

DE LA NECESIDAD DE AMAR AL PRÓJIMO COMO A SÍ MISMO

Lic. Violeta García
Psicoterapeuta Habilitante de la Asociación Uruguaya de
Psicoterapia Psicoanalítica.
Asociación Uruguaya Psicoterapia Psicoanalítica
violetagarcia@adinet.com.uy Montevideo, Uruguay

Para citar este artículo / Para citar este artigo / To reference this article

García V. (2014) DE LA NECESIDAD DE AMAR AL PRÓJIMO COMO A SÍ MISMO

Intercambio Psicoanalítico 2 (1),

Creative Commons Reconocimiento 4.0 Internacional (CC By 4.0)

DE LA NECESIDAD DE AMAR AL PRÓJIMO COMO A SÍ MISMO

APROXIMACIONES A LA TEORÍA DEL VÍNCULO

Lic. Violeta García¹

1 Psicoterapeuta Habilitante de la
Asociación Uruguaya de Psicoterapia
Psicoanalítica. Asociación
Uruguaya Psicoterapia Psicoanalítica
violetagarcia@adinet.com.uy
Montevideo, Uruguay

Resumen

El interés en este trabajo es abrir un espacio de discusión sobre la temática del vínculo, desde diversos escenarios.

Desde el psicoanálisis, tomaremos el concepto de vínculo terapéutico como instrumento de la cura, ya que consideramos es uno de los aspectos más interesantes de los debates actuales.

A su vez, se examinan otras perspectivas para trabajar este concepto: el vínculo desde la perspectiva de la Posmodernidad, las relaciones mediadas por el ordenador, y los aportes que provienen de las Neurociencias.

Palabras Clave: vínculo, psicoanálisis, posmodernidad, tecnología, neurociencias.

El vínculo desde la perspectiva de la Posmodernidad

Mucho se viene hablando y discutiendo en diversos ámbitos acerca de los efectos en la construcción de la subjetividad en esta era de globalización que caracteriza la Posmodernidad.

Señalaremos ciertas características muy conocidas de la época actual: la aceleración, el consumo indiscriminado, la transformación de lo privado en público, la cultura del “espectáculo” y la precariedad en los vínculos. Quisiera presentar dos posturas diferentes acerca del vínculo: la primera, el vínculo visto como conexión que condensa la liquidez de las relaciones breves y sin compromiso, y la segunda, el vínculo como necesidad fundante del ser humano. Queda abierta la discusión de si ambas son excluyentes o complementarias.

Apocalípticos: Bauman o la “liquidación” del vínculo

En esta época actual de ritmo acelerado y de consumo indiscriminado ¿las personas buscan obtener relaciones firmes o por el contrario lo que se desea es que las relaciones sean ligeras y laxas, para poder deshacerse de ellas en cualquier momento?

Bauman (2005) sostiene que el habitante de esta sociedad es un hombre sin vínculos, y particularmente sin vínculos tan fijos o establecidos como en otras épocas. Como los vínculos no son fijos ni inquebrantables, el hombre debe amarrar los lazos que prefiera usar como eslabón para ligarse con el resto del mundo humano, basándose exclusivamente en su propio esfuerzo, sólo con la ayuda de sus propias habilidades y de su propia persistencia.

Cuando se habla de vínculos, se utiliza frecuentemente el término conectarse como sinónimo de relacionarse. Pero parecen existir diferencias claras entre uno y otro.

El concepto de “red” que se usa en la tecnología comunicacional está relacionado con las conexiones. La red representa una matriz que conecta y desconecta a la vez y funciona si ambas actividades –conexión y desconexión- están habilitadas al mismo tiempo. Las conexiones se establecen a demanda, y pueden cortarse a voluntad.

Del mismo modo las relaciones virtuales, hechas a medida del entorno de la moderna vida líquida, y a diferencia de las verdaderas relaciones, son de fácil acceso y salida.

Ninguna conexión tiene garantía de duración. Y esta conexión no debe estar bien anudada, para que sea posible desatarla rápidamente cuando las condiciones cambien.

Los vínculos de la modernidad –afirma Baumann (Ibid.)- se basan en la fragilidad, y esa fragilidad inspira el sentimiento de inseguridad.

Todos deseamos la seguridad de la unión y de una mano servicial con la que se pueda contar en los malos momentos. Sin embargo, desconfiamos de estar relacionados y particularmente de estar relacionados para siempre, porque tememos que ese estado pueda convertirse en una carga y ocasionar tensiones que somos incapaces de soportar.

