

Carlos Pitillas Salvá

# EL DAÑO QUE SE HEREDA

Comprender y abordar  
la transmisión intergeneracional  
del trauma



Desclée De Brouwer

Carlos Pitillas Salvá

# **El daño que se hereda**

## **Comprender y abordar la transmisión intergeneracional del trauma**



**Desclée De Brouwer**

© 2021, CARLOS PITILLAS SALVÁ  
© Gráficos 2021, CARLOS PITILLAS SALVÁ  
© 2021, EDITORIAL DESCLÉE DE BROUWER, S.A.  
Henao, 6 - 48009  
www.edesclee.com  
info@edesclee.com  
Facebook: EditorialDesclee  
Twitter: @EdDesclee

ISBN: 978-84-330-3132-7  
Depósito Legal: BI-00188-2021  
Impresión: Grafo, S.A. - Basauri

Impreso en España - Printed in Spain

Reservados todos los derechos. Queda totalmente prohibida la reproducción total o parcial de este libro por cualquier procedimiento electrónico o mecánico, incluyendo fotocopia, grabación magnética o cualquier sistema de almacenamiento o recuperación de información, sin permiso escrito de los editores.

*Para Alejandra*



# Índice

<b>Agradecimientos</b> .....	13
<b>Prólogo.</b> <i>José Luis Gonzalo Marrodán</i> .....	15
<b>Introducción</b> .....	25

## Primera parte

### Los vínculos afectivos al comienzo de la vida

<b>1. Las relaciones, en el centro del desarrollo humano</b> .	33
<b>2. Un retrato de la seguridad</b> .....	39
Un sistema diádico de regulación mutua .....	42
Algunos efectos de la influencia recíproca en las interacciones .....	44
Un margen óptimo de activación .....	46
Algunos efectos de la hetero-regulación .....	49
Reparación interactiva. ....	51
Algunos efectos de la reparación interactiva .....	53
Especlarización y nacimiento de la (inter)subjetividad .....	55
Contingencia, sintonía y marcaje. ....	58
Algunos efectos de la especlarización. ....	59
Dos sistemas convergentes .....	63

<b>3. De fuera adentro: la construcción de un modelo de las relaciones</b> .....	67
Prototipos y ciclos: los modelos operativos internos y su influencia sobre las relaciones padres-hijos .....	71
<b>4. Adaptarse a lo que cabe esperar: los estilos de apego</b> .....	73

## **Segunda parte**

### Trauma temprano, desorganización del apego y estrategias de reorganización

<b>1. Introducción: las cuatro dimensiones de la seguridad, bajo amenaza</b> .....	79
<b>2. El apego desorganizado y su relación con el trauma</b> .....	85
El “miedo sin solución” .....	89
El camino hacia la desorganización: manifestaciones tempranas de desregulación en diadas madres-bebé .....	92
<b>3. Fantasmas, defensas y transmisión: el mundo interno de los padres traumatizados</b> .....	103
Los estados irresueltos en el adulto .....	103
Fantasmas en la habitación del bebé: reexperimentación postraumática en los padres, y la necesidad de defenderse ...	106
El niño como recordatorio postraumático .....	106
Externalizar el dolor. ....	109
Los malos tratos como defensa .....	112
<b>4. La desaparición del niño real: interacciones imaginarias, fallos en la mentalización y dinámicas de no reconocimiento</b> .....	119
Interacciones imaginarias .....	120
Fallos en la mentalización parental. ....	123
Dinámicas de no reconocimiento .....	126

<b>5. Los círculos viciosos de la inseguridad y el trauma</b> .....	133
<b>6. Algunas consecuencias del trauma temprano sobre el desarrollo</b> .....	137
Fracaso en la regulación y disociación .....	137
Del niño al padre: hiperactivación y disociación .....	142
Fracaso en la mentalización .....	143
Del niño al padre: mentalización .....	145
El impacto del trauma sobre la identidad .....	146
Lo que queda fuera: exclusión defensiva y las narrativas incompletas .....	147
Lo que invade el interior: incorporación y las narrativas “embruadas” .....	150
Del niño al padre: identidad .....	153
<b>7. Recuperar el control: la reorganización de estrategias de apego</b> .....	155
<b>8. Caminos de discontinuidad en la transmisión</b> .....	159

