

CONSTELACIONES FAMILIARES, VÍNCULO DE APEGO Y MOVIMIENTO INTERRUMPIDO

**I Congreso de Constelaciones familiares
María Dolores Campos Pérez
Valencia 8 de Marzo de 2014**

Abstract

Desde que Jhon Bowlby presenta su Teoría del Apego (1960-1982) han sido muchas las escuelas psicológicas y terapéuticas que la han desarrollado tanto en los aspectos teóricos como en las aplicaciones clínicas y educativas.

Siendo diferente el marco conceptual, de intervención e incluso verbal de los diversos enfoques, resultan coincidentes en la necesidad de modificar los patrones internos de la persona adulta que presenta dificultades en los procesos de vinculación.

Según las observaciones que vengo realizando, especialmente en los trastornos de vinculación transgeneracional, el desarrollo de una constelación de las dinámicas familiares- constelaciones del alma familiar – produce un impacto significativo en elementos fundamentales de dichos patrones con los consiguientes beneficios para la persona en cuestión.

En este trabajo se comentan los aspectos relevantes en los procesos de restauración del vínculo de apego que se ven influidos de manera directa por una Constelación Familiar.

Introducción

Tomar a los padres es uno de los asuntos centrales en las Constelaciones Familiares.

Hemos oído y leído muchos de nosotros frases como “sin madre no hay vida, sin madre no hay dinero, sin padre no hay éxito”

Una de las dificultades encontradas a la hora de tomar a los padres es lo que Bert Hellinger denominaba movimiento interrumpido, es decir, la interrupción del movimiento amoroso del niño hacia la madre o hacia el padre.

Es su peculiar manera, con un vocabulario también particular de hacer referencia a los trastornos que pueden surgir en el proceso de vinculación de apego.

La vinculación emocional con cada uno de los padres ocupa un tiempo diferente en el desarrollo del bebé sin embargo hay estudios citados por Jeremy Holmes (2011) que demuestran que las dificultades son similares, aunque las consecuencias son diferentes. La madre nos une a la vida; El padre al mundo tal como lo conocemos.

En esta ocasión me voy a referir al vínculo afectivo con la madre. Y resalto la palabra “afectivo” para distinguirlo del vínculo o atadura relacional sistémica, que permanece inalterable y de por vida entre los miembros de una familia.

Quiero encuadrar el proceso de vinculación de apego: Bowlby y Mary Ainsworth (1960-1063) lo formulan. Otros autores lo desarrollan y en la actualidad constituye un aspecto fundamental a tener en cuenta en las consultas clínicas

La vinculación de apego, en términos de proceso, es el movimiento emocional del bebé hacia la madre buscando su proximidad y permanencia.

Una de las grandes innovaciones de Bowlby y M. Ainsworth es que pasan a considerarlo una necesidad evolutiva de supervivencia, por delante del instinto gregario y del sexual, ya que

proporciona la seguridad emocional y física imprescindibles para que se pueda desarrollar el bebé como persona adulta.

Se considera que el *vínculo es "seguro"* cuando la figura cuidadora (en los primeros meses generalmente la madre) esta receptiva no sólo física sino, y sobre todo, emocionalmente para acoger y contener las necesidades emergentes del bebé.

Cuando esta circunstancia no se da, el bebé, también por supervivencia, bloquea el impulso hacia el cuidador (de ahí el nombre de Movimiento interrumpido) y los gestiona de modos diferentes. En este caso, hablamos de "*vinculación insegura*", en alguna de sus expresiones

- Se desconecta del impulso: *vínculo evitativo* que puede llegar al aislamiento
- Busca situaciones que le ofrezcan una seguridad máxima: *Vínculo ansioso-ambivalente*
- Conductas *desorganizadas*, sin criterio fijo en los procesos de vinculación.