En un entorno de vida moderno, las relaciones suelen ser las encarnaciones más profundas e intensas de la ambivalencia (Baumann, Ibid., pág. 8).

Hasta que “aquello nos separe”

La definición romántica: “hasta que la muerte nos separe” ha dejado de usarse, debido a los cambios radicales de las estructuras de parentesco, de las que dependía y de las que extraía su importancia.

En parte bajo esta premisa es que se han simplificado las pruebas necesarias para que una experiencia sea llamada amor. Los estándares ahora son más bajos, por lo que el conjunto de experiencias que define el término amor, se ha ampliado enormemente (Baumann, Ibid., pág. 19).

En una cultura de consumo como la actual, partidaria de los productos para uso inmediato, donde la demora en la satisfacción y el sacrificio resultan intolerables, las relaciones se formulan bajo el principio del consumo inmediato, y para uso único, primordialmente descartable. Si los productos resultan defectuosos o no son satisfactorios pueden cambiarse por otros, que se suponen más satisfactorios. Tampoco tienen un uso garantizado permanente: autos, computadoras, celulares perfectamente usables y que funcionan relativamente bien, pasan a ser desechables en el momento en que sus versiones mejoradas y nuevas aparecen en el mercado.

¿Hay alguna razón para que las relaciones de pareja sean una excepción a la regla? (Baumann, Ibid., pág. 29)

¿Will you still love me tomorrow?¹

Invertir en una relación significa que lo que se espera de ella es **seguridad** en sus más diversos sentidos: una mano que ofrezca ayuda en el momento que se necesite, que brinde socorro y consuelo en el dolor y el fracaso, compañía en la soledad, y que celebre con nuestros éxitos. Pero al mismo tiempo, establecer una relación significa sobre todo **una perpetua incertidumbre**.

Cuando se da el amor entre dos personas, éstas se internan inevitablemente en un territorio desconocido: nunca se está totalmente seguro de lo que hay que hacer o como deberá seguir esa relación.

Es un dilema sin solución: si se busca tener una relación con la esperanza de terminar con la inseguridad, se adquiere otra nueva inseguridad. Si la persona tiene poder de decisión para continuar o abandonar una relación, su pareja tiene el mismo derecho y está libre para hacerlo también cuando lo desee. La conciencia de este hecho, aumenta la inseguridad, ya que no está en poder de cada uno impedir que la pareja rompa el acuerdo.

Si la soledad provoca inseguridad, las relaciones amorosas también. Cuando hay dos, no hay certezas, y cuando se reconoce al otro como tal por derecho propio, como a un segundo soberano y no como una simple extensión, o un eco, o un instrumento personal, se admite y se acepta esa incertidumbre. Ser dos significa aceptar un futuro indeterminado (Odo Marquard 2000, en Baumann, *Ibid.*, pág. 36).

El amor al prójimo o el nacimiento de la humanidad

En 1784 Kant observó que el planeta que habitamos era esférico, y consideró con detenimiento las consecuencias de este hecho aparentemente banal: como todos estamos y todos nos movemos sobre la superficie de esta esfera, no tenemos otro lugar adonde ir, y estamos para siempre obligados a vivir en proximidad y compañía de otros. Mantener distancia entre uno y otros, es a la larga imposible: al movernos alrededor de una superficie esférica terminaríamos por acortar la distancia que en principio pretendíamos agrandar.

Esta es la manera en que la naturaleza nos obliga a aceptar la hospitalidad recíproca como precepto supremo.

Freud plantea en el "Malestar en la Cultura" (1929), que *amar al prójimo como a ti mismo* es uno de los preceptos de la vida civilizada., y a la vez, el más opuesto a la razón que promueve la civilización: la razón del propio interés y la búsqueda de la felicidad.

1 Traducción: "¿Me amarás mañana?" Tema musical interpretado por Carole King en 1972.

Freud concluye que amar al prójimo es un mandamiento que está justificado por el hecho de que no hay nada más que contrarreste tan intensamente la naturaleza humana original. Cuanto menos se obedezca una norma, más obstinadamente se la enunciará. Aceptar este mandamiento implica un salto decisivo, por el cual, el ser humano intenta despojarse de sus impulsos más primitivos, adoptar una postura alejada a su naturaleza y diferenciarse de los animales.