### **Tercera parte**

Fortalecer y reparar las relaciones tempranas:  
principios y técnicas de intervención centrada  
en el vínculo

<b>1. Introducción</b> .....	167
<b>2. Un escenario clínico por derecho</b> .....	173
Dos tradiciones de intervención centrada en el vínculo .....	174
Tres premisas .....	176
Los tiempos de la intervención .....	176
La relación es el paciente .....	177
Exclusión social y relaciones de apego .....	177

<b>3. Un marco de seguridad para el trabajo terapéutico con los padres</b> .....	<b>181</b>
De la evolutiva a la terapia: trabajar relacionamente con el cuidador .....	181
Sistema dinámico de regulación mutua .....	182
Margen óptimo de activación .....	188
Reducir el dolor, aumentar la confianza .....	188
Regular el miedo, rebajar el peligro .....	190
Desafiar expectativas ofreciendo algo distinto .....	194
El cuidado de la transferencia positiva (o cómo ser una abuela buena) .....	196
Reparación interactiva .....	199
Dos movimientos para la reparación .....	200
Espejamiento y mentalización .....	203
La postura mentalizante con el cuidador .....	204
Reconocimiento y discrepancia .....	206
<b>4. Tres líneas de trabajo técnico en psicoterapia centrada en el vínculo</b> .....	<b>213</b>
Tener al niño en mente: reactivar y fortalecer la mentalización parental .....	213
Observar y describir .....	214
Explorar perspectivas alternativas acerca del niño y de la relación .....	219
Transformar las auto-representaciones de los padres (trabajo centrado en fortalezas) .....	222
Señalamiento de interacciones armónicas niño-cuidador .....	225
Señalamiento de habilidades infrautilizadas del cuidador .....	225
Señalamiento de indicadores de apego en el niño .....	226
Trabajar con la memoria amable .....	226
Comprender(se) para cambiar: el uso de la interpretación .....	228
Áreas o focos de la interpretación .....	230
Más allá del acierto: la pertinencia de la interpretación .....	232
La interpretación en acción .....	235
<b>Bibliografía</b> .....	<b>239</b>

# Introducción

*Todo corazón llegará al amor  
pero en calidad de refugiado*

—Leonard Cohen

Este libro es el resultado de varios años de estudio acerca de los vínculos afectivos tempranos entre padres e hijos y de mi experiencia en intervención con familias vulnerables. Como cualquier otra obra de divulgación (y probablemente más que muchas) se trata de un libro incompleto e imperfecto, pero espero que suficientemente bueno a la hora de compartir una visión comprensiva y útil sobre las familias, sus heridas y su tratamiento. Mi objetivo es aportar una serie de claves teóricas y técnicas que ayuden a psicoterapeutas, profesionales de la protección infantil, estudiosos del desarrollo temprano y estudiantes a comprender por qué algunos padres, a pesar de su deseo de criar a sus hijos con seguridad, infligen sobre ellos los daños emocionales que ellos mismos sufrieron en fases tempranas de su desarrollo. En estas familias, el daño de los mayores es un daño que se *hereda* en las generaciones más jóvenes. Mi intención con este libro es también compartir algunas ideas sobre lo que podemos hacer los profesionales para prevenir este fenómeno de transmisión intergeneracional del trauma, o abordar algunos de sus efectos.

