

El poder de los vínculos. Una reflexión introductoria a la obra de Sullivan

Emmanuel Justo Raña¹

IPR

Sullivan es un autor muy trascendente para la clínica psicológica, donde es pionero en describir a los seres humanos como seres sociales, que se construyen y también enferman en sociedad. Este trabajo introduce al pensamiento de Sullivan donde el ser humano no puede construirse sin la cultura y es desde la interacción donde el observador se convierte en participante y su participación activa es lo que genera el cambio que se puede movilizar y trabajar en la psicoterapia.

Palabras clave: Vínculo, Interacción, Participación, Cultura, Sociedad.

Sullivan is a very transcendent author for the psychological clinic, where he is a pioneer in describing human beings as social beings, who build themselves and also become ill in society. This work introduces Sullivan's thought where the human being cannot be built without culture and it is from the interaction where the observer becomes a participant and his/her active participation is what generates the change that can be mobilized and worked on in psychotherapy.

Key Words: Bond, Interaction, Participation, Culture, Society.

English Title: The power of bonds. An introductory reflection on Sullivan's work.

Cita bibliográfica / Reference citation:

Justo Raña, E. (2024). El poder de los vínculos. Una reflexión introductoria a la obra de Sullivan. *Clínica e Investigación Relacional*, 18 (1): 91-99. [ISSN 1988-2939] [Recuperado de www.ceir.info] DOI: 10.21110/19882939.2024.180108

¹ Psicoterapeuta Psicoanalítico. Miembro del Instituto de Psicoterapia Relacional. Contacto: emmanuelranaj@hotmail.com

"El amor comienza cuando una persona siente que las necesidades de otra son tan importantes como las suyas propias" -Harry Stack Sullivan-

Somos seres interconectados que vibramos en comunicación con los otros, amalgamas de sueños rotos, de anhelos y de sueños cumplidos, seres en comunidad que nos agrupamos para comprender lo enigmático que puede llegar a convertirse esto que llamamos vida, con cada mirada y con cada encuentro nos tratamos de comprender desde la mirada del otro y lo que esa mirada provoca en el mundo interno personal, lo personal y lo íntimo solamente puede comprenderse desde la conexión con el mundo que nos rodea, conectamos y nos desconectamos, nos acercamos y tomamos distancia para sentirnos a salvo y es desde todos estos movimientos desde donde nos construimos como seres vibrantes, en búsqueda de sentido, de comprender que nos mueve y que nos empuja a seguir adelante.

Sullivan en su obra, en la primera mitad del siglo XX, nos acerca a este mundo de conexión y de vínculos, empieza a escuchar a sus pacientes desde su configuración interpersonal en sociedad y sin darse cuenta modifica el paradigma imperante en la comprensión de las afecciones mentales y emocionales, lo podríamos llamar el fundador del psicoanálisis personal, sin embargo, parte de la riqueza de esta postura psicoanalítica justamente radica en su ausencia de radicalización y nos presenta un mundo psicoanalítico en donde existe mayor flexibilidad de pensamiento y por lo tanto de posturas diversas, en esta apertura se permite discernir, cuestionar y aportar desde distintas miradas para poder enriquecer el pensamiento analítico.

Fue un psiquiatra estadounidense que con el paso del tiempo se fue acercando al pensamiento psicoanalítico como era muy común en aquella época, conforme se iba iniciando en su trabajo como psiquiatra dentro de instituciones públicas y privadas comenzó a darse cuenta de algo que faltaba hasta ese momento en la comprensión de los trastornos mentales, identifica que el factor social, la cultura y los vínculos interpersonales no han sido realmente explorados como un factor predictivo tanto de salud como de enfermedad.

Empieza a desarrollar una escucha muy particular en donde da cuenta de lo imprescindible que resulta profundizar en los vínculos de sus pacientes, las formas en las que se han venido desarrollando estilos de comunicación emocionales dentro de las familias y como estos estilos al obtener ciertos tipos de respuesta van configurando sintomatología. Sin comprender la comunicación privada dentro de las familias no se

puede realmente escuchar al paciente, si no se conocen estos aspectos siempre se sentirá que falta una pieza fundamental dentro del rompecabezas de la personalidad.