La aceptación del precepto de amar al prójimo, es el acta de nacimiento de la humanidad y el pasaje del instinto de supervivencia a la moralidad (Baumann, *Ibid.*, pág. 106).

Amar al prójimo como a sí mismo, implica que la supervivencia humana sea distinta de la de otras criaturas. El precepto desafía los instintos de la naturaleza, pero también desafía el instinto de supervivencia, y el amor a uno mismo que lo resguarda.

Es cierto que el amor a sí mismo impulsa a aferrarse a la vida. Pero en este sentido los animales son expertos y saben hacerlo mejor que nosotros, y ni siquiera necesitan el amor a sí mismos. Además la supervivencia puede conseguirse sin éste, e incluso lograrse mejor sin él. Porque el amor a sí mismo, puede rebelarse contra la continuación de la vida, llevarnos a la búsqueda del peligro y empujarnos a rechazar una vida que se sienta indigna del amor a sí mismo, y por lo tanto, indigna de ser vivida –narcisismo mediante–.

Lo que buscamos en el amor a nosotros mismos es la esperanza de ser amados, de ser objetos dignos de amor, ser reconocidos como tales y que se nos dé prueba de ese reconocimiento. Para sentir amor a sí mismo, necesitamos ser amados. Los otros deben amarnos primero para que nos amemos a nosotros mismos.

Si otros me respetan, es que debe haber algo en mí que solo yo puedo ofrecerles a los otros y entonces, soy importante, y lo que digo y pienso también es importante. Yo “hago la diferencia” y no solo para mí mismo. Amar al prójimo como a sí mismo significaría entonces respetar el carácter único de cada uno, el valor de nuestras diferencias que enriquecen el mundo que todos habitamos.

La necesidad de pertenencia y la conciencia de sí mismo

En la misma línea E. Fromm (1985) dice que las necesidades fisiológicamente condicionadas no constituyen la única parte de la naturaleza humana de carácter ineludible. Hay otra parte ineludible que no está arraigada en los procesos corporales pero sí en la esencia de la vida humana, que es la necesidad de relacionarse con el mundo exterior, de evitar el aislamiento.

Este vínculo con los otros no tiene que ver con el contacto físico. Un individuo puede estar solo en el sentido físico durante muchos años, y sin embargo, estar relacionado con ideas, o valores o normas sociales que le proporcionan un sentimiento de comunión o pertenencia.

Por otra parte, puede vivir entre la gente y no obstante sentirse en total aislamiento, cuyo resultado podrá ser, llevado al límite, el trastorno psicótico.

La falta de conexión² con símbolos, valores o normas es tan intolerable como la soledad física, o tal vez la soledad física se vuelve intolerable si implica también soledad moral. Esta conexión espiritual con el mundo puede tomar distintas formas: en sus respectivos encierros, el monje que cree en Dios y el prisionero político aislado de todos los demás pero que se siente unido a sus compañeros de lucha, no están moralmente solos. Cualquier creencia o religión, otorga sentido de pertenencia y siempre que logre unir al individuo con los demás constituye un refugio contra el aislamiento.

La necesidad de cooperación es un concepto que también integra la pertenencia. Los hombres no pueden vivir si carecen de formas de mutua cooperación. En cualquier tipo posible de cultura el hombre necesita de la cooperación de los demás si quiere sobrevivir; debe cooperar ya sea para defenderse, para trabajar o producir.

Hay otro elemento que hace de la pertenencia una necesidad tan vital: la conciencia de sí mismo, la facultad mental por la cual el hombre se percibe como una entidad individual, distinta de la naturaleza y de las otras personas. Su existencia le plantea al hombre un problema que es esencialmente humano: al tener conciencia de sí mismo como algo distinto a la naturaleza y a los demás humanos, y de que puede envejecer, enfermar o morir, el hombre siente necesariamente su insignificancia y su pequeñez en comparación con el universo y con todos los demás. La pertenencia va de la mano con la posibilidad de que la vida posea algún significado y dirección.

El amor en Tiempo Real. Internet y las emociones on-line

Es un hecho reconocido que el uso de las nuevas tecnologías está produciendo múltiples cambios en la sociedad en cuanto a modos de comunicación. Esto se manifiesta en la intensificación de las interacciones y las conexiones y la alteración de los parámetros espacio-temporales entre muchos otros fenómenos significativos.

