). En este modo de experimentar la mente, lo representacional se encuentra limitado ya que el sujeto “parece capaz de concebir los estados mentales e incluso de razonar acerca de ellos, pero sólo si no tienen relación alguna con la realidad actual” (Bateman & Fonagy, 2016, p. 197).

- c) Modo teleológico (orientado a la acción y a los resultados). Este modo “implica un poderoso énfasis en los resultados físicos observables” (Bateman & Fonagy 2016, p. 83). En esta posición, la acción física es la puerta insoslayable que demuestra la verdadera expresión de intencionalidad en alguien, los motivos de los demás se juzgan enteramente por lo que hacen (Duschinsky R, Collver J, Carel H. 2019). Otra posibilidad que acompaña a este modo es la modificación de los pensamientos por mediación de acciones, en palabras de los autores es expresado como “alterar los pensamientos a través de la acción” (Bateman & Fonagy 2016 p. 145)

Regresión. Estados no mentalizadores como defensa.

En el interés de acercarnos a la hipótesis que va a ser presentada en este trabajo, cabe señalar que otra de las técnicas defensivas de que se sirve el Yo es la defensa de la *regresión*. Anna Freud considera la regresión como uno de los mecanismos más primitivos utilizados por el Yo y es, probablemente, independiente del grado estructural psíquico alcanzado (A. Freud, 2014).

Por su parte, Sandler y Sandler (1994) en su trabajo “Theoretical and technical comments on regression and anti-regression” proponen que ciertos modos pasados de funcionamiento están siempre potencialmente activos dentro de alguna forma actualizada en el presente (Sandler & Sandler, 1994). Siguiendo estas ideas, Sugarman (2006) escribe: “Los modos tempranos de organización nunca desaparecen. De hecho, están



“subordinados a” e integrados dentro de modos de organización más avanzados. La regresión, como una explicación de psicopatología, debe cambiar su énfasis usando esta perspectiva” (A. Sugarman, 2006, p. 972).

Sobre la base de las consideraciones expuestas con anterioridad, podemos ahora formular la hipótesis que se propone en este trabajo:

La activación de los estados no mentalizadores puede ser considerada también como resultado de la puesta en marcha de la defensa de la regresión, es decir, como resultado del reemplazo de estructuras previas, de modos tempranos de organización (estados no mentalizados) al servicio de la defensa.

De este modo, la secuencia que tiene lugar cuando se activa un modo prementalizador no sería siempre necesariamente:

I) mentalizar

incremento del estrés → colapso en el mentalizar → activación de modos prementalizadores

Sino que cabe plantear que en toda una serie de casos tiene lugar otro tipo de secuencia, que podríamos sintetizar de la siguiente forma:

II) mentalizar

conato de emergencia de un sentimiento displacentero → activación de la regresión a modos prementalizadores como defensa → pérdida del mentalizar.

Ilustraré la propuesta que acabo de presentar con tres ejemplos. En ellos podemos observar el uso del modo no mentalizador equivalencia psíquica (pensamiento concreto), adicionalmente podemos reconocer el modo teleológico en dos de dichos ejemplos (“alterar los pensamientos a través de la acción”).

El primer ejemplo se basa en un material de James Pennebaker (1994). Es de destacar que ya en 1980 (año de la primera publicación del texto), Pennebaker subrayaba que la activación de lo que él denomina *pensamiento de bajo nivel* se encuentra al servicio de la defensa contra el dolor y el sufrimiento. En un pasaje de su libro refiere “...Peter, un amigo profesor del departamento de inglés, se acercó por mi despacho. Me explicó en

un tono de voz monocorde que su mujer de 22 años acaba de irse para “probar algo nuevo”. A pesar de que afirmaba que no estaba afligido, vean lo que **hacía para no pensar** en su mujer. Normalmente Peter era algo descuidado, sin embargo, me contó que ahora pasaba la aspiradora por toda la casa dos o tres veces al día. Había dejado de escribir un libro muy importante para él y en su lugar, se había dedicado en los últimos días a examinar sus extractos bancarios para estar seguro de que el banco no había cometido ningún error.

