

ESTRUCTURAS BASALES Y ESTADOS ATRACTORES

Una Segunda Reflexión¹

Francesc Sáinz Bermejo²

RESUMEN

Este trabajo es la continuación de una publicación anterior en el que traté de explicar lo que he denominado *estructura basal*, que representa los fundamentos sobre los que se edifica la personalidad y las bases en las que se asienta la salud y la psicopatología en sus diversas expresiones

Partiendo de la idea de las estructuras basales, hemos ido ampliando el conocimiento hacia los llamados estados atractores, concepto que proviene de la física y de las matemáticas, unido a la teoría del caos y de los sistemas complejos, dinámicos no lineales. El estado atractor es un conjunto al que un sistema dinámico evoluciona desde diferentes condiciones iniciales. Desde el punto de vista del psicoanálisis podemos pensar en los atractores que llevan al sistema de la persona a su origen o a determinados puntos de anclaje de su personalidad. En momentos determinados el atractor puede llevar a la persona a la estructura basal sana o patológica como si fuera atraído por una fuerza gravitatoria. En otros casos consideramos que el atractor está activo aunque sea en segundo plano. Partimos de la idea de la multiplicidad del self, pero entendemos que no todos los *si mismos* tienen el mismo peso en cada persona.

Proponemos que en el psicoterapeuta ayude al paciente a conocer y dialogar con sus atractores y sus diferentes sí mismos, siempre cuando esto sea posible.

Palabras clave: Atractor, Estructura Basal, Psicopatología Relacional

ABSTRACT

This work is a continuation of a previous publication where I tried to explain what I have called the basal structure, which represents the foundations on which personality is built and the bases on which health and psychopathology rest in their various expressions.

Starting from the idea of basal structures, we have expanded the knowledge towards what are called attractor states, a concept that comes from physics and mathematics, linked to chaos theory and non-linear dynamic complex systems. An attractor state is a set to which a dynamic system evolves from different initial conditions. From the psychoanalytic point of view, we can think of attractors that lead a person's system to its origin or to certain anchor points of their personality. At certain moments, the attractor can lead the person to a healthy or pathological basal structure, as if attracted by a gravitational force. In other cases, we consider that the attractor is active, even if it is in the background. We start with the idea of the multiplicity of the self, but we understand that not all selves carry the same weight in each person. We are proposing that the psychotherapist helps the patient to know and engage in dialogue with their attractors and their different selves, whenever possible.

Key Words: Attractor, Basal Structure, Relational Psychopathology

English Title: BASAL STRUCTURES AND ATTRACTOR STATES

Cita bibliográfica / Reference citation:

Sáinz Bermejo, F. (2025). Estructuras basales y estados atractores. *Clínica e Investigación Relacional*, 19 (1): 30-52. [ISSN 1988-2939] [Recuperado de www.ceir.info] DOI: 10.21110/19882939.2025.190103

¹ Este trabajo es la segunda reflexión como continuación de un texto anterior: Sáinz Bermejo, F. (2024). Estructuras basales y psicopatología. Un punto de partida para la reflexión. *Clínica e Investigación Relacional*, 18 (1): 13-33.

² Psicoanalista SEP/IPA. Miembro titular de IPR. Presidente y director docente de l'Institut Català Donald W. Winnicott.

En el trabajo anterior sobre el tema, traté de explicar que la estructura basal está directamente arraigada en la biología y la genética, pero a la vez se construye a través de las experiencias relacionales y vinculares acontecidas desde el inicio de la vida. La urdimbre relacional y afectiva se combina con los potenciales heredados y las características constitucionales para forjar un tramado bio-neuro-relacional. La genética heredada, en contacto con las interacciones con el mundo circundante, constituye las bases epigenéticas. Las marcas epigenéticas, fruto de las combinaciones entre los genes y lo experiencial, dejan huellas en el mundo interno que constituyen la estructura basal, cuyo funcionamiento es una combinación biológica-(epi)genética y experiencial.

Las polémicas en torno a la etiología de la psicopatología y de la salud mental siempre me han parecido infructuosas, reduccionistas y marcadas por los intereses de los diferentes actores implicados. He sostenido en distintos momentos que el cerebro humano parece estar programado para darse explicaciones de los fenómenos en los que está inmerso, al tiempo que necesita encontrar las soluciones necesarias para enfrentarse a los problemas y complicaciones que la vida le procura. Comprender, detectar problemas y resolverlos forma parte de los retos del vivir; sin embargo, nuestra capacidad de comprender los porqués es muy limitada. Los fenómenos más importantes son los más difíciles de explicar y las soluciones a los problemas suelen ser pocas y limitadas.

Es evidente que la biología por sí sola no puede explicar la complejidad etiológica, tampoco puede hacerlo el sociologismo ni el psicologismo. Los diferentes factores se necesitan, se combinan y se transforman. En muchos casos, podemos observar que la biología y la genética juegan un papel muy relevante en la constitución de la problemática de una persona, pero quiero dejar claro que la estructura basal a la que me refiero en este escrito, no depende exclusivamente de lo innato, ya que la genética también está en interacción con las experiencias con el entorno, especialmente con todo lo que tiene que ver con el vínculo afectivo y la emocionalidad. Desde mi punto de vista, la estructura basal es una combinación de diversos factores, en los que las experiencias relacionales juegan un papel primordial.

Es interesante el trabajo que llevó a cabo el neurocientífico recientemente fallecido, James Fallon cuando estudió el cerebro, la genética y la bioquímica de los asesinos en serie, en estudio comparativo con el funcionamiento de personas corrientes. Casi consiguió demostrar que existen unas particularidades orgánicas en los cerebros de los asesinos, hasta que uno de los indicadores más relevante de ello correspondía a los resultados del estudio de sí mismo. Fallon cumplía con el perfil que estaba buscando, pero no era un asesino, ya que nunca había infligido ningún daño relevante a nadie. De ello dedujo que debían intervenir otras variables

como las experiencias relacionales, el trato en la infancia, tal como los psicoanalistas y otros estudiosos llevaban insistiendo desde hace casi un siglo. Sin embargo, me encontré recientemente con una entrevista que le hicieron a Fallon antes de morir (ABC, 2023) en la que explicaba con mucha claridad que su funcionamiento relacional, correspondía al perfil de lo que llamamos un esquizoide. Casado con hijos, manifestaba que nunca les haría ningún daño, pero tampoco sentía especial apego amoroso con ellos, ni tan solo con ninguna persona en especial. Llegaba a la conclusión de que el haber tenido una infancia tranquila posiblemente hizo que no se desarrollara el componente asesino, aunque la base esquizoide siguió, según él, presidiendo su vida. Tal vez su infancia transcurrió con una afectividad corriente o tal vez no fue tanto así como él refiere. Puede que el perfil organicista que encontró tuviera que ver más con la frialdad esquizoide que con el sadismo del asesino. Preguntas que pueden estimular el seguir pensando e investigando.

Tolerar el no saber y comprender que la sabiduría de un ser humano no depende de las certezas que tiene, sino de la capacidad para tolerar la incertidumbre, es una idea inspirada en el filósofo Emmanuel Kant y parafraseada por muchos de nosotros.

