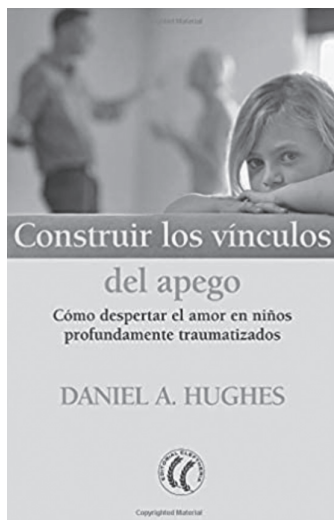


BOOK REVIEWS

■ Construir los vínculos del apego

Hughes, D. A.
2019

Construir los vínculos del apego. Cómo despertar el amor en niños profundamente traumatizados. Eleftheria



Daniel Hughes es un psicólogo clínico con más de cuarenta años de experiencia que fundó y desarrolló la psicoterapia diádica del desarrollo (PDD), un tratamiento de intervención familiar ante los trastornos emocionales. Su práctica está dirigida, en especial, a niños y jóvenes que han sufrido abusos y negligencias y busca ayudarles a obtener lo mejor de ellos, superar las secuelas de traumas severos y configurar unos apegos personales sólidos. Los vínculos que estos suponen son fundamentales para disponer de equilibrio y seguridad personal, la salud socioemocional que permite no solo regular emociones, sino querer y dejarse querer, reflexionar sobre la propia vida interior y la de sus padres. El doctor Hughes distingue tres patrones de apegos: el de quien quiere gestionarlo todo él solo; el de quien depende en exceso de los demás y no confía en sí mismo; y el que denomina *apego desorganizado*: cuando alguien no se fía de nadie, ni de sí mismo ni de los demás.

Este texto presenta el caso de una niña imaginada, Katie, que reside —igual que el autor— en el estado norteamericano de Maine, junto a Canadá. Katie vivió hasta los cinco años con sus padres biológicos, cuando los servicios sociales la rescataron a causa de sus malos tratos físicos y verbales, intermitentes con largos abandonos emocionales. Cinco años sin que nadie la cogiera y abrazara, con unos padres carentes de cualquier *sentido de obligación* hacia

su hija. Los efectos de esos primeros años fueron devastadores: ansiedad desbocada, bloqueo de la confianza, rabia sin remedio, todo lo cual hizo de ella una niña de trato extremadamente difícil. Se le pudo diagnosticar “un grave trastorno de estrés posttraumático, acompañado de un trastorno negativista desafiante y un apego desorganizado”.

En tales condiciones, para activar la resiliencia se precisa de atenciones integradas. Pero cuando no hay investigaciones significativas para tratar esos síntomas, ¿cómo unir de forma efectiva teoría y práctica? ¿Era posible conocer la intensidad del dolor con que el que vivía aquella niña? Por un lado, había que dar con una narrativa que permitiera *conectar con ella antes que corregirla*, y encontrar un tono afectivo adecuado. Por otro lado, había que darle un hogar de acogida temporal. El libro relata con detalle los veintidós meses que estuvo en régimen de acogida hasta llegar a su hogar número cuatro, que sería el definitivo. A pesar de las mejores intenciones de sus educadores, no se acertaba a reconducir su actitud retardadora y destructiva, sus impredecibles cambios de ánimo, sus arrebatos de ira, su afición a generar conflictos y hacer daño. Katie, con rotunda desconfianza hacia los demás, se esforzaba en ser vista como una niña que no merecía el esfuerzo que le prodigaban, pues “era mala y no valía nada”.

Hughes entiende que una *vergüenza generalizada* es el mayor impedimento para el desarrollo pleno de una conciencia, la inseguridad puede llevar a ocultar la tristeza y a negar o sabotear el consuelo ofrecido por los cuidadores. Éstos requieren de humildad, tenacidad e imaginación. La búsqueda de nuevos enfoques para interpretar comportamientos propios y ajenos, en especial *las experiencias no resueltas de los apegos de los educadores* y que interfieren en su labor. Pero también entender la negatividad y las historias que conectan con el dolor sufrido por el niño. Si este vuelve a experimentar el trauma de una manera aguda, se nos dice aquí, hay que mantener con él una actitud comprensiva y comunicar lo difícil que es la experiencia para el niño. Abordar de forma directa sus problemas, sin humillaciones.

El cuidador puede estar irritado y a veces le convendría manifestar una *breve* y controlada respuesta de enfado, pero siempre debe recuperar de inmediato la calma y la competencia. Una madre de acogida tampoco debe consentir ser tomada como una sirvienta, pero se precisa que sea abnegada, que escuche, entienda y ame, que exprese esperanza sobre la persona en que el hijo se convertirá. Siempre conscientes de las serias dificultades del niño para explorar sus malos comportamientos sin caer en una vergüenza interminable. Sabiendo que “elogiar a los niños tiene tantas desventajas como ventajas para su desarrollo, si no más”, al no poder escapar de la sensación de estar siendo incesantemente evaluado y dudar de poder estar a la altura.

La idea de ‘alegría, aceptación, curiosidad y empatía’ (actitud PACE) inspira las relaciones que se exponen: *terapias entrecruza-*

das con una evolución dinámica. Hughes recomienda a los educadores: “Sé tú mismo, sin reprimir tu empatía ni tu bondad, es el mayor don que puedes tener como terapeuta”. Desde este hacer se llegó a que Katie se formulara las preguntas que evitaba y que pudiese percibir el mundo interpersonal de su casa. O que llegara un momento en que notase que los demás tenían sentimientos y que su madre la seguía queriendo cuando “era mala con ella”.

Hughes ha escrito un libro ágil, lleno de vida y sugerencias, que se lee como una novela y que mantiene la atención hasta el

final. Esta cualidad facilita la asimilación de las experiencias profesionales y humanas que se entrecruzan en este texto. Desde esta plenitud, se incrementan las posibilidades de éxito de un proceso sanador de estas características puesto en marcha.

Revisado por:

Miquel Escudero

Universidad Politécnica de Cataluña