

La teoría del afecto de Silvan Tomkins para el psicoanálisis y la psicoterapia. Reformulando lo esencial

The affect theory of Silvan Tomkins for psychoanalysis and psychotherapy. Recasting the essentials

Carola Higuera Esteban

Sociedad Forum de Psicoterapia Psicoanalítica

Reseña del libro de Demos, V. (2019). *The affect theory of Silvan Tomkins for psychoanalysis and psychotherapy. Recasting the essentials*. Nueva York, Estados Unidos: Routledge

Virginia Demos desde una perspectiva biopsicosocial de sistemas dinámicos, explora cuestiones centrales en el trabajo clínico actual. Propone una perspectiva integradora de los hallazgos más recientes en neurociencia y los datos obtenidos de la investigación del desarrollo infantil. Así mismo, presenta la obra de Silvan Tomkins basada en el descubrimiento de las distintas expresiones afectivas, biológicamente determinadas, y los patrones autónomos relacionados con ellas. Se entiende que el afecto es el principal factor motivacional del comportamiento humano. La autora explica los aspectos fundamentales de la teoría de los afectos, y las características de cada uno de los 9 principales afectos propuestos por el autor. Desde la teoría del guion, se expone que cualquier momento afectivo se presenta con una duración breve, pero para que pueda prolongarse en el tiempo y sea una experiencia significativa, debe vincularse con otros momentos percibidos por el individuo como similares. Este proceso lleva a la formación de guiones afectivos. Las teorías de Tomkins proporcionan una forma sistemática de comprender la individualidad y la especificidad de la experiencia de cada persona.

El libro de Virginia Demos se divide en tres partes:

- Parte I. La autora presenta una visión dinámica del desarrollo infantil. Demuestra la competencia del recién nacido y el papel central del afecto en la organización de la psique. Esta sección finalizará con datos longitudinales sobre bebés y niños, que ilustran la utilidad de este enfoque para comprender el desarrollo temprano de la psique.
- Parte II. Se revisan los debates actuales en psicoanálisis relacionados con la motivación y la falta de una teoría internamente consistente,

presentando los hallazgos recientes proporcionados por la neurociencia que niegan la teoría de las pulsiones y respaldan la teoría de Tomkins. Así mismo, se describe en detalle la teoría de los afectos y la teoría de guiones de este autor.

- Parte III. Se presentan dos casos: el primero consiste en un caso clínico que ilustra el guion afectivo de descontaminación de Tomkins; el segundo se extrae de un estudio longitudinal que comprende desde el nacimiento hasta la edad adulta temprana y muestra la implantación de un guion antitóxico.

Parte I. Elementos esenciales básicos, capacidades neonatales y datos longitudinales

Modelo de desarrollo de la psique

Demos comenzará discutiendo las limitaciones de las teorías de las etapas evolutivas del desarrollo humano. Estas teorías presuponen que el desarrollo avanza por etapas hasta alcanzar un objetivo funcional óptimo de organización, control y efectividad.

Desde esta perspectiva se considera que el funcionamiento de todas las etapas infantiles es deficitario, en comparación con el funcionamiento óptimo del adulto. Durante muchos años, estas presunciones evitaron que los teóricos e investigadores exploraran y entendieran el comportamiento y capacidades del bebé y el niño pequeño, ya que, si desde la teoría se exponía que no existían ciertas capacidades, estas no eran buscadas ni investigadas.

Para la autora, los enfoques basados en la teoría de etapas han tenido gran utilidad ya que han servido para organizar grandes cantidades de datos en varias categorías generales. Pero considera que estos enfoques no prestaron atención a la importancia de los intercambios que se producen entre el organismo y el contexto en el que este se desenvuelve, y aluden a nociones imprecisas como “procesos de maduración” o “cambios cerebrales” para explicar la aparición de nuevos comportamientos en cada una de las etapas de desarrollo.

La teoría de sistemas dinámicos no-lineales supuso un cambio radical en la comprensión del desarrollo de la organización psíquica. Se fundamenta en los datos obtenidos a partir de trabajos de embriólogos como el de Bertalanffy (1952), que revelan que todos los sistemas vivos poseen una organización compleja desde sus inicios, una *actividad primaria* que gobierna la acción, y poseen además la capacidad de autorregularse. También se apoya en los datos obtenidos a partir de los estudios sobre desarrollo físico infantil realizados por Esther Thelen y colaboradores [(Thelen, 1984, 1986; Thelen y Smith, 1994; Thelen, Ulrich, y Niles, 1987) que demuestran que el desarrollo de nuevas habilidades motoras es consecuencia de los cambios en los componentes de las capacidades infantiles, más que depender de la maduración de un programa genético predefinido.