Esta revolución tecnológica conlleva a su vez importantes transformaciones de los vínculos.

La comunicación virtual tiene características distintas a la cercanía física, y en cierto modo desactiva presiones, y establece otros parámetros para los vínculos. Para ilustrar, la imagen que es por todos conocida: las personas en el ómnibus, en la cola del cine, en los comercios hablan todo el tiempo por celular. Lo mismo sucede con el uso de los mails, los chats, etc. Pero estas conversaciones virtuales ¿son el prólogo o el sustituto de una conversación cara a cara?

² El término es tomado como sinónimo de vínculo y no en el sentido que utiliza Baumann.

Algunos sostienen que cuanto más atención y aprendizaje consume la proximidad virtual, menos tiempo se dedica a la adquisición de habilidades que la proximidad no virtual requiere. Los lugares de chats, las citas por internet (que inclusive pueden terminar por consolidar uniones matrimoniales) tienen gran aceptación hoy día. Hay quienes sostienen que estas relaciones virtuales presentan la ventaja de que pueden suspenderse inmediatamente. Esto podría estar relacionado con que las relaciones de tiempo completo donde el compromiso es condición indispensable de una pareja están siendo menos valoradas.

Una opinión distinta es la que expresa Balaguer (2003) quien sostiene la validez y legitimidad de la comunicación por la red, como una nueva modalidad de encuentro vincular que no invalida, cancela o sustituye las viejas formas de conocer al prójimo.

Uno de los aspectos más mencionados en relación a las comunicaciones mediadas por ordenador es que proporcionan una forma de interrelación anónima. Esta es por lo menos una sentencia bastante popular entre los usuarios y en los medios de comunicación de masas.

Sin embargo esta opinión no es plenamente compartida por todos. Quienes tienen suficientes conocimientos técnicos así como los estudiosos de los fenómenos sociales sostienen que un completo anonimato en Internet no es posible ni deseable (Mayans i Planell J., 2000).

Algunas de las primeras investigaciones sobre la comunicación emocional en Internet, -referidas a si es posible realmente transmitir emociones a través de la red y cómo se representan las emociones en el ciberespacio- son las realizadas por el MIT (Massachusetts Institute of Technology) que creó en el 2001 el Centro MIT Initiative on Technology and Self - fundado y dirigido por Sherry Turkle (psicoanalista y profesora de MIT) cuyo principal objetivo es reflexionar e investigar sobre el aspecto subjetivo de la tecnología, la relación que se produce entre las personas y el uso habitual de Internet, los efectos que provocan esta interacción y la estabilidad psicológica y social de los sujetos implicados. Se realizaron estudios para tratar de determinar los beneficios que la comunicación emocional aporta al individuo, no sólo en la vida real, sino también en la virtual, comprobando que el mayor porcentaje del uso de Internet está siendo dedicado a efectos de comunicación interpersonal (Horrigan & Rainie, 2001 en Etchevers Goijberg 2005).

A su vez se estudian las causas que fomentan la intensidad de las ciberrelaciones, tales como la construcción de nuevas identidades (avatares), el uso del anonimato, y los efectos sociales que pueden conllevar este tipo de prácticas. Cabe preguntarse si acaso se está creando un nuevo lenguaje a partir del cual los sujetos se sienten conectados más íntimamente, al igual o más, que si estuvieran cara a cara.

Otra investigación es *The Quality of Online Relationships* (Cummings, Butler & Kraut 2002 en Etchevers Goijberg 2005) que plantea que a las relaciones on-line se les otorga menor valor que a las off-line, independientemente que se haya comprobado a su vez, lo importantes que puedan llegar a ser las relaciones interpersonales cultivadas en este medio. La discusión está centrada en si estas relaciones complementan o sustituyen a las de la vida real. Internet es el mayor espacio de encuentro mundial y el ciberespacio es utilizado para establecer relaciones interpersonales de una manera mucho más rápida y directa. Pero este medio como ya expresamos, para muchos no es considerado como sustituto de las relaciones interpersonales cara a cara, sino como una oportunidad nueva y diferente de conocer gente, expresarse a sí mismo y determinar qué se busca en una adecuada comunicación emocional, por los mismos derroteros sólo que a anexando el factor tecnológico de Internet. Quizás esta sea una nueva manera de lidiar culturalmente con las emociones, en la medida que el resguardo de las redes ha posibilitado el despliegue de aspectos del self a través del anonimato.