En el dolor de los duelos, en una propuesta relacional (Sáinz, 2022), traté de ser muy crítico con la sociedad en la que vivimos actualmente, la que Lipovetsky denomina hipermodernidad (2008). El ser humano se convierte en empresario de *sí mismo*, se auto explota y, como señala Han (2012), se ve obligado por la presión social a estar preparado para gestionar cualquier contratiempo, cualquier dolor, duelo o trauma, creyéndose capaz incluso de vencer cualquier enfermedad. Si no lo logra, es un fracasado, incapaz de cumplir con el mandato de los tiempos en los que vive, mandato que, en realidad, cree haberse impuesto a sí mismo.

Tal como lo he dicho en otros momentos, el sujeto hipermoderno gestiona las emociones cuando resultan molestas. Los más ilustrados han realizado cursos sobre inteligencia emocional; se entrena para salir continuamente de la zona de confort y se empodera o empodera al vecino cuando advierte flaquezas. Por supuesto, sabe que las enfermedades, en realidad, dependen de la mente y de la actitud. Una mente firme, entrenada y fuerte puede vencer cualquier adversidad o enfermedad y, por lo tanto, puede llegar a esquivar incluso a la mismísima muerte (Sáinz, 2022). Un conjunto de soberbias bien articuladas y argumentadas.

Bauman nos alertó con sus aportaciones sobre la sociedad líquida (Bauman, 2000), y lo manifiestan Chul Han, así como filósofos actuales como Mélich y Esquirol, entre otros.

De Freud a la emergencia del psicoanálisis relacional

Cuando me formaba como psicoanalista, escuché decir en diversas ocasiones que todo estaba en Freud y, desde el minuto cero, pensé que esa aseveración formaba parte de la soberbia maximalista propia de los humanos (Sáinz, comp, 1997). Freud sacudió al *establishment* científico de su época. Su concepción de la mente y de la psicología humana representó un fuerte golpe a la medicina de aquel entonces y supuso un cambio paradigmático en la concepción de la salud mental y la expresión psicopatológica, al mismo tiempo que proponía una nueva forma de entender y tratar el sufrimiento humano. Freud necesitaba que su disciplina no fuera considerada una ciencia marginal, sino la ciencia oficial; pretendía, con todo su derecho, que el psicoanálisis entrara en las universidades por la puerta grande y se quedara. Esto se evidenció cuando fue invitado por la Universidad de Clark (Massachusetts) en 1909 para impartir lecciones sobre esta nueva disciplina, acompañado, entre otros, por dos insignes alumnos, Ferenczi y Jung, recibiendo una excelente acogida.

Freud, hijo de la modernidad y del positivismo de la época, trató de convertir en objetivable los fenómenos que estudiaba, de manera que los conceptos que proponía no quedaran en la esfera de lo subjetivo, tal como señala Aron (1996). El determinismo freudiano, la teoría de las pulsiones, el complejo de Edipo, la transferencia-contratransferencia, etc., debían impregnarse de neutralidad y causalidad, conforme exigía el positivismo científico. ¡Qué difícil es tener que sostener la objetividad de la subjetividad en fenómenos tan complejos!

El psicoanálisis relacional encontró cabida en tiempos tempranos. Ferenczi ya advirtió a Freud que no se apartara de la comprensión inicial sobre la infancia y los efectos traumáticos de una infancia dañada. Muchos autores, a lo largo de la historia del psicoanálisis, tomaron el legado del primer Freud y continuaron desarrollándolo. Nadie, como los autores de las décadas de los 40, 50 y 60, entendieron tan bien los vínculos y las carencias afectivas infantiles, de ahí la importancia de la afectividad y de los cuidados durante la infancia. Hace no mucho más de una década y media, en la mayoría de los hospitales en España y Catalunya se han instaurado unidades de neonatología, en las que los niños prematuros que requieren incubadoras son cuidados, abrazados y mimados por sus familiares más cercanos. Se conoce como el método canguro.

La complejidad forma parte del tejido humano y de nuestras sociedades, tal como señala Edgar Morin (1990). La complejidad convive con la simplicidad; no es correcto simplificar lo complejo, pero tampoco lo es complicarlo en exceso. Como bien decía mi amigo Guillermo

Salvador (2024) hay que distinguir entre lo complicado y lo complejo, lo primero tiene solución, lo segundo no, ni lo requiere.

Las relaciones humanas, los sentimientos y emociones, las vivencias de cada ser, la forma de vivir, comprender y sentir, la manera de enfrentar la muerte, la enfermedad, la frustración, el amor, el odio, el sufrimiento, etc., están dentro de lo que llamamos una fenomenología compleja.

Una infancia presidida por el maltrato y la agresión o una infancia con carencias en todos los sentidos, una infancia dañada, tendrá repercusiones importantes para la salud mental. Debemos luchar por una infancia suficientemente buena, cuidar a nuestros niños y protegerlos mediante vínculos seguros. Ninguna infancia es perfecta, pero tenemos la obligación de que sea lo más cuidada posible, al menos suficientemente buena.

La psicopatología y la salud mental dependen en gran medida de los vínculos, de las relaciones y de las vivencias a lo largo de la vida, y especialmente de la infancia.

Sin embargo, el sufrimiento humano se manifiesta de múltiples formas, con numerosos condicionantes y variables etiológicas difíciles de acotar. Como señalé en otro momento (Sáinz, 2017), los factores etiológicos no son lineales ni unidireccionales; se combinan y se transforman entre sí. Hoy día entendemos que los fenómenos son complejos y dinámicos y no lineales, como bien ha escrito Coderch en diversos textos.

Volviendo a pensar las limitaciones como humanos

Es evidente que los humanos somos frágiles y necesitados desde el inicio de la vida y desde el origen filogenético de la especie. Las abundantes necesidades con las que llegamos al mundo no pueden ser satisfechas en forma total. Tendemos a confundir necesidades con deseos, y nuestra estupenda sociedad hipermoderna se ocupa de satisfacer deseos de todo tipo de forma inmediata, al mismo tiempo que niega las necesidades, especialmente aquellas relacionadas con la emocionalidad, los afectos y los sentimientos.

Para Winnicott (1969), en su artículo "Libertad", es necesario diferenciar entre sujetos que han alcanzado una salud mental suficiente y son capaces de desarrollarse como personas integradas, y aquellos que, debido a fallas en etapas tempranas, no pueden hacerlo. Añade que no debe sorprendernos que estos últimos se sientan agraviados por aquellos que sí

pueden, llegando incluso a boicotear a sus propios hijos, a quienes aman, impidiendo que disfruten de la vida, ya que a ellos no les fue posible hacerlo. Winnicott señala que las personas que no pueden amar pueden intentar destruir la sencillez de una relación natural mediante el cinismo.

La inexorabilidad del tiempo

El tiempo es uno de los fenómenos más importantes, pues nos muestra de forma indeleble lo limitados y finitos que somos. Quizás porque, detrás del paso del tiempo, se esconde la muerte. No existe un plazo tan lejano que, mientras estemos vivos, no se cumpla. Todos los plazos previstos llegan a su fin. Podemos gozar hoy de una mejor salud que ayer, tomar decisiones firmes sobre nuestra alimentación, establecer hábitos saludables y reorganizar nuestro trabajo y tiempo libre para alcanzar mayor libertad y capacidad de agencia, pero el tiempo no se puede detener ni modificar; siempre avanza en una única dirección (Sáinz, 2022). En una entrevista realizada a miembros del pueblo tuareg, nómadas que habitan el desierto del Sahara, leí que solían decir: “Ustedes tienen relojes, nosotros tenemos tiempo”, refiriéndose a los occidentales, aquellos que poblamos el llamado primer mundo. Pensé que tenían razón y que, de algún modo, nos interpelaban sobre nuestro quehacer: tan ocupados en todo y casi nunca llegando a nada. Como vuelve a decir Serrat en una de sus queridas canciones: “Que llegamos siempre tarde, donde nunca pasa nada.”