Aún más chocante fue el cambio efectuado en su forma de pensar en general. Una de las razones por las cuales Peter y yo nos habíamos hecho amigos era que a ambos nos agradaba charlar acerca de libros y artículos. Peter, un devorador de libros con una mente flexible, tiene una increíble capacidad para relacionar ideas sacadas de la literatura, antropología y disciplina paralelas. Mientras estábamos hablando, Peter logró trasladar el tema de su conversación de su mujer a un libro que había leído de Brett Easton Ellis, *Menos que cero*. Su análisis del libro hizo que me quedase boquiabierto. Para Peter, el libro de Ellis tenía ciertos defectos graves: a veces los verbos en participio se quedaban colgando, a menudo las frases quedaban incompletas y algunas palabras estaban incorrectamente escritas. Pero, insistí yo, ¿qué me puedes decir del tono general de la obra, el reflejo que se hace en ella de una generación marcada por las drogas, la televisión y la alienación? A Peter no le interesaban estos asuntos. Para él, el tema de los participios colgados era mucho más importante (...) **al reducir su punto de mira** a las motas de polvo en la alfombra, extractos bancarios y frases en vez de libros, Peter **era capaz de negar gran parte del dolor que sin lugar a dudas estaba sintiendo**. Sin embargo, el trabajo de inhibir pensamientos y emociones desagradables había pasado factura. La calidad de su trabajo se resintió y también sus relaciones con otras personas. **El pensamiento de bajo nivel empleado por Peter había aliviado su sufrimiento** a costa de convertirle temporalmente en un idiota.” (Pennebaker, 1994, p.105) [negritas agregadas].

Con estas últimas palabras, Pennebaker avanzaba la idea que se propone en este trabajo: la posibilidad de reemplazar estados no mentalizadores al servicio de la defensa contra el sufrimiento. En



tanto que parece posible equiparar el pensamiento de bajo nivel con el pensamiento concreto, considero que este primer ejemplo permite ilustrar la propuesta de este trabajo.

Para el segundo ejemplo utilizaré un texto de Gerard Szewc (2014), quien, en el libro “Los gaileotes voluntarios”, investiga el funcionamiento psíquico (tanto en adultos como en niños) que subyace a las llamadas conductas autocalmantes. En el transcurso del texto va brindando diferentes viñetas clínicas, en una de ellas escribe lo siguiente: “Uno de los casos, que para mí fue de los más instructivos, es el del paciente que contaba los movimientos de va y viene de su sexo durante las relaciones sexuales, para evitar tener una actividad de pensamiento asociativo “libre” que correría el riesgo de hacer llegar representaciones susceptibles de desencadenar una eyaculación precoz.

En él, [encontramos] el miedo de una herida narcisista (...) y su contar se diferenciaba de una actividad obsesiva, por el hecho de que **el transformarse en una calculadora estaba dirigido contra sus pensamientos, que trataba de alejar al inmovilizar su pensar**” (Szewc 2014, p. 11) [negritas agregadas].

Agrega Szewc (2014) que “ciertas personalidades se sumergen más a menudo que otras en estos estados que se oponen al pensamiento asociativo, **a la vez que son capaces de funcionar mediante un modo más psíquico el resto del tiempo**” (Szewc 2014, p. 11) [negritas agregadas].

Nuevamente podemos observar cómo la activación del pensamiento concreto (conteo de los movimientos del sexo) tiene una función defensiva respecto de la posibilidad de una eyaculación precoz que supondría una herida narcisista.

Como tercer ejemplo consignaré una breve viñeta clínica de una paciente de 30 años, casada con el dueño de una empresa que mantenía negocios con China, por lo cual debía realizar viajes que a veces duraban semanas enteras. Entre los antecedentes más importantes de Ana (así la llamaré) se encuentra el hecho de que su madre padecía una grave enfermedad en el momento del parto y murió poco después, pudiendo amamantar a su hija solamente durante un breve período de tiempo. Ana fue entonces criada por una tía como hija propia. El esclarecimiento (por parte de

la tía) de las circunstancias de su nacimiento lo recibió en la adolescencia, a raíz de una larga depresión cuya razón de ser parecía no tener explicación. Varios años de psicoterapia la ayudaron a llevar a cabo una relativa elaboración de ese trauma temprano.

A los 28 años consultó nuevamente debido a inhibiciones sociales y laborales y a una pérdida considerable en el sentimiento de estima a sí misma.

La sesión a la que se hace referencia tuvo lugar cuando su marido se hallaba en un viaje de negocios que se había extendido más de lo pensado. Había partido tres semanas atrás y durante dos días Ana no había tenido noticias suyas. Ella comenzó haciendo referencia a este hecho y a cierta preocupación al respecto, si bien esto mismo -aclaró- había ocurrido en otras ocasiones, cuando su marido debía embarcarse y permanecer varios días a bordo de un barco petrolero, ya que en esas circunstancias y en cierto punto geográfico en particular, su móvil perdía la señal.