La Intervención terapéutica:

Wallin, D.J (2012) señala que en el contexto de la terapia de la vinculación de apego, cuando un adulto acude a consultar por alguna dificultad, hay tres **aspectos fundamentales a considerar:**

- Los vínculos de apego tanto del cliente como del terapeuta: En el marco de las constelaciones familiares, la manera de abordar el primero de los aspectos está íntimamente relacionada con "Los Ordenes de la Ayuda", especialmente con el primero, segundo y tercero. En estos tres órdenes se recogen las actitudes resultantes de un buen vínculo de apego del facilitador: el asentimiento a los padres, a las circunstancias y a los sistemas.
- Las experiencias preverbales: Durante la gestación y los dos primeros años de vida, el bebé pasa por una serie de experiencias a las que no puede poner nombre. Aún no ha aparecido el lenguaje conceptual. Estas experiencias quedan acumuladas en el sistema sensoriomotor y en el emocional. En el tronco cerebral y en el sistema límbico. Y estas experiencias quedan codificadas en forma de sensaciones, emociones, imágenes y metáforas.
- -La postura del yo respecto a las experiencias: Todo ello configura una representación interna que nos dice cómo somos: buenos, malos, simpáticos atrevidos, retraídos, etc, etc, Y cómo es el mundo: confiable, cercano, peligroso, distante, etc, etc.

Cuando aparece el lenguaje, el niño/a va construyendo internamente una narrativa, un relato que haga coherente las sensaciones internas con los hechos externos. Esta narrativa no busca la verdad, sino la coherencia.

Por tanto, en el proceso de vinculación de apego están en juego diferentes estructuras de la persona de manera que, sea cual sea el modelo de intervención, podemos formular como objetivos de la ayuda terapéutica:

- 1.- Facilitar la emergencia de los impulsos neurofisiológicos y emocionales retenidos que se corresponden con las experiencias preverbales mencionadas.
- 2.- Modificar los modelos internos, las imágenes y el relato internos que condicionan nuestro autoconcepto y la percepción del mundo que nos rodea.
- 3.- Aprender nuevos patrones de relación, nuevas herramientas y recursos que nos faciliten saludables vínculos de apego adulto.

Lo que vengo observando es que las Constelaciones Familiares que despliegan las dinámicas familiares, es decir, cuando abrimos una Constelación que se llama "tradicional" y que se desarrolla

a nivel de Conciencia familiar, se produce un impacto en los tres objetivos, con diferentes matices en cada uno de ellos:

Para ejemplificar esta afirmación paso a describir una constelación en la que he omitido algunos detalles para preservar la identidad del cliente:

Mujer joven. Ha sido mamá hace unos meses. El asunto que quiere trabajar es que se siente desconectada del bebé. “Sabe” que la quiere, le da ternura...pero no se siente conectada. Y esta palabra conexión/desconexión es uno de los indicativos de que algo ha pasado y pasa con el vínculo

En la entrevista su posicionamiento es adulta es decir, que se hace cargo de la situación y de resolverla.

Ya en este planteamiento podemos observar que el foco se centra en dos personas únicamente y que la cliente está en una posición interior en la que hay un malo y un bueno. “Yo soy la que está mal o hay algo malo en mí”.

En otros casos el enemigo es el exterior “me llevo mal con mi madre porque es muy rígida”. En este caso la mala es la madre y la persona se posiciona como inocente.

Le pregunto por hechos importantes en la familia y comenta que la abuela perdió un hijo pequeño. Le pregunto por la relación con su madre y de ésta con la abuela. Y me comenta que regular, que no es muy mala pero que tampoco es muy cercana.

Abrimos la constelación con una representante para ella y otra para su hija. Efectivamente su representante, a una distancia como de un metro, dice que ve a la hija, pero que no sabe que le pasa que no puede acercarse más. El bebé sólo mira a su mamá.

Emergen durante la constelación otras informaciones adicionales; la bisabuela perdió al marido y a un hijo. Le pido que saque una representante para su madre, otra para la abuela y otra para la bisabuela y que las coloque en una fila generacional. Se les indica que sigan sus movimientos y curiosamente se mantienen en fila, se distancian unas de otras, casi con la misma distancia, de un metro más o menos, y dicen que así están bien.

Está todo como parado, congelado. Poco a poco voy pidiendo a diferentes representantes que “rellenen” los huecos: el bisabuelo, el hijo de éste, el hijo de la abuela....