Con el paso de los años, me di cuenta de que los tuaregs estaban en lo cierto y, posiblemente, eran más sabios que nosotros: menos ambiciosos, más contemplativos, más tranquilos—virtudes indudables para una mejor salud mental. Sin embargo, también para ellos el tiempo vuelve a ser el límite de la existencia. Quizás estén mejor ocupados, pero al final el desenlace es el mismo: el tiempo se acaba y llega la muerte.

Los espacios nos conectan con las experiencias vividas en un momento determinado. El espacio persiste en el tiempo, pero lo vivido ya no está allí; puede que las personas que participaron ni siquiera sigan vivas. Lo vivido se sitúa en otro lugar, tal vez en la memoria. Como recuerda el cantautor Luis Eduardo Aute (1979) en una de sus canciones: “Miro el instante que ha fijado la fotografía... Esas caras no reflejan nuestros nombres, son dos máscaras perdidas en la noche.” Lo vivido permanece en nuestra memoria implícita y explícita; mental, cerebral y somática.

Puede parecer que lo que digo es baladí, sin importancia, pero debemos recordar que las grandes religiones, los grandes pensadores y, por extensión, todos nosotros, organizamos nuestras creencias y pensamientos, teniendo como punto de partida y de llegada la muerte. He comentado en diversas ocasiones que, probablemente, los dioses del Olimpo eran unos narcisistas por el hecho de ser inmortales, pero en realidad me di cuenta de que somos los humanos, pobres mortales, quienes nos hacemos narcisistas por miedo a no ser nada, a la insoportable levedad del ser, conscientes de que somos poca cosa y de que, tarde o temprano, desapareceremos, al menos, en la forma en que conocemos la vida.

Trauma y la estructura basal

En el trabajo anterior expuse la posibilidad de dividir las estructuras basales de la siguiente forma

La EB Saludable (suficientemente buena)

La EB autística,

La EB psicótica y

La EB melancólica.

Traté de describir algunas peculiaridades de cada una de ellas. No era ni es mi intención que esta forma de ordenar y nombrar las estructuras basales se convierta en una clasificación cerrada, sino tan solo plantear diferentes bases sobre las que se edifica la personalidad con sus diversos *si mismos* : algunos más sanos y auténticos, y otros más dañados, junto con la interacción que puede darse entre ellos. Como todo, las estructuras basales que propongo no son puras, sino que pueden combinarse entre sí.

Los profesionales que trabajan con niños adoptados conocen las repercusiones que tiene para una criatura haber sido dañada en sus primeras experiencias infantiles, cuando los vínculos afectivos fueron inseguros y las carencias emocionales se combinaron con situaciones de maltrato. El principal método para reparar el daño es proporcionarle nuevos vínculos saludables que abran campos de experiencia y, de alguna manera, reparen lo sufrido y propicien nuevos caminos experienciales y neuronales más saludables.

Me gusta recordar los versos de una entrañable canción de Joan Manuel Serrat, *Mediterráneo* (1971). cuando dice, refiriéndose al mar: “A fuerza de desventuras, su alma es profunda y oscura”. Como he mencionado en escritos anteriores, podemos usar este verso como una metáfora para referirnos a las criaturas que, a fuerza de desventuras, han quedado profundamente afectadas por traumas evolutivos y relacionales (Bromberg, 2009), o por microtraumas continuados (Crastnopol, 2015) o acumulativos (Khan, 1963). La posibilidad de establecer otros vínculos más sanos brinda al niño la oportunidad de rehacer, reconstruir—en muchos casos, a fuerza de deconstruir—las situaciones nocivas vividas. Pero, desgraciadamente, sabemos que estas oportunidades no siempre dan el resultado esperado; entonces, el trauma continúa ejerciendo su influencia, tomando distintos caminos, en algunos casos, poco saludables para la persona.

Las psicoterapias son limitadas, al igual que los son las experiencias y vivencias humanas en general. La relación terapéutica puede ser reparadora y correctiva, pero no es infalible. Como analistas y terapeutas, somos limitados en la comprensión, en la empatía y en los logros terapéuticos (Sáinz, 2021), aunque nuestro trabajo consiste en acompañar en el arduo camino del vivir, a aquellos pacientes que nos lo permiten.

Coincido con Alejandro Ávila en lo que sostiene en un excelente trabajo (Ávila, 2005) de que debemos tratar de adaptarnos con responsividad a cada paciente y a los tiempos de cada proceso terapéutico con la especificidad necesaria en cada caso. Como he dicho en otros escritos, debemos dialogar con nosotros mismos sobre lo que entendemos por salud mental y ser capaces de identificar que es aquello que al paciente concreto le lleva hacia un camino más saludable, dependiendo del momento en el que se encuentre.

En los últimos años hemos avanzado en el estudio del trauma. Como hemos dicho anteriormente, el trauma estuvo ligado al psicoanálisis desde sus orígenes. Para Winnicott, el trauma depende del desarrollo evolutivo del niño, quien pasa de una dependencia absoluta en un primer momento a una dependencia o independencia relativa. El entorno debe ser “suficiente e insuficientemente bueno”: puede y debe fallar al niño, pero de una forma que no sea excesiva para el pequeño ni para su etapa evolutiva. Si los cuidadores alteran la relación del niño con sus objetos subjetivos, pueden dañar su estructura basal. Cuando el entorno falla de forma natural, la criatura tiene derecho a expresar su malestar y su odio, en consonancia con el agravio que experimenta; pero si el fallo es excesivamente intrusivo y el sujeto ni siquiera puede registrarlo, el odio no encuentra lugar para ubicarse.

La conexión de la criatura con sus objetos subjetivos le da el sentido de la realidad, como señala Winnicott en el texto "Comunicarse y no comunicarse" (1963). La comunicación puede ser silenciosa, a través del cuerpo y del juego. La mente debe ocupar un lugar discreto y funcionar de forma tranquila, mientras que el cuerpo (soma) es cuidado junto con las emociones, a las que Winnicott denomina la psique y cuyo resultado representa la unidad psicosomática. (Winnicott, 1949). No hay emociones buenas o malas, hay emociones que buscan un lugar donde ubicarse, diferentes formas de expresarse y una mente que las signifique, que les dé sentido.

El niño que confía en sus cuidadores se deja cuidar a través del soma; las emociones se ubican y se expresan a través del cuerpo. La mente de la madre presta al niño la comprensión de lo que ocurre, y así, el pequeño y el cuidador adulto se entregan a una experiencia transicional compartida. Si la criatura se siente en peligro, la mente se activa precipitadamente y se aleja de la unidad psicosomática. Dejarse llevar no es lo mismo que someterse; la expresión en inglés de "surrender" implica entregarse o rendirse: lo primero puede ocurrir mediante la confianza en el otro, y lo segundo, mediante un acto de hiperadaptación y sometimiento a favor de un falso *self* que se aleja de su función protectora, convirtiéndose en un *self* fútil y enajenado.