Nuestra visión de la parentalidad está muy sesgada hacia la idealización. La publicidad, el cine, las portadas de los libros de autoayuda, entre otros, nos hacen creer que ser una madre o un padre amoroso y seguro es el resultado

natural y relativamente fácil de la mera procreación, es decir, que “sale solo” y que “sale bien”. Ciertamente, la maternidad y la paternidad son claros escenarios de disfrute y de autorrealización para una importante cantidad de adultos (siempre que vivan en condiciones socioeconómicas seguras). Los padres se ven reflejados en sus hijos; cuidar les hace sentir buenos e importantes; los logros de sus niños contribuyen a su autoestima; la fragilidad de sus niños despierta en ellos reacciones de intensa ternura que cuesta poner en palabras; etc. Sin embargo, la parentalidad es también una experiencia ambigua, donde junto al amor pueden experimentarse sentimientos tales como el cansancio, la incertidumbre, la frustración, el fracaso, el rechazo, etc. Hacerse cargo de una criatura que es dependiente durante muchos años, que no tiene la capacidad de expresar sus necesidades y estados internos con claridad, y que demanda grandes cantidades de energía, atención, dinero o molestias físicas, supone un reto emocional y social para cualquiera. Según Rozsika Parker (1995), el gran desafío de la parentalidad no consiste tanto en ejercer prácticas de crianza “universalmente” adecuadas, sino en integrar las experiencias positivas con las experiencias negativas que se asocian al hecho de ser padre. Se trata de un camino complejo y a veces tenso, pero enormemente gratificante y, probablemente, una de las experiencias emocionales más poderosas para las que está preparado el cerebro humano.

Para algunos adultos, el proceso de convertirse en padres no solo incluye estas complejidades y tensiones, sino que puede estar habitado por fantasmas. Siempre que nos hacemos cargo de la fragilidad y la dependencia intensas de un niño, se despiertan aspectos de lo que fuimos de pequeños, lo que vivimos, la forma en que se nos trató, aquello que nos dio seguridad, pero también aquello que nos hizo daño. Cuando la historia interpersonal del adulto está marcada por el desamparo o el miedo, la crianza puede funcionar como un poderoso reactivador de experiencias infantiles que, con frecuencia, no fueron procesadas. El trauma temprano de los padres puede incluir formas de agresión evidentes e intensas (tales como el maltrato físico o el abuso sexual), pero también incluye agresiones de naturaleza emocional o daños sutiles, menos visibles, que se repiten y acumulan a lo largo del desarrollo y socavan la seguridad y la autoestima de la persona. Ser criado con niveles excesivos

de exigencia, ser humillado de forma aleatoria e impredecible en la familia, ver cómo algunas partes del propio carácter o algunas necesidades son sistemáticamente prohibidas o atacadas, quedarse desprotegido frente al estrés y el dolor por padres desatentos o desconectados, tener que renunciar a la autonomía mental en el contexto de una familia excesivamente aglutinada, entre otros, serían ejemplos de estas formas microscópicas de trauma, que también están sujetas a la transmisión intergeneracional (Crastrnopol, 2015).

En todos los casos, el dolor no aliviado del trauma está todo el tiempo dispuesto a asomarse al presente y contaminarlo. En estas condiciones, la crianza es una misión cargada de riesgos que detallaré a lo largo de este libro, y algunos de los cuales adelanto a continuación.

En primer lugar, la vulnerabilidad de sus niños pone en contacto a estas personas con sus propios sentimientos de vulnerabilidad desatendida. Reconocer la dependencia del niño exige reconocer que uno fue dependiente alguna vez y que, sin embargo, esa dependencia no fue permitida o cuidada, lo cual puede reactivar el desamparo y la rabia: ¿por qué me hicieron daño cuando yo era así de pequeño y necesitaba que me protegieran?

En segundo lugar, estos adultos pueden tener serias dificultades de autorregulación emocional, lo que los convierte en padres potencialmente inestables o peligrosos. Al no haber sido ayudados por sus propios padres a modular la intensidad de sus emociones, estas personas pueden verse invadidas por afectos desbordantes: la confusión, la rabia y, muy especialmente, el miedo: a sentirse atacados, a quedarse o solos, a ser controlados por el niño, a fracasar y ser criticados. Todos los padres y madres pueden experimentar estas emociones, pero aquellos que proceden de historias traumáticas tienen una especial dificultad para mantener al niño protegido del impacto de estos sentimientos.