Es imposible comprender, escuchar, realmente la forma en la que los pacientes se comunican con el analista si no se ha intentado entender previamente las formas particulares de comunicación en su historia, no se puede pretender escribir una nueva partitura musical sin comprender las escalas previas aprendidas con las que llega el paciente a la consulta, es intentar componer a ciegas, sin realmente saber con qué ha llegado el paciente cuando viene a comunicarnos su dolor y su angustia.

Sullivan fue sentando las bases de lo que posteriormente tomaría el nombre de psicoanálisis interpersonal, despertó un gran interés y desarrolló técnicas profundas para el trabajo con la esquizofrenia, lo cual representaba un cambio significativo dentro de la corriente psicoanalítica imperante de la época, en donde a esta estructura mental se la tenía abandonada y se solía pensar que este tipo de pacientes no eran sujetos realmente de un análisis. Y dentro de este campo de investigación se vuelve fundamental su "entrevista psiquiátrica", en donde establecía que el psiquiatra no debe ser solo un observador, sino que debe de ser un observador participante.

Esta frase, quizás es una de las más conocidas del autor y también una de las más citadas, sin duda, en una sola frase se esconde un gran significado y sobre todo un cambio de paradigma, ya que establece de manera contundente que la figura del analista frío y quirúrgico es insuficiente para comprender y trabajar con cualquier paciente, lo que él propone es justo lo contrario, presenta a un analista que observa y participa, mientras se va dando esta dialéctica: la observación modifica la participación y a su vez el participar modifica también aquello que se está observando.

Esta observación participante modifica la relación terapéutica y por lo tanto también la escucha, sin duda, lleva lo cultural y la interacción humana dentro del contexto terapéutico, nos presenta un escenario en donde dos personas se comunican y se afectan mutuamente, aquello que se va afectando y se va modificando desde la propia participación del analista que también observa genera un estilo de comunicación tan particular que no se puede repetir con ningún otro paciente, escuchar estas notas particulares dentro del vínculo analítico, desde lo que nos ofrece Sullivan con su pensamiento, es desde donde realmente se podrán realizar cambios sustanciales en aquello que le duele al paciente.

Para Sullivan los trastornos mentales son justamente el resultado de una comunicación inadecuada y pensaba que la ansiedad obstaculiza los procesos comunicativos, es decir, la ansiedad sería una fuerza destructora de las relaciones

interpersonales, lo que se comunica y la forma en la que se va comunicando, desde la palabra, pero sobre todo desde lo afectivo, es lo que va conformando la sintomatología y por lo tanto la patología mental, su comprensión acerca de la comunicación afectiva y de los sistemas alrededor principalmente de la ansiedad, nos adentran en mundo plagado de significados, texturas vinculares que van conformando a cada ser humano.

Dentro de su comprensión de la ansiedad fue desarrollando distintos conceptos, mecanismos internos y también interpersonales para realmente poder comprender lo que sucede con el paciente en el contexto terapéutico, a la necesidad de alivio de la ansiedad la llamaba necesidad de seguridad interpersonal, la ansiedad para él será un eje diagnóstico constante en la forma de comprender a sus pacientes, se busca acabar con ella pero al mismo tiempo la cercanía misma en los vínculos la provoca, por lo que será indispensable para el entender junto con el paciente de forma participante las maneras en que se juega esta tensión entre experimentar ansiedad y liberarse de ella.

La ansiedad es la génesis de la comunicación afectiva, somos seres que experimentamos ansiedad en la cercanía, al acercarnos buscamos seguridad emocional cuando lo ansioso disminuye y posteriormente tomamos distancia para tomar vuelo, para comprendernos dentro y fuera de la interacción, comprender que se hace y como se enfrenta la ansiedad es fundamental para realmente entender cómo se enfrenta la vida y los momentos complicados a los que todos nos vemos expuestos.