Para Winnicott, los humanos fallamos de forma natural una y otra vez. Al mismo tiempo que fallamos, también podemos aprender de los errores y de alguna manera, repararlos. Las fallas reconocidas tienen un importante valor común, haciendo sentir a la criatura que es amada y protegida por el cuidador. El reconocimiento del error por parte del cuidador, permite reconocer el daño causado y es una buena manera de que la criatura se sienta reconocida y entendida, al tiempo que puede sentirse que es importante para el otro, que se preocupa por ella. Pero si las fallas son excesivas y devastadoras además de no ser reconocidas por el cuidador, el pequeño no puede hacerse cargo de sus efectos. No puede hacerse cargo de lo no reconocido por el otro, porque es como si no hubiera sucedido.

Viñeta clínica A: Caso de una niña repudiada por su madre desde el nacimiento:³

La madre le comunicaba que la odiaba desde siempre, que no debería haberla traído al mundo, que incluso era causante de sus males y de cosas aún peores; el padre, incapaz, no podía contrarrestar nada de esta agresión continua. Ahora, es una muchacha adolescente en psicoterapia. El terapeuta explica que, en muchas ocasiones, la paciente se repliega en sí

³ Agradezco la comunicación llevada a cabo por Juan Eduardo Pulido

misma, se adormece en el diván y utiliza pañuelos de papel para olerlos y acercárselos a la boca. En algún momento, mira la pantalla de su móvil para observar unos cuadraditos de colores que alivian momentáneamente su malestar. Como se puede notar, se trata de un despliegue sensorial completo, una necesidad de conectarse con aspectos muy primarios. Mi impresión es que la paciente entra en contacto con su estructura basal de carácter autístico, en presencia de un psicoterapeuta que la acompaña en su soledad sin perturbarla. Probablemente, es gracias a estas experiencias de ensimismamiento mantenidas en presencia del terapeuta, que la paciente puede ir entrando en otros momentos en los que la agresividad entra en acción. Es cuando la paciente provoca al terapeuta de tal forma que éste trata de ponerle límites e incluso expresando su malestar y “odio” hacia ella, utilizando la terminología de Winnicott. La muchacha necesita que un terapeuta la odie con un motivo real, sin dejar de quererla. La madre la odiaba sin ningún motivo, repudiándola desde el primer instante de su existencia.

Para fines didácticos, propongo dividir los traumas del siguiente modo:

- El trauma de lo que no sucedió, cuando algo bueno hubiera debido pasar. (En este caso, no hay disociación, ya que la experiencia no se vivió como tal).
- El trauma de no haber sido significativo emocionalmente para alguien, lo que puede llevar a sentirse repudiado de forma consciente o inconsciente. No sentirse significativo puede provocar una disociación en la búsqueda de vivir esa experiencia no vivida, incluso a cualquier precio.
- El trauma que arranca a la persona de un estado de tranquilidad, llevándola a un estado de terror y aniquilación. Como sugiere Stolorow (2007), el trauma actúa como una intrusión que despoja al sujeto de la inocencia y golpea la homeostasis mantenida hasta entonces.
- Los traumas continuados por maltrato acumulativo, o microtraumas a los que la persona se adapta apenas sin ser consciente del daño.

Volviendo a Winnicott, es muy penoso que algo bueno que debería haber ocurrido en la vida de un pequeño no suceda. Muchos niños no han sufrido grandes traumas, pero su crianza ha carecido del amor necesario, del soporte emocional o de la resonancia adecuada.

La función del espejo, que señala Winnicott (1968), pudo haberse convertido en una imagen vacía que no refleja lo que el niño da; un espejo plano, sin contenido. Puede ocurrir que el adulto cuidador sea un espejo que no se deja ver, desproveyendo al pequeño de una de las relevantes experiencias relacionales. Si alguien es capaz de mirar dentro de sí mismo y dejarse ver por el niño, este puede aprender que también posee un interior lleno de texturas,

como sugerí hace algunos años (Sáinz, 2017). En consonancia con lo expuesto por Fairbairn (1941), la criatura necesita ser amada y también experimentar la capacidad de amar a alguien que recoja y valide su amor, haciéndole saber que es importante y que el amor recibido le hace bien. ¿Qué sería de nosotros si no supiéramos que algo bueno que es nuestro puede beneficiar a otra persona que nos ama? (Sáinz, 1999)

Winnicott habla del miedo al derrumbe (1963) e introduce una nueva concepción de un trauma que no sucedió porque el sujeto no estaba presente como agente capaz de recordar, simbolizar o expresar lo ocurrido. Se trata de traumas tan primitivos que ni siquiera el hipocampo es lo suficientemente maduro para almacenar lo vivido en la memoria. No obstante, lo vivido se queda en el entramado psicoorgánico del sujeto. El cuerpo tiene una memoria sensible y el sentir, aunque no pueda ser pensado, permanece; como sugiere Bolas (1987) lo sabido, lo vivido no se ha podido pensar, de clara inspiración winnicottiana. Tal como comenté en el artículo anterior, las aportaciones de Donnel Stern (1983), sobre la idea de la experiencia no formulada van en la misma dirección. Además, este autor nos muestra que, cuando ocurre un trauma, no solo se daña el futuro de la persona, sino que se golpean también aspectos positivos del pasado. Es como si lo bueno vivido dejara de verse como tal tras el evento traumático. Lo traumático puede destruir el futuro, al tiempo que también puede destruir el pasado. Bromberg también señala, con mucha precisión, el efecto de los traumas, denominados relacionales o evolutivos.

También considero importante recordar las aportaciones de Kohut (1977), respecto a la especularidad y lo que él denomina "objetos del *self*" (*Self Objects*), concepto que puede resultar confuso. Tal como señala Aron (1996), se les llama objetos del *self*, pero en realidad son funciones realizadas por los cuidadores del infante, que, a través del vínculo, pasan a formar parte del *self* por introyección.

El psicoanálisis de Freud siempre intentó sacar a la luz aquello traumático, para que se reconociera y, de ese modo, se tratara, con la intención de liberar al sujeto del daño y del dolor causado por el trauma. Técnicas actuales, como el EMDR, buscan que el sujeto supere las censuras de sus recuerdos y facilitan, mediante su técnica, que las imágenes y los recuerdos emerjan para ser reprocesados o incluso resignificados.

Volviendo al trauma de lo que no sucedió: en realidad, nada ocurrió cuando algo tenía que pasar. No hubo un daño activo específico, pero sí faltó, de manera importante, el amor suficiente o el "insuficiente bueno". Podríamos llamarlo microtrauma o trauma acumulativo, en el que los actores intervinientes no son conscientes. A una persona con un pensamiento

muy concreto le cuesta entender que su pensamiento es concreto; a alguien con escasa empatía le resulta difícil reconocer que no es empático, y así podríamos enumerar múltiples ejemplos.