En tercer lugar, entender la mente del niño puede ser una tarea complicada o peligrosa para el padre traumatizado. En los entornos violentos o carenciados en los que se criaron de pequeños, apenas hubo una consideración de su mente, sus necesidades y sentimientos. Como resultado, estos adultos desarrollan una especie de ceguera psicológica que hace que la mente de

sus propios hijos sea algo difícil de entender y de predecir. Cuando atendemos a estos padres, descubrimos que para ellos resulta difícil descifrar los estados subjetivos del niño, considerar las razones internas de su conducta.

Por último, el adulto que de niño fue maltratado, en un nivel muy nuclear de su identidad puede sentirse inferior, indefenso, despreciable, defectuoso, sucio, malo o destructivo. Estas autopercepciones pueden comprometer el ejercicio de la crianza, que exige sentirse mínimamente bueno, creativo y eficaz. Los padres acosados por una visión tan negativa de sí mismos pueden experimentar la tentación de alejarse defensivamente del niño, atacarlo para dejar de sentirse mal, o abdicar de su rol de protectores.

En las páginas que siguen, trataré de arrojar una mirada científica sobre estos y otros de los obstáculos que contaminan la parentalidad, apoyándome en los frutos de la investigación empírica y clínica desarrollada por expertos durante los últimos cincuenta años. Si todo va bien, el lector obtendrá de este libro algunas claves para entender cómo el trauma no resuelto del adulto se pone en juego en contacto con el niño, y cómo para este los vínculos tempranos, además de protectores, pueden ser un lugar de amenaza o de desamparo.

Pero convertirse en madre o padre es también una especie de segunda oportunidad para los adultos heridos, tal y como han compartido conmigo muchas de las familias a las que he tenido la oportunidad de atender: *Me sentí sola, y no quiero que eso le pase a mis niños; Mi padre fue muy duro con nosotros, yo trataré de ser más comprensivo; Eché mucho de menos que me trataran con cariño, por eso para mí es muy importante ser cálido con mis hijos y recordarles que los quiero;* etc. El trauma temprano, además de una fuente de oscuras interferencias en la mente de los padres, puede ser también un motor para el desarrollo de historias familiares reparadoras, más sanas, basadas en la seguridad. Los padres que logran esto no cambian su pasado, pero sí reconstruyen parte de su identidad herida y dan un nuevo sentido a su historia a través del cuidado que dispensan al niño. Afirmaba Selma Fraiberg (1980) que esta tendencia hacia la reparación es una especie de fortaleza natural en la parentalidad de muchos adultos dañados,

y que los profesionales podemos aprovechar esa energía para acompañar a las familias hacia un funcionamiento más saludable.

Este libro presenta un modelo de intervención psicoterapéutica que trata de activar este tipo de procesos. El modelo se apoya en una premisa fundamental: los adultos heridos necesitan recuperar cierta experiencia de seguridad antes de poder convertirse en padres sensibles y eficaces. Por ello, el modelo de intervención que presento opera sobre una serie de estrategias que tratan de curar parte de los daños relacionales del padre y, simultáneamente, de aumentar sus capacidades para ver y entender al niño, para reempoderarse como cuidador, o para entender cómo influye su historia de cuidados sobre su experiencia presente de parentalidad.

El libro está dividido en tres partes.

La primera (*Los vínculos afectivos al comienzo de la vida*) recoge una parte importante de lo que sabemos que sucede en las relaciones afectivas tempranas marcadas por la seguridad. Sobre todo, trata de responder a una pregunta básica: ¿Qué hace el adulto para que el niño crezca con salud emocional y con un sentimiento básico de confianza en sí mismo y en el entorno? El capítulo organiza las respuestas a esta pregunta en cuatro dimensiones de la seguridad y aborda algunas de sus consecuencias evolutivas. Posteriormente, se exploran de forma breve los procesos por los cuales el niño adquiere un modelo mental de las relaciones sociales, sobre la base de su experiencia de la relación con sus figuras de apego.