Partiendo de la base de la ansiedad y la comunicación insertas en un contexto social, Sullivan, con las pocas publicaciones que fue desarrollando a lo largo de su vida va configurando su teoría interpersonal para comprender la personalidad de los individuos, que sorprendente resulta escuchar que la ansiedad es el cimiento de la empatía, la ansiedad es seguramente la primera experiencia afectiva que se comunica en el vínculo y al mismo tiempo la respuesta que se da a esa ansiedad es el primer mecanismo de comprensión emocional con el que se nos confronta desde muy pequeños, desde esta dialéctica entre experimentar la ansiedad y aliviarla es desde donde el ser humano se constituye, crece o comienza a experimentar vacíos en su interior.

En el año 1953 publica la obra "La teoría interpersonal de la psiquiatría"; en esta desarrolló su modelo de la personalidad, que se vincula con el esquema psicoanalítico de la época y al mismo tiempo se aleja de él, toma distancia de los postulados clásicos freudianos y comienza a desarrollar una perspectiva mucho más social de las afecciones mentales, introducir la interacción y la cultura para comprensión del dolor humano inevitablemente se desmarca y se aleja de la teoría clásica, y en el momento en el que el

vínculo analítico y la participación del analista entran por la puerta, el analista quirúrgico y aparentemente desprovisto de afecto sale por la ventana.

Desde este texto comienza a realizar un esbozo profundo de lo que para él debería de ser el tratamiento de los trastornos mentales y establece que la psiquiatría debería de tener como objeto el estudio de las interacciones entre los seres humanos, se da cuenta al trabajar en hospitales psiquiátricos, donde están alojados pacientes graves, que el vínculo cercano que establecen los cuidadores con los pacientes resulta sumamente poderoso para la cura, por lo que destaca la relevancia de las relaciones interpersonales en el paciente, tanto reales como imaginarias, tratando de comprender como estas relaciones van configurando la personalidad del sujeto y por lo tanto también las distintas formas de psicopatología.

La cercanía afectiva es curativa en sí misma y él se da cuenta de este poderoso mecanismo en la clínica, observa y comprueba que el trabajo clínico sin implicación afectiva auténtica es como dar un vaso de agua vacío a alguien que muere de sed, el vaso se encuentra ahí pero sin el líquido sería mejor no dar nada, ya que solamente producirá frustración y por lo tanto lo traumático se enquistaría dejando cada vez menos margen para el movimiento interno, para el crecimiento.

Por lo tanto, la personalidad comienza a definirla como un patrón de comportamiento en los seres humanos que se encuentra completamente ligado a la interacción que se mantiene con otras personas, para él los vínculos enferman o curan, desde este lugar nos encontramos con los pacientes que llegan a la consulta con una historia vincular que los ha venido enfermando y al mismo tiempo les han proporcionado herramientas para entender y trascender en sus mundos, vienen en búsqueda de un nuevo vínculo, de una nueva relación con el analista que les permita comprender lo que ha sucedido en sus vidas, lo que han obtenido en sus relaciones más cercanas y también lo que les ha faltado y les ha provocado un enigma relacional, una especie de incompreensión en las formas de relacionarse, modos de estar en el mundo.

Sin embargo, parte de su profundidad radica justo en tampoco abandonar lo interno, la fantasía, para la concepción que el desarrolla sobre la personalidad se observa una interacción constante entre las relaciones externas con las internas fantaseadas, estipula que la interacción se va determinando tanto por las necesidades fisiológicas, dando un gran peso a la biología, como con el aprendizaje que se va construyendo desde edades muy tempranas en el proceso de socialización, la dialéctica entre lo externo y lo interno, entre el pasado y el presente es una constante en su obra, nos apunta directrices claras y al mismo tiempo complejas sobre la forma de trabajar frente a los pacientes, oscilando entre

lo que pasa hoy, aquí mismo en el vínculo terapéutico pero siempre intentando escuchar como eso que se mueve en el vínculo presente se estructura a partir de las interacciones previas que consolidaron los esquemas relacionales.