Los psicoanalistas solemos buscar las defensas ante aquello que el sujeto sufrió, que tuvo que reprimir (como dice Freud) o disociar (como decimos hoy en día) para sobrevivir. Reprimimos y, sobre todo, disociamos. Si la disociación es extrema, proporcional en muchas ocasiones a la experiencia que la provoca, la persona se empobrece, se fragmenta. Pero en otras ocasiones vemos que el sujeto no se defiende del trauma, sino que algo fundamental en su desarrollo personal no llega a desarrollarse. Puede que el sujeto permanezca, sin saberlo, esperando que en algún momento alguien pueda activar y a la vez recoger, aquello que debió suceder o que tan solo ni siquiera comenzó.

Green expone en su concepto de “madre muerta” (1986), la idea de que ha existido una psicosis puerperal producto de la llamada depresión postparto. La madre no experimenta interés alguno por su bebé, lo que implica un rechazo que perdura en el tiempo. Como consecuencia, la criatura experimenta, según Green, una pérdida del sentido, apatía y un terror negro que concuerda con el vacío derivado de tener una “madre muerta”. (Gomes, 2014). Se estructura un vacío interior monocromático, sin capacidad especular. La interpretación psicoanalítica dirigida a este fondo plano resulta inadecuada. El narcisismo saludable no tiene cabida, instalándose en su lugar un narcisismo negativo, frío, sobre el que no es posible edificar nada vital. Se asemeja a una anestesia blanca, muy parecida a la expresión de Marty sobre la depresión esencial y a la de alexitimia, o agnosia psíquica, de Sifneos. (Gómez, 2014)

Viñeta clínica B - La muchacha que pudo narrar su propia historia jamás contada.⁴

Una joven fue literalmente maltratada, tanto física como psíquicamente, por sus padres hasta los 23 años; estos pertenecían a una secta con normas muy rígidas y con la percepción paranoide de que el mundo es un lugar hostil.

Según relata la terapeuta, la paciente no fue suficientemente querida ni suficientemente odiada; simplemente, “no fue”. En la edad adulta, la comunidad a la que pertenecía la repudió, obligándola a marchar sin rumbo. Se casó con un hombre que la maltrataba, del que tuvo también una hija con severos problemas de salud mental. Quedó embarazada en

⁴ Agradezco la comunicación llevada a cabo por Trini Pérez

condiciones muy penosas y se ocupó de su hija sin ninguna ayuda, hasta que se la retiraron cuando la niña tenía 13 años.

La actitud de la terapeuta fue la de alguien interesada en escuchar la historia de la paciente, sin censuras ni interpretaciones, sin tener que buscar soluciones que resolvieran el problema. Según sus palabras:

“La escuchaba respetando su latir y su respiración; su rostro se descongeló y su mirada se hizo presente. Relató su historia por primera vez, tanto para mí como para sí misma. Una vida extremadamente dolorosa, que para ella era simplemente suya, sin adjetivos.”

Mientras construía un relato ante otro ser humano, la paciente iba descubriendo su voz, sus lágrimas, su sonrisa y su afecto. Se miró en el espejo por primera vez y le gustó verse a sí misma (relato cedido por Trini Pérez).

En este caso, la sordidez de la historia de la paciente encuentra un lugar en la mente de la terapeuta, quien actúa como testigo. Aunque la narrativa es terrible, es la historia de la propia paciente. Resulta doloroso recordar, pero hacerlo con alguien que te acompaña permite experimentar el sentido de existir para el otro y para uno mismo.

Evoca este poema de Bécquer, *Del salón en el ángulo oscuro*:

Del salón en el ángulo oscuro
Del salón en el ángulo oscuro
De su dueño tal vez olvidada
Silenciosa y cubierta de polvo
Veíase el arpa.
Cuanta nota dormía en sus cuerdas
Como el pájaro duerme en las ramas
Esperando la mano de nieve
Que sabe arrancarlas
Ay, pensé cuantas veces el genio
Así duerme en el fondo del alma
Y una voz, como Lázaro espera
Que le diga, ¡Levántate y anda!

Gustavo Adolfo Bécquer (Del salón en el ángulo oscuro. *Rimas y leyendas*)

LA NO LINEALIDAD, LOS ESTADOS ATRACTOR Y LA ESTRUCTURA BASAL

En la etiología de los fenómenos, la no linealidad se contrapone a la linealidad propia de la ciencia positivista. Según propone Fernández Sanjuán (2016) en su texto *Dinámica no Lineal, Teoría del Caos y Sistemas Complejos* la linealidad sigue estos parámetros:

1. **Proporcionalidad:** pequeñas causas provocan pequeños efectos.
2. **Aditividad:** el todo es igual a la suma de las partes.
3. **Replicación:** la misma acción en las mismas condiciones produce el mismo resultado.
4. **Relaciones claras entre causa y efecto:** basta conocer un poco sobre el comportamiento de un sistema para conocerlo por completo.

La no linealidad se relaciona con el comportamiento caótico. No es necesario que exista proporcionalidad entre las causas y los efectos; pequeños eventos pueden producir grandes efectos y viceversa. El todo no es la suma de las partes, sino la emergencia de ciertos aspectos que pueden tener valor propio. Una parte del sistema puede modificar el sistema completo y provocar que las otras partes se sobre activen o se inhiban, adquiriendo nuevos funcionamientos. Es posible que no se pueda reproducir el mismo experimento, ya que los parámetros varían, se influyen y pueden modificarse. La no linealidad puede generar imprevisibilidad e inestabilidad. (Fernández Sanjuan, 2016)

El caos puede ser el inicio de algo constructivo. Aceptar el caos puede empujar al sistema hacia cierto orden. La asociación libre en psicoanálisis propone dejarse ir sin un guion preestablecido, permitiendo que el propio discurso se abra camino hacia el autoconocimiento. El no saber es el primer peldaño para empezar a conocer.

Los sistemas dinámicos no lineales, introducidos según Coderch (2016) por Elen Thelen y Linda Smith, (1996), representan un nuevo punto de partida para la ciencia y para comprender la psicología y sus investigaciones.

Tal como sugiere Coderch (2016). nos encontramos en lo que Edgar Morin denomina la ciencia de la complejidad. Ya no basta con la simple fórmula de causa-efecto, o con el diagnóstico, la etiología y el tratamiento, como si se tratara de una linealidad constante.

Los estados atractor

De esta complejidad emergen los llamados estados atractor. En física, se entiende por estado atractor la tendencia de un sistema a volver a un estado determinado, en algunos casos al

estado original; este concepto guarda relación con el de entropía, aplicado a la irreversibilidad alcanzada tras un proceso de transformación de energía.

Podemos interpretar el estado atractor como la fuerza que lleva a la persona a volver a la estructura basal de la que hablo. Como expuse en el artículo anterior (primera reflexión), el *self* goza de múltiples facetas, por ello hablamos de la multiplicidad del *self*. La estructura basal representa, para mí, los cimientos sobre los que se edifican los diferentes *si mismos* y sus diversas áreas.

En el escrito mencionado defendía la idea de que la estructura basal era un sistema complejo compuesto por biología, genética, epigenética y, por supuesto, el conjunto de interacciones, vinculaciones y experiencias relacionales desde el inicio de la vida del sujeto. Si la estructura basal está dañada o se ha desarrollado de forma inadecuada, podemos decir que ha sufrido traumas evolutivos graves. La estructura basal será el cimiento sobre el que se edifique la psicopatología y sus diversas expresiones.