La triple transformación que está logrando Internet, los dispositivos móviles y las redes sociales puede considerarse como la emergencia de una nueva individualidad interconectada. Se está construyendo un espacio de sociabilidad conectada que recibe distintos nombres: tercer entorno, sociedad red, cibersociedad (Álvarez JF, Bahlis Dos Santos N, Cope B, Domínguez Figaredo D, Gil Ortega MC, Kalantzis M 2013).

El lograr que el espacio social logrado por la comunicación virtual, sea también un espacio de soporte social facilitador y enriquecedor de las relaciones humanas virtuales y reales más que una tecnología alienante generadora de patologías, sigue siendo una preocupación sostenida en este momento.

El vínculo en Psicoanálisis. Amor y Psicoterapia

La psicoterapia es un tipo particularmente complejo de relación de ayuda. Quien consulta, lo hace aquejado por algún síntoma o problema que supone tiene alguna causación psicológica. El que el paciente sea capaz de mostrar su dolor psíquico, y que el terapeuta sea capaz de acogerlo empáticamente, y desde allí empezar su labor de ayuda psicológica, ha sido desde siempre el punto de partida de toda psicoterapia.

Desde nuestra disciplina, y sosteniendo los presupuestos sobre la cura enunciados por Freud (1913), afirmamos que es preciso amar para no enfermar. En este sentido, la psicoterapia como instrumento de cura tiene que posibilitar las oportunidades de transformación y cambio psíquico. Y el cambio tiene que ver con el aprendizaje, aún de algo tan difícil y complejo como es el arte de amar.

La función del amor es generar crecimiento personal. La función de la psicoterapia consiste en reparar y reconstruir las fallas del crecimiento personal. Amor y psicoterapia, en este sentido, tienen la misma finalidad o función: facilitar el crecimiento personal. En esto son complementarios más que similares en cuanto a sus características como relaciones y a su papel en la vida de la persona (Orlinsky, 2006).

La relación existente entre intervención terapéutica y vínculo fue establecida por Freud en 1913 cuando, respondiendo a la pregunta de en qué momento intervenir, escribió: "Nunca antes de haberse establecido en el paciente una transferencia utilizable, un rapport en toda regla con nosotros. El primer fin del tratamiento es siempre ligar al paciente a la cura y a la persona del médico" (Freud, *Ibid.*, pág.1671-2).

Un tema de debate ha sido examinar qué formas de intervención pueden resultar más apropiadas para producir el cambio terapéutico, dadas determinadas condiciones del paciente y de la relación que éste establece con su analista. Por cierto, éste es –o debiera ser–, también un interés central en el trabajo cotidiano de cualquier terapeuta frente a la variedad de sus pacientes. En el proceso terapéutico, son especialmente relevantes las variables que dependen del paciente.

Estas comprenden la capacidad de establecer con el terapeuta una buena pareja de trabajo, una buena alianza terapéutica. Este descubrimiento apoya la concepción diádica de la terapia, según la cual todos los fenómenos emergentes en la relación terapéutica dependen de ambos participantes.

En este sentido, la buena intervención terapéutica puede definirse como aquella otorgada por un terapeuta diestro, es decir, aquel que sabe integrar conocimientos técnicos y empatía, a un paciente dispuesto a recibirla (Jiménez 2005).

Existen evidencias empíricas de que la calidad del vínculo terapéutico es un poderoso factor predictivo del resultado del tratamiento. Queda abierta la cuestión, de si la alianza terapéutica es en sí misma el componente curativo de la terapia o de si más bien la relación crea el contexto interpersonal necesario para que otros elementos terapéuticos actúen.

La psicoterapia, es una relación especial entre dos personas, una relación de ayuda. Se establece así una relación asimétrica constituida precisamente por la naturaleza de la petición. Se insiste mucho en observar la asimetría de la relación pero lo más evidente es que se trata de una relación entre dos personas. Esto constituye el aspecto simétrico de la relación psicoterapéutica y sin esto, no sería posible relación alguna.

Hay cuatro aspectos del vínculo terapéutico, donde interactúan aspectos simétricos y asimétricos.

La investidura personal y la coordinación interactiva de los participantes, en sus roles de paciente y terapeuta determinan la calidad de la relación de trabajo.

Las cualidades del contacto comunicativo y del afecto mutuo, que reflejan el rapport interpersonal (Jiménez, 2005).