Continuando con esta línea, para Sullivan, la personalidad se formaría paulatinamente en relación con el tipo de contacto que se va estableciendo con el entorno social y la capacidad que va presentando precisamente este entorno cercano para poder satisfacer las necesidades del individuo, esta búsqueda de satisfacción de la mano con las fallas y la frustración que todo entorno social presenta, van provocando una tensión interna tanto en lo biológico, como en lo psíquico, por lo que aquí se irá configurando la psicopatología, en las fallas de adaptación que presenta el sujeto en su entorno combinado con las fallas sociales que se manifiestan dentro de este entorno social, la adaptación y sus fallas se nos presentan como elementos claves de comprensión en el trabajo con los pacientes, dar forma a las acomodaciones tanto internas como externas se vuelve un brújula primordial para poder dar forma a la novela histórica, familiar e individual de cada paciente y de esta forma ayudarlo a comprenderse en sus movimientos internos y la forma en la que estos movimientos conectan y también desconectan en su adaptación con el mundo externo.

La teoría de la personalidad de Sullivan, y en particular su focalización en las interacciones sociales, llevaron al surgimiento del psicoanálisis interpersonal. Esta corriente también difiere de la variante freudiana en su interés por la individualidad y por la importancia que da a la relación mutua entre terapeuta y paciente.

Sullivan describe a lo largo de su obra tres factores principales que conforman lo que llamamos personalidad, para él estos factores se encuentran en constante dinamismo y comunicación internas para ir desarrollando la forma en la que el individuo comprende su realidad interna y se vincula en sus relaciones externas, estos factores se construyen a partir de la interacción con otros seres humanos y con las formas en las que el individuo logra resolver sus propios impulsos fisiológicos y sociales.

El primer factor tiene que ver con las *necesidades* y los *dinamismos*, desde esta perspectiva define dos grandes apartados dentro de las necesidades humanas, las de autosatisfacción y las de seguridad. Las necesidades de autosatisfacción están ligadas de manera mucho más concreta a la fisiología humana como la alimentación, actividad motora y el sueño, mientras que las necesidades de seguridad adquieren un significado mucho más interno, psicológico, como pueden serlo la evitación de la ansiedad y la construcción de la autoestima.

Aquí también entran los dinamismos, que tal como él los describe son patrones de conducta complejos que buscan transformar la energía física del organismo, buscando satisfacer una necesidad ya sea de autosatisfacción o de seguridad, estos dinamismos están de nuevo completamente ligados a la experiencia del miedo y de la ansiedad en las interacciones humanas, como puede observarse para la forma en la que él entiende el mundo mental hay un dinamismo constante entre lo biológico y lo psíquico, dentro de este dinamismo es donde se van consolidando los síntomas y por lo tanto las problemáticas emocionales.

El segundo factor que conforma la personalidad tiene que ver con el sistema del yo, y la forma en la que él va comprendiendo la conformación de esta instancia psíquica se desmarca del psicoanálisis clásico de la época. En su conceptualización del Yo, Sullivan establece que a lo largo de la infancia a medida que se va experimentando ansiedad se busca aliviarla a través del vínculo con otras personas, por lo que el yo se va consolidando como una estructura que cumple la función de manejar la ansiedad y por lo tanto construir, encontrar patrones relacionales para establecer las necesidades de seguridad y por lo tanto una liberación en cuanto a la ansiedad.

El tercer factor tendrá que ver con lo que Sullivan denominó *personificaciones*, las cuales hacen referencia a los modos en que las personas desde la infancia interpretan el mundo, en esta interpretación el niño va construyendo una novela personal en donde a partir de las primeras experiencias con personas significativas atribuye a personas y a grupos características específicas, basándose tanto en experiencias de interacción como en creencias y fantasías personales, las personificaciones tendrán una gran importancia en las relaciones sociales a lo largo de la vida.