El atractor puede ir hacia una estructura basal dañada, como si se tratara de una fuerza gravitatoria, empujado por la fuerza de la gravedad, entendiendo esto último en su sentido polisémico.

También el atractor puede estar activo, trabajando en segundo plano, sin ser necesariamente fruto de una regresión.

Utilizo la expresión “estado atractor en segundo plano”, haciendo la analogía con aquellos programas informáticos que se ejecutan en segundo plano, o esos ficheros ocultos no visibles. (conversación con Javier Cortés, físico e informático)

Si el atractor que lleva a determinados funcionamientos del *self* trabaja en segundo plano, quiere decir que se produce una coexistencia casi simultánea de diferentes *si mismos*.

Veamos un ejemplo:

Una persona me comunicaba su desazón al descubrir algo terrible acerca de un amigo muy querido, de quien se sentía muy apreciada porque, en muchos momentos difíciles, siempre había obtenido consuelo y sincera ayuda. Lo terrible era que se supo que este amigo era un pedófilo con un extenso historial de abuso sexual a numerosos niños y niñas, desde hace muchos años. La persona afectada me decía: “Entonces, todo lo vivido era una gran mentira”. Yo le expresé mi impresión de que, quizá, lo que ella había vivido de bueno con este amigo

era real, que sus cualidades en diferentes áreas de la vida eran adecuadas y suficientemente buenas, pero que ahora sabía que este hombre tenía un atractor que lo llevaba a la pederastia. Es probable, como ya he señalado, que ese funcionamiento del estado atractor esté siempre activo, aunque opere en segundo plano.

Cuando este hombre se encuentra con su amiga, el estado atractor está presente en él, pero no se manifiesta activamente hasta que las circunstancias se hacen propicias.

Coderch señala al respecto: "En la dimensión de lo psíquico, los estados atractor se manifiestan en lo que llamamos 'nuestra manera de ser', nuestro carácter, en nuestras fijaciones patológicas, en nuestras dificultades para cambiar pese a nuestros buenos propósitos y en nuestras 'resistencias'". (Coderch, 2013, pag. 544)

Coderch es optimista y afirma, siguiendo la tradición relacional e intersubjetiva que compartimos, que el trabajo terapéutico debe facilitar que el paciente pueda salir de un estado atractor pernicioso y llegar a otro estado más sano. Estoy de acuerdo con nuestro querido autor, ya que en muchos de los casos así es y debería ser. Pero en este trabajo quiero resaltar que, cuando la estructura basal está dañada, el atractor que empuja al sujeto a volver a ella o a mantenerlo en segundo plano es muy difícil de modificar. Las buenas experiencias, la psicoterapia y el análisis profundo tienen un alcance limitado en muchos de estos casos. Es bueno ser conscientes de las limitaciones de nuestro trabajo, sin que esto nos impida seguir investigando otros posibles caminos. Coincido con Carlos Giménez (comunicación personal) en que, si un estado atractor no puede modificarse, al menos deberíamos intentar que el sujeto sea lo más consciente posible para poder dialogar con él. La estructura basal atrae como una fuerza de la gravedad, un atractor, hacia sí misma. Quizás no se pueda modificar esa tendencia, pero, como mínimo, advertirla, conocerla y dialogar con ella. El terapeuta, como auxiliar que acompaña, debe ayudar al paciente a ponerse en contacto con su atractor, para que pueda anticiparse y dialogar con él y, si es posible, evitar las consecuencias cuando se reactive como si de un volcán se tratara.

La falla geológica que Balint denomina "la falla básica" (1968) se sitúa en la base y puede erupcionar intensamente en algún momento o bien permanecer activa coexistiendo con las otras facetas del *self*. En algunos casos, una falla básica de alta gravedad puede arrasar y secuestrar las capacidades más sanas.

Estoy de acuerdo con la acertada expresión de la multiplicidad del *self* utilizada por Bromberg (2011). pero también quiero señalar que no todos los *si mismos* tienen el mismo peso en el devenir de la persona.

Cuando Coderch dice que la ayuda psicoterapéutica, al moverse en interacciones dinámicas, complejas y no lineales, produce experiencias nuevas, y creo que éstas se combinan con las experiencias antiguas del paciente. Nada es del todo nuevo o viejo en realidad, sino una combinación. Los fenómenos intersubjetivos que se generan en la terapia son productores de experiencias compartidas y cocreadas, de ediciones y reediciones, de construcciones y deconstrucciones, que en muchos casos pueden evitar que los estados atractor se encallen y permitir que la multiplicidad de los distintos *si mismos* mantenga una comunicación interactiva y provechosa.

Todas las personas tenemos tendencias que vuelven sobre sí mismas: pequeños estados atractor que operan en nosotros. Algunos corresponden a aspectos saludables; una persona puede estar pasando un mal momento, dominado por el malestar, las proyecciones y escisiones insanas, y, en un momento dado, activarse el atractor que impulsa un estado genuinamente bondadoso, capaz de escuchar y de ser escuchado, de reparar los daños causados a sí mismo o a otros. Se dice, entonces, que la persona ha vuelto a su esencia, a su estado natural.

Los atractores que no despiertan al “monstruo dormido” en la estructura basal permiten que diferentes partes del *self* interactúen y se regulen mutuamente. Recordemos que el *self* siempre se conecta con el exterior, tanto con uno mismo como con los otros.

Vamos a ver otro ejemplo:

Un hombre de unos 60 años con unas buenas capacidades organizativas, capaz de hacer análisis sobre temas de actualidad, comprometido y solidario. Separado de su primera pareja desde hace unos años, mantiene una relación con una pareja nueva. Cuando sus *sí mismos* saludables están en marcha puede llegar a disfrutar de muchos momentos compartidos con ella, aunque mantiene un tono de cierto enfado que suele predominar en las conversaciones aunque sean banales. Todo funciona bastante bien hasta que un atractor se pone en marcha, movilizando aspectos paranoides, expresados a través de los celos enfermizos. Podríamos decir que su atractor le conecta con una estructura basal psicótica que le hace percibir la realidad de una forma distorsionada, aunque no haya una clínica claramente psicótica. En algunos casos, cuando se encuentran con otras personas con las que están bien, si observa

que su pareja disfruta en interacción con los demás, se le activan los celos patológicos. El atractor lo empuja a un lugar donde probablemente se sintió poco atendido, tal vez despreciado, con la sensación de que sus cuidadores preferían a otros antes que a él. El atractor que se moviliza le lleva a una situación paranoide presidida por la rabia. Descarga sobre su pareja la venganza de lo que pudo vivir en otro tiempo. Pero es necesario destacar que este hombre probablemente no pueda dialogar con su atractor entre otras cosas porque necesita la venganza para sobrevivir.

Asimismo, las experiencias relacionales e intersubjetivas pueden promover distintos estados atractor. Un atractor no siempre se vincula directamente con la estructura basal; en determinadas circunstancias, se activan atractores que se conectan con diferentes *si mismos* de la persona. Se podría decir que, en las interacciones humanas, se movilizan distintos aspectos a través de los cuales circulan los diversos *si mismos*. En la relación terapéutica, tanto el paciente como el terapeuta experimentan la activación de diferentes registros y engranajes del self. En la terapia se trata de propiciar que las buenas experiencias tomen la delantera de los diferentes si mismos del paciente, especialmente de aquellos que están más dañados. Aunque una psicoterapia puede contribuir a una mejora sistémica, sin tocar el atractor que conduce a una estructura basal dañada, si esta última tiene un alto peso en la psicopatología, la terapia puede resultar infructuosa o convertirse en una pseudoterapia. También puede ocurrir que la experiencia terapéutica sea lo suficientemente buena para ambos, paciente y analista, aunque no se aborden aspectos basales del sujeto, siempre que estos no sean de carácter altamente destructivo.