La investidura personal de rol incluye el compromiso del paciente, su motivación, el compromiso del terapeuta con su rol, y su credibilidad como terapeuta desde el punto de vista del paciente. Desde la perspectiva del terapeuta, el compromiso del paciente con el tratamiento así como también el compromiso propio, apreciado por el paciente, se asocian consistentemente con el éxito del tratamiento.

La coordinación interactiva entre paciente y terapeuta se refiere a un aspecto interpersonal importante. Una postura demasiado asimétrica puede conducir a una relación entre un terapeuta directivo y un paciente dependiente, o a su inversa, a una entre un terapeuta permisivo y un paciente controlador. La investigación ha mostrado que los mejores resultados se dan en un tratamiento en que el paciente participó colaborativamente. De manera similar, desde la perspectiva de los pacientes, un terapeuta colaborativo y no directivo o permisivo, es un buen predictor de éxito.

El contacto comunicativo, comprende la expresividad (capacidad de comunicación eficaz) del paciente, la empatía del terapeuta y los procesos recíprocos de expresividad del terapeuta y empatía del paciente. Estos también son aspectos simétricos. La importancia de la expresividad del paciente para el éxito terapéutico es evidente. Las parejas de paciente y terapeuta que no están bien sintonizadas entre ellas y que, en vez de eso, tienden a hablar "sobre" el paciente o "sobre su pasado", predicen malos resultados.

Las actitudes emocionales que paciente y terapeuta evocan en el otro determinan la calidad relacional del afecto mutuo. Cuando la terapia se mueve hacia un resultado favorable, los sentimientos son positivos y recíprocos; se tiende a desarrollar un fuerte sentimiento de afirmación mutua, aún más en el paciente que en el terapeuta, que por la naturaleza de su compromiso clínico debe mantener una actitud activamente amistosa.

El cambio relacional en psicoanálisis ha llevado a cambiar el foco re-situando en un lugar primordial, el compromiso afectivo subjetivo del analista en la pareja terapéutica (Hirsch, 2005). Desde este punto de vista, una interpretación puede ser efectiva no ya por el insight que provoca, sino porque el paciente se ha sentido visto y entendido como objeto de interés y de compromiso por parte del analista.

Desde esta perspectiva se pone énfasis en que los factores personales y relacionales en conjunción con las teorías son los que producen el cambio.

Aportes a la Teoría del Vínculo desde las Neurociencias

Presentaremos algunos conceptos que permiten afirmar que el desarrollo del Sistema Nervioso (SNC) ofrece una base necesaria para la estructuración psíquica de los vínculos afectivos que el niño establecerá con su madre y a posteriori con el resto del mundo.

Por la vulnerabilidad de las primeras etapas de la vida los humanos nacemos con el repertorio de acciones necesario para establecer las primeras relaciones con los cuidadores, de modo tal que indicadores elementales sirvan para que éstos tomen nota de las necesidades básicas del bebé e interpongan los medios para satisfacerlas, facilitando así la comunicación y la construcción con y del mundo respectivamente.

El reconocimiento de caras

La mirada se constituye en el primer eslabón del reconocimiento de rostros, indispensable para las futuras relaciones sociales, que posibilita la estructuración de un Yo Psíquico, y la organización de un Yo Social. Al mismo tiempo la mirada del "otro" es la que significa y da sentido a nuestras conductas. De este modo el psiquismo no sólo se estructura por otro, sino además para otro.

Siendo la mirada del otro tan importante en la construcción de la identidad del Yo Psíquico, el encuentro visual con el otro es el primer momento de la construcción de una gnosis -reconocimiento del mundo exterior, de los objetos y del cuerpo a través de los aportes de los sentidos- que expresa la capacidad de reconocimiento de rostros (prosopagnosia). Abarca aspectos más amplios que la sola configuración espacial del rostro; incluye la captación de la expresión emocional. Por lo tanto, es indispensable para la comunicación y la buena adaptación social (Risueño A, Motta I, 2004).

Las Neuronas Espejo. La Teoría de la Mente y la Empatía

Al igual que el reconocimiento del propio cuerpo, el reconocimiento de los rostros se va conformando lentamente durante el primer año de vida y pueden registrarse varias fases en este proceso. Entre el 2do y 3er mes, es el momento en que el rostro se convierte en el percepto privilegiado para el bebé. Lo busca, lo mira, e intenta imitarlo precariamente. Esta incipiente imitación, que se da tanto en el infante como en el cuidador, se debe a la función de ciertas neuronas que han sido denominadas como "neuronas espejo".