Siguiendo los planteamientos de Sullivan, la personalidad se va formando mediante el interjuego entre lo interpersonal y lo intrapsíquico, atravesadas todo el tiempo por lo biológico, lo fisiológico, por lo tanto si las necesidades de una persona han sido cubiertas durante la infancia se conseguirá una vivencia de autoconfianza y de seguridad, sin embargo, cuando estas necesidades no han sido abordadas de forma adecuada lo que se desarrolla es una experiencia interna de inseguridad y ansiedad y justo desde estos dos polos es desde donde la persona se evaluará a sí mismo y también al mundo que lo rodea.

Habrá que ir comprendiendo, poco a poco, dentro del proceso analítico en que aspectos de su vida el paciente experimenta estados afectivos de autoconfianza y de seguridad, identificando de manera concordante los modos de estar ante su mundo en donde experimenta lo opuesto, inseguridad y por lo tanto ansiedad, en esta espiral afectiva

es donde se podrá ir construyendo un equilibrio interno, que desde el vínculo con el analista podrá irse trasladándose al resto de sus interacciones vinculares.

Sullivan creía que los seres humanos vivimos entre las experiencias de euforia absoluta y tensión absoluta, y define este estado de euforia como un espacio de bienestar total que en realidad es mítico y no existe por completo, aun así la búsqueda de este estado será un motor constante dentro de la experiencia humana, en cuanto a la tensión absoluta la describe como el opuesto a la euforia, tiene que ver con la ansiedad y con aquello que experimentamos que nos falta o que tenemos que seguir buscando, por lo que la vida se estructura entre estos dos lugares internos y justo en poder tolerar la tensión entre ambas experiencias es donde radica el bienestar mental y emocional, nunca deja al ser humano aislado, siempre lo piensa en una continua interacción con otras personas.

La ansiedad y la seguridad, ejes de su obra, para Sullivan aliviar la ansiedad tendrá que ver con la búsqueda de seguridad interpersonal, una sensación de seguridad que surge como respuesta, como alternativa a la experiencia ansiosa ante la vida.

"La personalidad es la configuración relativamente perdurable de los procesos vitales que caracterizan toda la actividad total de la persona perteneciente a esas otras personas, reales o fantásticas, como se convierten de vez en cuando a factores relevantes en sus situaciones totales". (Sullivan, 1972)

Sullivan cambia el juego, cambia la forma en la que se comprenden los trastornos mentales y cambia la figura del analista, integra lo social como un fenómeno inseparable para comprender al ser humano, vincula al analista con su paciente y en esta cercanía es desde donde realmente se puede escuchar, comprender y ayudar.

Para este autor somos seres sociales, que nos construimos y también nos enfermamos en sociedad, el observador participante llegó como un movimiento intenso en la concepción de los estados mentales y dio un giro a la forma de pensar, de comprender los secretos de la mente, sin sociedad no hay ser humano y sin este ser humano no puede construirse la cultura y es aquí, desde la interacción donde el observador se convierte en participante y su participación activa es lo que genera el cambio, analista y paciente afectándose mutuamente, comunicándose para dar sentido a la experiencia de vivir.

REFERENCIAS

Sullivan, H.S. (1959a). *Concepciones de la Psiquiatría Moderna*. Buenos Aires: Psique.

Sullivan H.S. (1959b). *La teoría interpersonal de la Psiquiatría*. Buenos Aires: Psique.

Sullivan H.S. (1959c). *La entrevista psiquiátrica*. Buenos Aires: Psique.

Sullivan H.S. (1959d). *Estudios Clínicos de Psiquiatría*. Buenos Aires: Psique.

Sullivan H.S. (1964). *La esquizofrenia como un proceso humano*. México: D.F.: Herrero Hermanos.

Sullivan H.S. (1968). *La fusión de la psiquiatría y las ciencias sociales*. Buenos Aires: Psique

Original recibido con fecha: 29/3/2024

Revisado: 30/4/2024

Aceptado: 30/4/2024