Continuó hablando del mucho trabajo que tenía y que en los últimos días se había sentido particularmente cansada y desmotivada. Prosiguió de la siguiente forma:

P: Me llamó Teresa para que fuéramos a tomar algo. Esta vez no tenía muchas ganas y le dije que no, aunque después pensé que me habría hecho bien salir un rato con ella. Pero me encontraba sin energías... De todos modos no quise quedarme sin hacer nada, así que me puse a ordenar los armarios de mi habitación. Organicé cuidadosamente todas las faldas en una balda y los jerseys en otra. No me acordaba que tenía tantos y pensé que había gastado mucho dinero en ellos, aunque mis amigas gastan siempre mucho más que yo. Con Teresa he ido muchas veces a mirar escaparates. Yo me limito muchas veces a mirar, pero ella compra en una tienda y en otra, de forma exagerada...

T: Has mencionado que te encontrabas sin energías... ¿puedes hablar más sobre ello?

P: desmotivada...

T: me parece que hay algo que detiene el que puedas hablar más acerca de cómo te encontrabas...

P: es que me acordé de que anoche no me podía dormir. Pensaba en que Sergio no me había



llamado y que tal vez ya no me quería como antes. Enseguida pensé algo que hizo que me angustiara mucho, que tuviera una especie de desesperación. La sensación era que no lo iba a ver nunca más, nunca más. Me puse a llorar como loca y necesité levantarme y buscar en internet la hoja de ruta del barco. Vi entonces que se encontraba en ese lugar en el que no hay señal. Ver eso en la pantalla me tranquilizó un poco, pero tuve que tomar una pastilla para poder dormirme.

La sesión prosiguió con una referencia por parte del terapeuta a que la madre de Ana había desaparecido de un día para otro y que quizás -por esa razón- ella temía que a su esposo le ocurriera lo mismo. Este modo de intervención permitió enlazar ambas situaciones y continuar a lo largo de la sesión por ese camino.

Creo que en esta viñeta se puede ver con cierta claridad cómo en Ana se ponen en juego los modos no mentalizadores como defensa, tanto el modo teleológico cuando comienza con las acciones de organización de armarios y ropa que le “hace bien” a su estado (“cansada y desmotivada”), como el pensamiento concreto que se activa en sesión cuando hace referencia a “estar sin energías...”. Comienza -a partir de ese momento- a hablar de cuestiones y acciones concretas: el orden que había puesto en su armario, la ordenación de las faldas, la ordenación de jerseys, la cantidad de estos últimos, la cantidad del dinero gastado, la cantidad del dinero gastado por las amigas, las compras excesivas de su amiga.

Fue entonces cuando el terapeuta retomó lo que la paciente había dicho en sesión inmediatamente antes de cambiar el tema. De entrada, Ana respondió con renuencia, fue sólo cuando el terapeuta le señaló la defensa (“me parece que hay algo que detiene el que puedas hablar más acerca de cómo te encontrabas...”) que Ana aclaró que había venido a su mente una imagen fugaz de la noche anterior y pudo comenzar a tomar contacto con la desesperación que la había inundado y a profundizar en la experiencia emocional penosa que había vivido

Vemos entonces que en este caso el ingreso en el modo prementalizador no ocurrió a raíz de un arousal emocional excesivo. Lo que parece haber ocurrido es que el recuerdo fugaz de la noche anterior disparó una “señal de alarma” (Freud,

1926), que puso en marcha la defensa destinada a rehuir determinados pensamientos y el sentimiento asociado con ellos.

Por esta razón, la intervención del terapeuta no se dirigió a apoyar o validar la experiencia emocional de la paciente tal y como recomienda la MBT en los casos en que el motivo del colapso en el mentalizar obedece a un incremento en la activación emocional.

Su intervención focalizó en cambio en la defensa, para favorecer que Ana pudiera conectarse con una experiencia emocional de la que estaba huyendo en ese momento. La respuesta de la paciente (“me acordé de que...”), así como el devenir posterior de la sesión, mostraron la utilidad que había tenido este proceder.

En este punto resulta de interés llevar a cabo dos tipos de consideraciones. La primera de ellas relacionada con la técnica de intervención. La segunda, con las características de aquellos pacientes que utilizan los modos prementalizadores como defensa.

Con referencia a la técnica, podemos decir que las intervenciones que recomienda la MBT serán aplicadas cuando sea observable en el transcurso de la sesión la desregulación emocional del paciente por encontrarse embargado por una emoción que no puede gestionar por sí mismo. En ese caso necesitará de la ayuda del terapeuta para poder lograrlo y recuperar así su capacidad de mentalizar.