Se trata de un grupo de neuronas que tienen la facultad de descargar impulsos tanto cuando el sujeto observa a otro realizar un movimiento, como cuando es el propio sujeto quien lo hace. Se activan cuando un individuo realiza una acción, pero también cuando él observa una acción similar realizada por otro individuo. Forman parte de un sistema de redes neuronales que posibilita la percepción-ejecución-intención. La simple observación de movimientos de la mano, pie o boca activa las mismas regiones específicas de la corteza motora, como si el observador estuviera realizando esos mismos movimientos. Pero el proceso va más allá de que el movimiento, al ser observado, genere un movimiento similar latente en el observador. El sistema integra en sus circuitos neuronales la atribución/percepción de las intenciones de los otros: la Teoría de la Mente (Blakemore y Decety, 2001; Gallese, Keysers y Rizzolatti, 2004; Rizzolatti, 2005; Rizzolatti y Sinigaglia, 2006 en García E, pág. 7).

La Teoría de la Mente es la capacidad de comprender, explicar y predecir el comportamiento de otras personas a través del proceso de realizar inferencias acerca de sus estados mentales: sus conocimientos, intenciones, deseos y creencias (Baron - Cohen, S, 1995). Es importante señalar que la T. de la M. ha sido y es en la actualidad uno de los principales modelos explicativos de los déficit que aparecen en diversos trastornos, particularmente en los llamados trastornos generales del desarrollo o del espectro autista.

El desarrollo de una adecuada T. de la M. es condición necesaria para el establecimiento del sentimiento intuitivo de privacidad personal y para la integración e interacción social adecuadas.

Como consecuencia de esta integración, se estructura la inteligencia social que hace posible controlar las actitudes y respuestas del otro/otros operando sobre la formación de sus representaciones, en beneficio propio o del grupo. Dentro de la multiplicidad de elementos que abarca este concepto, se recogen aspectos metacognitivos como la interpretación de emociones básicas, la capacidad de captar el discurso metafórico, las mentiras o la ironía, la posibilidad de interpretar emociones sociales complejas a través de la mirada o la cognición social y la empatía.

La empatía es la capacidad para experimentar y representar los estados emocionales de otros, siendo crucial en muchas formas de interacción social adaptativa. Tiene dos componentes: uno cognitivo, muy relacionado con la capacidad para abstraer los procesos mentales de otras personas, y otro emocional, que sería la reacción ante el estado emocional de otra persona (Moya-Albiol L, Herrero N, Bernal MC, 2010). La observación o imaginación de otra persona en un estado emocional particular activa de manera automática una representación de ese estado en el observador, con las respuestas fisiológicas asociadas. Al tratar de comprender y de ponerse en el lugar del otro, la persona se acerca al estado emocional del otro y reacciona. Dicha reacción sería el componente emocional de la empatía.

Así, la empatía favorece la percepción tanto de las emociones (alegría, tristeza, sorpresa) como de las sensaciones (tacto, dolor) de otras personas. Por todo ello es llamada cognición social y se considera que desempeña un papel central en la disposición pro-social de las personas y en su supervivencia, ya que ésta depende de la habilidad para funcionar de manera óptima dentro del contexto social, para lo cual es fundamental comprender lo que sienten los demás (Moya-Albiol L, Herrero N, Bernal MC 2010).

Somos criaturas sociales y nuestra supervivencia depende de entender las intenciones y emociones que traducen las conductas manifiestas de los demás. Las investigaciones neurocientíficas han demostrado la existencia de mecanismos fisiológicos implicados en estos procesos tanto en neuronas específicas como en sistemas neuronales que sustentan los constructos cognitivos y sociales.

En suma, las neuronas espejo permiten entender la mente de nuestros semejantes, y no a través de razonamiento conceptual, sino directamente, sintiendo y no pensando (Rizzolatti, Fogassi y Gallese, 2001).

Comentarios finales

Hemos querido plantear diferentes aportes a la teoría del vínculo.

En primer lugar, describimos algunas condiciones de construcción de la subjetividad e intersubjetividad, que hacen a los modos de producción de nuestra cultura y sociedad y el uso de la comunicación virtual y sus posibles efectos.