La pregunta fundamental es si la estructura basal puede modificarse a lo largo de la vida con nuevas experiencias que sean suficientemente satisfactorias y beneficiosas. Si la respuesta es negativa, caeríamos en un determinismo inmovilista en el que no habría lugar para la esperanza en el cambio. Si, por el contrario, afirmamos que las estructuras basales pueden modificarse a través de la psicoterapia, de nuevos vínculos, de vivencias y experiencias relacionales, entonces podríamos situarnos en un horizonte esperanzador de nuevas oportunidades, y tendría sentido la variedad de terapias diseñadas para cambiar los viejos atractores perniciosos por otros más saludables. Sin embargo, si esta actitud se generaliza, podríamos caer en un entusiasmo poco realista, ingenuo y a la vez prepotente.

No es acertado generalizar; a veces, los cambios son posibles y otras veces, no lo son. Ambas aseveraciones son autoantónimas, ya que ambas pueden ser igual de ciertas. Muchas personas no vendrán nunca a psicoterapia y seguirán con sus atractores que podrán irse

modificando o no, según vayan siendo las experiencias con las que se vaya encontrando a lo largo de su vida.

Los atractores son tendencias que conviven con nosotros y con los múltiples *si mismos* que nos configuran como personas. Se disocian y conectan según vamos viviendo diferentes experiencias relacionales. Hay personas que despiertan en nosotros atractores que activan aspectos más saludables del *self*—lo que coloquialmente se dice que despiertan lo mejor de nosotros—y hay otras experiencias relacionales que se vinculan con nuestros aspectos más insalubres y destructivos.

Verdadero Self, falso self en los diversos *si mismos*.

Winnicott (1960) nos habla del falso self como la reacción natural de una criatura ante un ambiente que falla, que no es perfecto. La función primordial del falso self es proteger al verdadero tanto de los peligros que vienen del exterior, como de quedar expuesto ante el peligro que emana del interior. En otro trabajo, propuse (Sáinz, 2017) denominar al falso self, el protector del self verdadero, mientras ambos permanezcan en contacto. Cuando la necesidad de defensa es alta y el falso self pierde el contacto con el verdadero, puede suceder que actúe de una forma altamente disociada. El falso self puede ocupar el lugar del único self y, en tanto no recibe lo que proviene del verdadero, la persona se empobrece notablemente y puede llegar a causarse daño a si misma o causarlo a los demás. En la diversidad del self encontramos expresiones conectadas con lo auténtico, lo creativo, lo espontáneo y tener diferentes niveles más profundos, más superficiales; conviven con otros *si mismos* más ortopédicos, conectados con aspectos más fallidos de la estructura basal. Lo que es evidente es que hoy en día hablamos de la multiplicidad del self, de la policromía del self, que según se conectan entre ellos y con la estructura basal, vamos viendo el funcionamiento entre lo saludable y lo menos saludable del sujeto.

Volviendo a los estados atractor, podemos pensar la transferencia y la contratransferencia son también fenómenos relacionales que activan diferentes atractores. De acuerdo con Donna Orange (2016), la transferencia y la contratransferencia, más que transferir contenidos de una relación a otra, tendrían que ver con la activación de patrones relacionales implícitos. Es decir, en la interacción con los otros se movilizan los atractores que nos ponen en contacto con distintos aspectos de nuestro *self*.

¿Cómo podemos detectar los estados atractor en nuestros pacientes y en nosotros mismos? Un paciente con una estructura basal dañada vivirá la experiencia de que su atractor se

conecta con ella en momentos determinados o actúa continuamente en segundo plano. Pero si la persona no es consciente de ello, es posible que ese contenido se sitúe en lo que, en otro trabajo anterior, denominé “ángulos ciegos de la personalidad” (Sáinz, 2017). En ese caso, el paciente no lo manifestará como preocupación, y será el terapeuta quien deba detectarlo a través de las experiencias relacionales presentes o pasadas que el paciente tiene con los componentes de su mundo experiencial, incluida la relación con el analista o terapeuta. Otras áreas del self pueden haberse desarrollado de manera saludable, y la terapia puede haber contribuido en ello; sin embargo, como he dicho más arriba, es importante enfatizar que no todos los *si mismos* o estados del self tienen el mismo peso en el devenir de la persona. Un atractor vinculado a una estructura basal muy dañada puede secuestrar, suprimir, incluso aniquilar las capacidades saludables de otros estados del self. A veces decimos que una determinada persona que ha llegado a hacer daño importante a otras personas o a sí misma, también tiene aspectos buenos, pero dependiendo de la potencia del mal, el bien pierde su atribución.

Es una labor compleja: se puede realizar un análisis o una terapia de años trabajando con los distintos *sí mismos* del paciente sin llegar a tocar los estados atractor que activan la estructura basal dañada. Esto se inscribe dentro de lo que llamaríamos experiencias no formuladas, en el sentido de Donnel Stern (1983), vividas, pero no formuladas; experimentadas, pero no pensadas, como lo denomina Bollas (1987)

Como ya señalé en la primera reflexión (Sáinz, 2024), las estructuras basales dañadas, la melancólica, la autística y la psicótica representan los cimientos sobre los que se edifica el conjunto de los *sí mismos* y cada uno de los self se relaciona consigo mismo y con los demás.

El narcisismo, lo esquizoide e incluso lo psicopático pueden desarrollarse a partir de una estructura basal autística. Pueden coexistir con otros *sí mismos* mejor desarrollados, e incluso mostrar cierto grado de empatía. Sin embargo, el atractor que empuja o que permanece anclado a la estructura basal es capaz de mantener el mal funcionamiento de la persona consigo misma y con los otros. El sujeto puede encontrarse en un estado permanente de venganza o en una competición silenciosa—como el narcisismo vigilante (Gabbard, 2002), de manera que las capacidades de otras áreas del *self* quedan secuestradas y subordinadas al atractor vinculado a la estructura basal dañada.

Un trastorno paranoide de la personalidad, si está relacionado con una estructura basal psicótica, presentará un atractor que empuja a la persona a desconfiar, en ocasiones de forma casi delirante, aunque no sea clínicamente psicótico. En ciertos momentos, los atractores

pueden estar en reposo y el sujeto, con una estructura basal dañada, puede tener buenas experiencias y estar relajado; pero el atractor es como esa fuerza de la gravedad que he mencionado anteriormente que, tarde o temprano, vuelve a conectarse con la estructura basal.

En el mejor de los casos, nuestro trabajo clínico debe potenciar el diálogo entre los distintos *sí mismos* del paciente, de modo que las partes sanas puedan hacerse cargo de las dañadas. Las nuevas experiencias relacionales se fusionan con las antiguas y pueden restaurar algunas de las esas partes, siempre que el sistema no lineal y complejo del sujeto logre alcanzar un nivel suficiente de apertura y salga de la rigidez propia de los sistemas cerrados.