La segunda parte (*Trauma temprano, desorganización del apego y estrategias de reorganización*) hace un análisis detallado de las dinámicas interactivas inseguras y traumáticas en las relaciones padres-hijos tempranas, con un énfasis especial en la influencia que ejerce el trauma temprano de los padres sobre su dificultad para ejercer de cuidadores. La reexperimentación por parte del adulto de sentimientos intolerables ligados al propio trauma, sus dificultades para regularse emocionalmente mientras interactúa con el niño, su confusión respecto a qué siente, quiere o necesita el niño, o su necesidad de defenderse de la angustia que supone ser padre, son algunos de los procesos que se explorarán en esta sección. Asimismo, abordaré los

efectos que tiene ser descuidado y maltratado sobre el desarrollo psicomocional del niño, y cómo este deberá desplegar estrategias de adaptación para sobrevivir en un entorno interpersonal amenazante.

La tercera parte (*Fortalecer y reparar las relaciones tempranas: principios y técnicas de intervención centrada en el vínculo*) presenta una forma de entender la psicoterapia centrada en curar la relación entre un adulto dañado y un niño pequeño. No se trata de un modelo de tratamiento individual del adulto o de una propuesta para la intervención sobre el niño, sino de una serie de recomendaciones para reparar y fortalecer aquello que se desarrolla entre ambos: el vínculo. La sección recoge, por un lado, cuatro estrategias orientadas a (re)construir cierto sentido de seguridad interpersonal en el padre traumatizado. Si esto se logra, puede comenzarse un trabajo más focalizado en la reactivación y la consolidación de algunas capacidades parentales básicas, trabajo que se describe en la segunda mitad de este capítulo.

Confío en que los contenidos que se desarrollan a lo largo de las páginas que siguen, a pesar de que exploran la complejidad de las relaciones humanas, sean comprensibles y resulten útiles para quienes dedican sus esfuerzos a cuidar de las familias más frágiles. He elegido sacrificar ciertos detalles y omitir algunas controversias teóricas a favor de crear un texto accesible para una cantidad diversa de profesionales. El catálogo de ideas y recomendaciones que se recogen aquí es relativamente amplio y, en ese sentido, invito al lector a que tome de estas páginas aquello que más de cerca toca a su trabajo, lo que es más afín a su sensibilidad terapéutica y, sobre todo, lo que puede emplear con mayores visos de eficacia.

# 1

## Las relaciones, en el centro del desarrollo humano

*No basta con que un niño nazca, hay que traerlo al mundo*

—D.W. Winnicott

El bebé humano es un ser relacional. En contraposición a la imagen del psicoanálisis clásico que entendía al bebé como una criatura socialmente pasiva, replegada en una especie de aislamiento autístico, lo que nos ha ido demostrando la investigación evolutiva a lo largo de las últimas décadas es que, desde los primeros momentos de nuestra vida, somos seres sociales (Trevarthen y Aitken, 2001). Y esto tiene sentido en el marco de la evolución de nuestra especie y de la inmadurez relativa del cachorro humano. A diferencia de las crías de otras especies, el bebé humano es incapaz de alimentarse, regular sus estados y ritmos corporales, desplazarse o protegerse de los peligros del entorno. Nuestras capacidades para sobrevivir están seriamente reducidas con respecto a las de otros mamíferos, y esta indefensión relativa se prolongará durante años. La apuesta que hace la evolución con nosotros, por lo tanto, es la de que nuestra supervivencia dependa en gran medida de la presencia constante y sensible de uno o varios adultos<sup>1</sup> más fuertes, más

---

1. A lo largo de este libro haré un uso intercambiable de los términos “madre”, “padre”, “cuidador” o “adulto” (de referencia). Todos ellos nos servirán para designar una función universal, que es la de ejercer los cuidados primarios que necesita un niño durante los primeros años de vida. El uso indistinto de estos términos tiene como objetivo reflejar la diversidad de figuras que pueden desempeñar esta función.

sabios, dispuestos a protegernos. Por ello, la evolución privilegió a aquellos niños que nacían con una clara predisposición relacional.