En la sociedad actual, en que las condiciones de subjetivación han tenido un viraje drástico, nuestra disciplina tiene mucho para profundizar y analizar sobre cómo se manifiestan los vínculos sociales. La irrupción de las nuevas formas de comunicación mediante las TICs abre un camino para la incertidumbre y la curiosidad por saber cuáles son sus efectos desde su rol de mediadores de vínculos.

Desde el ámbito de la estructuración neurobiológica, examinamos las condiciones de génesis para la producción del vínculo y particularmente el rol de las neuronas espejo. A partir de las Neurociencias, encontramos bases biológicas firmes que permiten comprender desde esta perspectiva, como se activan aspectos cruciales de la socialización, como la imitación, la empatía e incluso la identificación.

Los vínculos hacen a la constitución de nuestro psiquismo, ya sea que se considere que tienen un papel fundante en la integración de éste, o si se piensa que son los que aseguran las condiciones de formación del Yo psíquico.

En nuestro quehacer cada vez es más evidente la importancia del vínculo que paciente y terapeuta puedan construir, y muchos sostienen que de ello depende la posibilidad de cura o de cambio psíquico.

Bibliografía

- Álvarez JF, Bahlis Dos Santos N, Cope B, Domínguez Figaredo D, Gil Ortega MC, Kalantzis M (2013) Editorial de Textos: Revista Internacional de Aprendizaje y Cibernidad 2013 Vol. 17 Nro. 1.
- Balaguer, R (2003): Internet: un nuevo espacio Psicosocial. Montevideo: Ed. Trilce
- Baron - Cohen, S (1995): "Ceguera Mental. Ensayo sobre el autismo y teoría de la mente". Massachusetts MIT Press.
- Bauman, Z (2005): Amor Líquido. Buenos Aires: Fondo de Cultura Económica.
- Bleichmar, H (2001): "La identificación y algunas bases biológicas que la posibilitan". Rev. Aperturas Psicoanalíticas (Nro. 9, 2001).
- Etchevers Goijberg, N (2005): "¿Dónde están las emociones en el Ciberespacio? Análisis de la situación actual." Revista TEXTOS de la CiberSociedad, 5. <http://www.cibersociedad.net>.
- Freud S (1913): La iniciación del tratamiento. Obras Completas, Tomo V. Madrid: Ed. Biblioteca Nueva.
- Freud S (1929): El Malestar en la Cultura. Obras Completas, Tomo 21. Buenos Aires: Ed. Amorrortu.
- Fromm, E (1985): EL Miedo a la Libertad. Madrid: Ed. Planeta.
- García, V (2007): "Entre la Incertidumbre y la Curiosidad: el Psicoanálisis frente a las Nuevas Tecnologías". Apertura de Jornadas Cultura de la Imagen (Asociación Uruguaya de Psicoterapia Psicoanalítica).
- García García E (2008): "Neuropsicología y Educación. De las neuronas espejo a la teoría de la mente." Revista de Psicología y Educación 2008 Vol. 1, 3, pág. 69-90.
- Hirsch, I (2005): "La Teoría Psicoanalítica como una forma de contratransferencia" Reseña de Díaz- Benjumea en: Rev. Aperturas Psicoanalíticas Nro. 21, 2005.
- Jiménez, J P (2005): "El Vínculo, las Intervenciones técnicas y el Cambio terapéutico en Psicoterapia Psicoanalítica". Rev. Aperturas Psicoanalíticas No. 20, 2005.
- Mayans i Planells J (2000). "Anonimato: El tesoro del Internauta." Revista iWord pág. 52, 59.
- Marquand, O (2000) Apología de lo contingente. Ed. Alfons El Magnànim.
- Moya-Albiol L, Herrero N, Bernal MC (2010): "Bases neuronales de la empatía". Rev. Neurol. 2010; 50: 89-100.
- Orlinsky, David (2006): "El Amor y la Psicoterapia como relaciones facilitadoras de crecimiento". Universidad de Chicago. Traducción del Dr. Rafael Sibils.
- Risueño A, Motta I (2004): "La participación de la Prosopagnosia en la construcción del vínculo madre-hijo y sus implicaciones psico-sociales". Rev. De Psiquiatría y Psicopatología del Niño y Adolescente (2004).
- Rizzolatti G, Fogassi L, Gallese V (2001): "Neurophysiological mechanisms underlying the understanding and imitation of action." Nat Rev Neurosci 2001; 2: 661-70.