En cambio, el señalamiento o la interpretación del modo prementalizador como defensa, será utilizado cuando advirtamos que se activa uno de estos modos sin que el paciente se encuentre en estado de abrumamiento emocional, tal como ilustran los tres ejemplos mencionados.

En este caso el terapeuta propondrá también volver al momento en que comenzó la activación del modo prementalizador en cuestión, tal como sugiere la MBT, pero no para un “rebobinado y explorado” (Fonagy & Bateman, 2016, p. 276) de aquello que hizo colapsar la mentalización debido al incremento en el arousal, sino para identificar aquello que activó la defensa. Este elemento puede ser, como en el caso de Ana, un pensamiento fugaz o el conato de un sentimiento, del que se huye rápidamente. Su precisa identificación por parte del terapeuta permite el trabajo



sobre dicha defensa, tal como hemos visto en el ejemplo, con el objetivo de que el paciente pueda conectarse con los pensamientos y sentimientos a los que evitaba por medio de aquélla.

Este proceder favorece, tanto que el paciente se conecte con el escenario conflictivo que subyace a la activación defensiva (Sugarman 2006) como que incremente su toma de conciencia y su conocimiento del modo en que funciona su propia mente (Freud A., 2014).

En lo que hace al segundo punto, esto es, a las características de aquellos pacientes que utilizan los modos prementalizadores como defensa, podríamos suponer que en ellos encontramos una mayor fuerza del Yo, de modo que, en lugar de quedar abrumados por un desarrollo de afecto hipertrófico, pueden activar, inconscientemente, una defensa tendente a evitar la conexión con sentimientos displacenteros, tal como hemos visto en el caso de Ana. Cabe conjeturar que son pacientes que poseen una estructura psíquica con un nivel medio de integración (según la diferenciación que establecen los autores del OPD2), en ellos hay posibilidad de conflicto intrapsíquico y su angustia central (no catastrófica) corresponde tanto a la pérdida del objeto significativo como a los fuertes impulsos propios (OPD2, 2008)

Conclusión.

Por último, querría sintetizar lo expuesto a lo largo de este trabajo diciendo que su propuesta central consiste en que los estados no mentalizadores pueden ser pensados no únicamente como un déficit o limitación para el buen desempeño de la mentalización, sino como modos de funcionamiento psíquico defensivo sobre los cuales trabajar.

En un caso y en otro las intervenciones requeridas por parte del terapeuta serán diferentes, de ahí la importancia de poder identificar en cada situación la razón de ser de la activación de un modo prementalizador en las verbalizaciones del paciente.



Referencias:

- Allen J. G. (2005). *Coping with trauma*. American Psychiatric Publishing. www.appi.org
- Allen, J.G., Fonagy, P., Bateman, A. (2008). *Mentalizing in Clinical Practice* Washington DC. London, England: American Psychiatric Publishing.
- Baron-Cohen, S (1995). *Mindblindness: An Essay On Autism and Theory of Mind*. MIT Press paperback edition, 1997.
- Baron-Cohen, S, Leslie, AM, Frith, U (1985). Does the autistic child have a “theory of mind”?. *Cognition*, 21; 37-46.
- Bateman A, Fonagy P. (2016). *Tratamiento Basado en la Mentalización para Trastornos de la Personalidad. Una guía práctica*. Editorial Desclée de Brouwer.
- Bateman A, Fonagy P. (2018). Tratamiento basado en la mentalización. *Aperturas Psicoanalíticas* nº 59.
- Duschinsky R, Collver J, Carel H (2019). Trust Comes From a Sense of Feeling One’s Self Understood by Another Mind: An Interview With Peter Fonagy. *Psychoanalytic Psychology* v36 n3 (2019 07 01): 224-227.
- Fonagy, P. (1991). Thinking about thinking: Some clinical and theoretical considerations in the treatment of a borderline patient. *The International Journal of Psychoanalysis*, 72(4), 639.
- Fonagy P (2004) The Developmental Roots of Violence in the Failure of Mentalization. En: Friedeman P. and Adshead G. *A Matter of Security. The Application of Attachment Theory to Forensic Psychiatry and Psychotherapy*. London; New York: Jessica Kingsley Publishers.
- Fonagy P. et. al (1991). The capacity for understanding mental states: The reflective self in parent and child and its significance for security of attachment. *Infant Mental Health Journal* v12 n3 (Autumn (Fall) 1991) 201-218.
- Fonagy, P, Leigh T, Kennedy R, Mattoon G, Steele H, Target M, Steele M, Higgitt A (1995). Attachment, borderline states and the representations of emotions and cognitions in self and other. En *Rochester Symposium on Developmental Psychopathology: Cognition and Emotion*, ed. D. Cicchetti & S. Toth. Rochester, NY: Univ Rochester Press, pp. 371-414.
- Fonagy, P. & Allison, E. (2016). Psychic reality and the nature of consciousness. *International Journal of Psychoanalysis*, 97(1), 5-24. doi:http://dx.doi.org.ehu.idm.oclc.org/10.1111/1745-8315.12403
- Fonagy P, Bateman A., Bateman A. (2011). The widening scope of mentalizing: A discussion. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 84, 98–110 2011 *The British Psychological Society*.
- Fonagy, P., Moran, G.S., Edgumbe, R., Kennedy, H., Target, M. (1993). The Roles of Mental Representations and Mental Processes in Therapeutic Action. *The Psychoanalytic Study of the Child*, 48:9-48.
- Fonagy P, Luyten P. (2009). A developmental, mentalization-based approach to the understanding and treatment of borderline personality disorder. *Development and Psychopathology* 21, 1355–1381. Cambridge University Press.
- Freud A (1978). *Normalidad y Patología en la Niñez*. Ed. Paidós
- Freud A, (2014). *El Yo y los mecanismos de defensa*. Ed. Paidós
- Freud S (1911). *Formulaciones sobre los dos principios del acaecer psíquico*. Amorrortu Editores XII.
- Freud S. (1915). *Las propiedades particulares del sistema Icc*. Amorrortu Editores XIV.
- Freud S (1925-1926). *Inhibición, síntoma y angustia*. Amorrortu Editores XX.
- Freud (1940). *Esquema del Psicoanálisis*. Amorrortu Editores XXIII.
- Freud, S. (1950(1895)). *Proyecto de una psicología* Amorrortu Editores I.
- Gray P (1996). *El Yo y el análisis de la defensa*. Editorial Biblioteca Nueva S.L.
- Grupo de Trabajo OPD (2008). *Diagnóstico Psicoanalítico Operacionalizado (OPD2). Manual para el diagnóstico, indicación y planificación de la psicoterapia*. Herder Editorial S.L.



- Hacker, F. J. (1962). The discriminatory function of the ego. *The International Journal of Psycho-Analysis*, 43, 395.
- Jurist E. (2005). Mentalized affectivity. *Psychoanalytic Psychology Vol 22 n3*, 426-444.
- Jurist E., Slade A., Bergner S. (2008). *Mind to Mind*. Other Press New York.
- Kris E. (2018). LA PSICOLOGÍA DEL YO Y LA INTERPRETACIÓN EN LA TERAPIA PSICOANALÍTICA (1951). *Affectio Societatis*, 15(29), 275-288.
- Lettieri R (2005). The Ego Revisited. *Psychoanalytic Psychology* Vol. 22, No. 3, 370-381.
- Luyten P. et al. (2020). Borderline personality disorder, complex trauma, and problems with self and identity: A social-communicative approach. *Special Issue: Self, Identity, and Psychopathology Volume 88, Issue1 Pages 88-105*.
- 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. (2018). Una perspectiva neurobiológica del pensamiento preconscious. *Revista Subjetividad y Procesos Cognitivos* Vol. 22, Nro. 2 ISSN electrónico: 1852-7310
- Marcus E.R. (1992). Ego Functions. In: *Psychosis and Near Psychosis*. Springer, New York, NY. https://doi-org.ehu.idm.oclc.org/10.1007/978-1-4613-9197-5_1
- Marcus E. (1999). *MODERN EGO PSYCHOLOGY*. Journal of the American Psychoanalytic Association v47 n3 (199906): 843-871.
- Midgley N. (2011). Test of time: Anna Freud's normality and pathology in childhood (1965). *Clinical Child Psychology and Psychiatry* 16(3) 475-482.
- Pennebaker J.W. (1994) *El arte de confiar en los demás*. Alianza Editorial.
- Sandler, J., & Sandler, A. (1994). Theoretical and technical comments on regression and anti-regression. *The International Journal of Psycho-Analysis*, 75(3), 431
- Sugarman, A. (2006). Mentalization, insightfulness, and therapeutic action: The importance of mental organization. *International Journal of Psychoanalysis*, 87, 965-87.