Y entonces es cuando emergen las emociones retenidas y se puede ver con claridad cómo la bisabuela y la abuela no estaban disponibles para los hijos. El movimiento interrumpido es transgeneracional, de 5 generaciones desde la bisabuela hasta el bebé. En esta ocasión la constelación se cierra cuando primero la madre de la cliente y luego la cliente misma pueden mirar “tomar” lo que fue, tal como fue.

Vamos a ir viendo paso por paso **qué ha pasado en relación a los objetivos mencionados antes:**

En primer lugar, **cambia el foco:** Ya no se trata de una dificultad entre mi bebé y yo. Estamos en un contexto más amplio que resignifica la situación: Donde había un vacío ahora hay una información. Donde había una inculpación o una autoinculpación, hay emociones y sentimientos intensos, primarios que son coherentes con una realidad dolorosa.

Esta información, no sólo de los hechos, sino también de las vivencias de las personas protagonistas de los hechos es la que produce el impacto de cambio.

Cambia la narrativa que la persona se hace de la experiencia. En el nuevo relato ya no hay un bueno y un malo, o un agresor y una víctima Hay hechos que afectan a varias personas y cada una de ellas hace todo lo posible para seguir adelante, de la mejor manera posible, incluida la no disponibilidad.

El desamor que vive una persona con movimiento interrumpido se transforma en otro amor o amores heridos por los acontecimientos.

En segundo lugar, y como consecuencia de lo anterior, cambia la representación interna que hay de la situación y con ella, la imagen que hay de si mismo/a, y por tanto de su posición en ella.

Y por último, la emergencia de los movimientos y emociones retenidos en el sistema abren y facilitan la expresión de los propios sentimientos, emociones y movimientos sanadores.

Y nos queda el último objetivo: “Aprender nuevos patrones de relación, nuevas herramientas y recursos que nos faciliten saludables vínculos de apego adulto “
La persona adulta desarrolla otras herramientas, otras alternativas para establecer vínculos sanos con la vida, con las personas significativas de su vida y con el mundo en general.

Los profesionales que tratan las dificultades en la vinculación de apego dicen que el vínculo de apego, tal y como fue con la madre, no se cambia. Permanece como experiencia vital tal como fue. El anhelo del niño pequeño no puede ser satisfecho para el niño pequeño.

Y aquí, a mi entender, es donde las Constelaciones Familiares aportan algo diferente. Cuando trabajamos en la dimensión de lo esencial, del Espíritu, como decía Bert Hellinger, son las metaemociones y los metasentimientos los que traban el vínculo de manera sólida y definitiva. Y esas metaemociones son el Asentimiento, el estar de acuerdo en la forma y manera en que se me da la vida, El Respeto, por las personas y los acontecimientos que vivieron tal como los vivieron y el Agradecimiento por la vida misma y por lo que de una manera u otra he recibido.

A modo de conclusión:

En el contexto de la terapia individual, la reconexión con el propio impulso amoroso es un camino lento y costoso. El miedo al abandono y la pérdida irrumpen con frecuencia y se hace necesario un entramado relacional entre el terapeuta y el/la cliente que sostenga el proceso.

La participación en una Constelación de las dinámicas familiares acortan el proceso e impulsan a la persona a una mayor confianza en sí misma, en su familia y en la vida misma

En palabras de **Bert Hellinger, “Re-conectar con nuestra madre es reconectarse con la vida”.**

Bibliografía

Bowlby,J. (2009) Vinculos afectivos. Formación, desarrollo y pérdida. Madrid. Paidos

Bowlby,J. (2010) Una base segura. Madrid. Paidos.

Hellinger,B. (2009). El amor del Espíritu. Un estado del ser. Barcelona. Rigden Institut Gestalt.

Hellinger, B (2006). El intercambio. Didáctica de constelaciones familiares. Barcelona. Rigden Institut Gestalt.

Holmes,J. (2011) Teoria del apego y psicoterapia. En busca de la base segura. Bilbao. Desclée de Brouwer.

Rincón Gallardo,L. (2001) El abrazo que lleva al amor. México. Pax México.

Wallin,D.J. (2012) El apego en psicoterapia. Bilbao. Desclée de Brouwer.