Podemos defender que la *relacionalidad* esencial del bebé humano (Mitchell, 1988) se materializa en tres aspectos: el bebé está *orientado* hacia las relaciones, está *fabricado* para las relaciones, y su desarrollo *responde* a lo que sucede dentro de las relaciones importantes.

En lo que toca a su orientación relacional, sabemos que, desde que tiene apenas semanas de vida, el bebé es capaz de discriminar y registrar con bastante precisión los estímulos sociales sobre estímulos de carácter no personal. El rostro humano, la voz o el olor de la madre, son algunos de los estímulos por los que el bebé muestra preferencias y que es capaz de rastrear con especial facilidad. Sus capacidades perceptivas van más allá de los estímulos humanos discretos, y alcanzan las contingencias o las “reglas” sobre las que se organizan las interacciones. Por ejemplo, se ha observado que niños de 6 semanas de edad, durante secuencias de intercambio vocal con sus madres, son capaces de realizar pausas que se anticipan a las verbalizaciones de la madre (Crown, Feldstein, Jasnow, Beebe y Jaffe, 2002). Este ejemplo ilustra la capacidad que tiene el bebé de anticipar el patrón comunicativo de un adulto que interactúa con él y coordinarse con el mismo. Desde muy pronto, somos seres sociales, capaces de atender y aprender lo que sucede en las relaciones, construir modelos básicos de la interacción, y adaptarnos. Esta *orientación* relacional del bebé humano se manifiesta también en la búsqueda de la proximidad de sus figuras de apego y sus reacciones cuando dicha proximidad se rompe. Bowlby comprobó que, frente a la separación de sus cuidadores, el niño despliega respuestas intensas orientadas a recuperar la proximidad (el llanto, los intentos de alcanzar al cuidador físicamente, el aferramiento). Estas reacciones de “protesta”, si no tienen éxito en la recuperación del contacto, pueden perder intensidad y evolucionar hacia una tristeza y una “desesperación” muy semejante a las reacciones de duelo en adultos. Una tercera fase de respuesta a la separación consiste en el “desapego” del niño y el desplazamiento de su interés hacia objetos y actividades que no incluyan un grado alto de intimidad social (véase Fraley y Shaver, 2016). La conexión con las figuras de apego es un

objetivo prioritario con el que los niños vienen al mundo, y esto los orienta hacia la percepción de los estímulos sociales, la preferencia por dichos estímulos, y la adquisición temprana de conocimiento acerca de lo que sucede en el mundo de las relaciones. De hecho, conforme el niño avanza en su primer año de vida, su orientación hacia otros seres humanos pasa de ser indiscriminada a hacerse cada vez más selectiva, lo que culmina con el establecimiento de preferencias claras hacia sus figuras de apego primarias, y la ansiedad ante los extraños.