Abrir espacios, conectar con el mundo experiencial y establecer nexos entre el pasado y el presente, esclareciendo en la medida de lo posible los caminos que el paciente va trazando en sus interacciones, ayuda a proporcionar experiencias nuevas, un confluir entre lo viejo y lo nuevo. Cuando el trabajo terapéutico da frutos, significa que la persona ha logrado una mayor flexibilidad y conectividad entre sus distintos *sí mismos* y en la relación intersubjetiva con otros. Se puede decir que las experiencias transicionales han abierto nuevas sendas y que la rigidez de lo concreto se ha transformado en un lugar fértil donde tenga lugar el jugar, ese espacio en el que confluyen el ser y el hacer.

REFERENCIAS

- Aron, L (1996) - La interpretación como expresión de la subjetividad del analista. En: A. Liberman y A. Abello. *Winnicott Hoy*, Madrid: Psimática, 2008.
- Ávila, A. (2005). Al cambio psíquico se accede por la relación. *INTERSUBJETIVO* - DICIEMBRE 2005 - Nº 2, Vo. 7, Pags. 195-220
- Bauman, Z. (2000). *La sociedad líquida*. Buenos Aires: Fondo de Cultura Económica.
- Bollas, C. (1987). *La sombra del objeto: psicoanálisis de lo sabido no pensado*. Buenos Aires: Amorrortu, 1997.
- Bromberg, Ph (2009). *La sombra del tsunami*, Madrid: Ágora Relacional, 2017.
- Coderch, J. (2013). El Psicoanálisis Relacional a la luz de la teoría de los sistemas intersubjetivos dinámicos y no lineales. *Clínica e Investigación Relacional*, 7 (3): 538-554.
- Coderch, J. Plaza, A. (2016). *Emoción y Relaciones Humanas*. Madrid: Ágora Relacional.
- Cortés, J. (2024). Comunicación personal.
- Crastnopol, M (2015). *Microtrauma. Una comprensión psicoanalítica del daño psíquico*. Madrid: Ágora Relacional, 2019.
- Fairbairn, W. R. D. (1941), *Estudios psicoanalíticos de la personalidad*, Buenos Aires: Hormé, 1978.

- Fernández Sanjuán, MA. Dinámica No Lineal, Teoría del Caos y Sistemas Complejos, una perspectiva histórica. *Revista de la Real Academia de Ciencias Exactas, Físicas y Naturales*, Vol. 109, Nº 1-2, 2016.
- Giménez, C. (2024). Comunicación personal.
- James fallon. (Entrevista a): (<https://www.abc.es/xlsemanal/a-fondo/putin-psicopata-diagnostico-james-fallon-neurocientifico.html>)
- Gabbard G (2002) . *Psiquiatría Psicodinámica en la Práctica Clínica España* Ed. Médica Panamericana.
- Gomes, JL. (2014) *La "madre muerta" (A. Green) en la inhibición de la plasticidad neuronal*. Recuperado en: <https://acabbio.com/wp-content/uploads/2014/09/ponenciajoseluisgomes.pdf>
- Green, A. (1986). La madre muerta. En: *Narcisismo de vida, narcisismo de muerte*. Buenos Aires: Amorrortu.
- Han, Byung-Chul. (2012). *La sociedad del cansancio*. Barcelona: Herder
- Khan, M. (1963). El concepto de trauma acumulativo. *Rev. Psicoanal. Asoc. Psico*. Madrid: 44: 117-137. 2005.
- Kohut, H. (1977). *La restauración del sí-mismo*. Barcelona-Buenos Aires: Paidós. 1980.
- Lacruz, J. (2011). *Donald Winnicott. Vocabulario esencial*. Zaragoza: Mira Editores.
- Lipovetsky, G. (2008). *Los tiempos hipermodernos*. Barcelona: Anagrama.
- Morin, E. (1990). *Introducción al Pensamiento Complejo*. España: Gedisa Editorial.
- Orange, D.M. (2016). Una actualización: De la Teoría de los Sistemas Intersubjetivos al Giro Ético en Psicoanálisis. *Clínica e Investigación Relacional*, 10 (1): 27-48.
- Sáinz, F. (comp.) (1997). D.W. Winnicott (1896-1971). *Conferències commemoratives del Centenari del seu naixement*, Barcelona, Fundació Vidal i Barraquer.
- Sáinz, F. (1999), Quan l'amor del subjecte fa mal l'objecte, *Intercambios de Psicoanálisis*, 2, pp. 38-43.
- Sáinz, F. (2017). *Winnicott y la perspectiva relacional en el psicoanálisis*. Barcelona: Herder. Fundació Vidal i Barraquer.
- Sáinz, F. (2022). *El dolor de los duelos. Una propuesta relacional*. Madrid: Ágora Relacional.
- Sáinz, F (2021) Explorando los límites de la comprensión y de la empatía en el proceso psicoterapéutico. En: Guerra Cid R y Jiménez Torres, S. (Eds.). *Temas actuales en psicoanálisis contemporáneo*. Barcelona: Ediciones Octaedro
- Sáinz Bermejo, F. (2024). Estructuras basales y psicopatología. Un punto de partida para la reflexión. *Clínica e Investigación Relacional*, 18(1), 13–33.
- Stolorow, R. (2007). *Trauma and Human Existence: Autobiographical, Psychoanalytic, and Philosophical Reflections*. New York: Routledge.
- Stern, Donnel, (1983). Unformulated experience. *Contemporan Psychoanalysis*, 19: 71-99.
- Salvador, G. (2009). *La familia. Unidad grupal básica*. Madrid: Ágora Relacional, 2024.
- Thelen, Esther and Linda B. Smith A. (1996). *Dynamic Systems Approach to the Development of Cognition and Action*. Cambridge: The MIT Press,
- Winnicott, D.W. (1949). La mente y su relación con el psique-soma, en *Escritos de pediatría y psicoanálisis*, Barcelona: Paidós.
- Winnicott, D.W. (1960). La distorsión del yo en términos de self verdadero y falso», en *Los procesos de maduración y el ambiente facilitador*, Barcelona: Paidós.
- Winnicott, D.W. (1963). El miedo al derrumbe», en *Exploraciones*

Psicoanalíticas I, Barcelona: Paidós, 2013.

- Winnicott, D.W. (1963): El comunicarse y el no comunicarse que conducen a un estudio de ciertos opuestos», en *Los procesos de maduración y el ambiente facilitador* Barcelona: Paidós, 1992.
- Winnicott, D.W. (1967). El concepto de individuo sano», en *El hogar, nuestro punto de partida*. Ensayos de un psicoanalista, Barcelona, Paidós, 1996.
- Winnicott, D.W. (1968). El uso de un objeto y la relación por medio de identificaciones, en *Realidad y juego*, Barcelona: Gedisa, 2009.
- Winnicott, D. (1969). "Libertad". *Rev. de Psicoanálisis*, 1985, XLII, 6.
- Winnicott, D.W (1971). *Realidad y juego*, Barcelona: Gedisa, 2009.

Canciones:

- Aute, L.E (1979). Queda la música en el Album "De par en par". Ariola.
- Serrat, J.M (1971). Mediterráneo. En: Mediterráneo. Novola.

Original recibido con fecha: 4/3/2025

Revisado: 30/3/2025

Aceptado: 30/3/2025