A la orientación relacional del bebé humano se añade su capacidad para atraer a los adultos y mantenerlos cerca. Es decir, no solo nacemos con un deseo innato de estar conectados a otros, sino que venimos también dotados de destrezas para garantizar dicha conexión: estamos fabricados relacionalmente. El niño llora para ser tomado en brazos, protesta cuando el cuidador se aleja, sigue visualmente al adulto y, cuando sus capacidades motóricas están desarrolladas, este seguimiento se hace físico (gatea o corre detrás de su padre, se mantiene cerca). Las proporciones corporales y las formas redondeadas que en general caracterizan a los bebés los convierten en criaturas adorables para la mayor parte de los adultos (Hrdy, 1999). Otras capacidades muy tempranas, tales como la imitación, la sonrisa social, el llanto o la habilidad para tener proto-conversaciones (basadas en el intercambio coordinado de gestos vocales y faciales) con los padres, convierten a los niños humanos en auténticos especialistas en hacer que los adultos se interesen por ellos, en mantenerlos cerca. Esto favorece que el niño no sea desatendido, abandonado, o agredido por ellos. El contexto en el que evolucionó nuestra especie era pobre en recursos y rico en peligros. Resultaba fácil que los bebés, si no estaban en manos de un adulto que los vigilara y los cargara, fueran devorados por depredadores o se perdieran. Asimismo, la inseguridad respecto a la viabilidad de los niños (no era fácil que los recién nacidos sobrevivieran hasta convertirse en adultos capaces de reproducirse), sumada a la necesidad de gestionar una cantidad escasa de recursos, hacía que el abandono o el asesinato de los bebés a manos de sus progenitores u otros adultos fuera una perspectiva relativamente probable (Hrdy, 1999). Por todas estas razones, las características de los bebés

y sus capacidades tempranas de comunicación social evolucionaron como herramientas esenciales para la preservación de nuestra especie.

Por último, nuestro desarrollo físico y psicológico está íntimamente ligado a nuestras relaciones. Lo que somos responde en buena parte a cómo fueron nuestras relaciones durante los primeros años de vida. Una exposición especialmente dramática de este principio se encuentra en algunos de los estudios clásicos que se realizaron tras la II Guerra Mundial sobre niños institucionalizados. La Guerra había dejado una cantidad muy significativa de niños huérfanos, que pasaron a llenar las salas de instituciones pobremente provistas de profesionales. A pesar de que las necesidades alimentarias y de higiene de los niños estaban cubiertas, a estos bebés les faltaba la presencia de uno o varios adultos de referencia, constantes, predecibles y, lo más importante, afectivamente ligados a ellos. Las enfermeras garantizaban la supervivencia de estos niños, pero no eran figuras de apego. Esta ausencia de privación social tenía entre sus efectos el fracaso en el crecimiento de muchos de estos bebés, problemas severos de desarrollo intelectual, la neutralización de sus capacidades de interacción (los bebés dejaron de responder a estímulos sociales y se iban encerrando progresivamente en circuitos de autoestimulación y aislamiento), fallos importantes del sistema inmunitario y, en algunos casos, la muerte (Bowlby, 1952). Los resultados obtenidos por estas investigaciones clásicas fueron confirmados posteriormente con el estudio de niños sometidos a condiciones de fuerte privación social en orfanatos de países pertenecientes a la antigua Unión Soviética y China (Smyke, Dumitrescu y Zeanah, 2002; Van Den Dries, Juffer, Van Ijzendoorn, Bakermans-Kranenburg y Alink, 2012). Tal vez estos experimentos naturales de nuestra historia reciente sean la prueba por excelencia de que, sin relaciones, no nos desarrollamos. Las relaciones afectivas son el escenario en el que nos convertimos en personas. La calidad de estas relaciones tempranas condiciona fuertemente la forma en que se desarrollarán aspectos de nuestra futura vida adulta. Los niños que se crían en relaciones afectivas seguras, a manos de adultos disponibles y sensibles, darán muestra de un buen desarrollo en áreas tan diversas como las habilidades sociales, el rendimiento académico, la empatía, la salud médica o la capacidad de reponer-

se tras haber vivido experiencias adversas, entre otros (Thompson, 2016). Los niveles más o menos altos de seguridad en las relaciones padres-hijos al principio de la vida, por lo tanto, son un pilar de nuestro desarrollo y nuestra salud mental. Pero, ¿en qué consiste la seguridad? ¿Cómo se desarrolla esta dentro de la relación entre una criatura inmadura, dependiente, y un adulto?