Thelen argumentó que la conducta del caminar está controlada por el cambio en la relación entre grasa corporal y fuerza muscular. Razonó que debido a que los humanos nacen sin una capa de pelaje, la necesidad de regular la temperatura corporal tiene

prioridad sobre la necesidad de moverse. En los bebés, la grasa corporal se acumula más rápido de lo que aumenta la fuerza muscular, lo cual suprime los comportamientos orientados al desplazamiento. Tan pronto como un bebé es lo suficientemente fuerte como para soportar su propio peso sobre una de sus piernas, surge la capacidad de caminar. Estos datos indicarían que existe una enorme variabilidad tanto en el momento de la aparición de este comportamiento, como en los patrones motores previos a la marcha (reptar, gatear...).

A partir de este enfoque, se admite la idea de que existen desde el inicio unas condiciones iniciales que funcionan de manera general, proporcionando un marco dentro del cual pueden ocurrir intercambios dinámicos entre el organismo y el entorno. El sistema organizativo del individuo permanece estable, siempre y cuando se presenten variaciones dentro de unos parámetros adecuados, que propio sistema de organización pueda reconocerlas y asimilarlas. Así mismo, todos los sistemas de autoorganización deben ser capaces de adaptarse a las nuevas situaciones que puedan presentarse, alterándose y transformándose. Si la variación o desajuste es demasiado grande, el sistema puede colapsar produciéndose la desorganización y la disfunción organizativa.

La autora propone entender el desarrollo del ser humano desde una perspectiva biopsicosocial de sistemas dinámicos. Entiende que el desarrollo tiene lugar a través de un proceso dinámico continuo de la reorganización interna; la cual está en constante relación con un entorno cambiante. Enfatiza que, desde su nacimiento, el bebé posee una actividad cerebral altamente compleja para organizar y reorganizar su experiencia en el mundo. También considera que el afecto desempeña un papel central en la organización de la experiencia temprana y establece una base biológica de las capacidades infantiles, el afecto y las transacciones relacionales. Demos rechaza la existencia de patrones predeterminados que marcan etapas claramente identificadas.

En su opinión, la psique infantil está guiada por lo que considera que son los dos objetivos humanos más básicos: (1) la necesidad de mantener la coherencia y la organización psíquica; y (2) la necesidad de ser un agente activo para lograr los objetivos deseados.

(1) La necesidad de mantener la coherencia y la organización psíquica

A. *Coherencia psíquica.* El bebé puede reconocer patrones temporales de la actividad neuronal. A medida que estos se van repitiendo, las conexiones neuronales se fortalecen. A través de estos patrones recurrentes, el bebé puede aprender de la experiencia y adaptarse y/o crear nuevos significados y respuestas.

Demos hace referencia al experimento de DeCasper y Carstens (1981) donde los bebés aprenden a controlar la aparición de una voz femenina alargando el tiempo de succión durante la conducta lactante. También menciona el estudio llevado a cabo por Blass, Ganchrow y Steiner (1984) en el que demostraron que los recién nacidos podían ser condicionados a orientar sus cabezas en una dirección, para conseguir que sus frentes fueran acariciadas y recibir una pequeña solución de sacarosa. Estos resultados muestran que los recién nacidos tienen la capacidad para coordinar las funciones afectivas, perceptivas y cognitivas con el objetivo de emitir una respuesta orientada a la consecución de un objetivo deseado

En ambos experimentos, los esfuerzos de los bebés dieron como resultado una comprensión coherente de la situación, la cual condujo a la generación de una acción que producía el resultado deseado. Pero cuando tiene lugar la fase de extinción en ambos experimentos, es decir, cuando la situación cambió y tras la conducta no venía la recompensa esperada, los recién nacidos ya no pudieron darle sentido a la situación y no pudieron adaptarse, lo que los llevó a experimentar un estado de angustia.

Demos explica que el bebé tiene un repertorio limitado de respuestas para manejar niveles altos de angustia o enfado. Puede chuparse los dedos o mirar un objeto interesante para distraerse, pero a medida que aumenta el afecto negativo, no posee mayores capacidades instrumentales, experiencia o conocimiento para poder modularlo. El aumento de la intensidad puede llegar a generar una experiencia de angustia, ira o miedo intensos, que pueden provocar la desorganización interna, lo que pondría en marcha mecanismos defensivos masivos.

Se sabe que el cuidador desempeña un papel fundamental para ayudar al bebé a regular los estados de afecto negativo. Aquí, la autora observa que no siempre se experimenta el afecto negativo como intolerable o desregulado. Por esta razón, este tipo de escalada debe distinguirse de las intensidades moduladas y óptimas de afecto negativo que permiten que el bebé permanezca organizado y concentrado, tratando de dar una respuesta adecuada para salir de la situación. Considera que es difícil especificar con precisión cuál sería este nivel óptimo, ya que dependerá de cada bebé en concreto, así como del momento y del contexto en el que tenga lugar. Se hace necesario, por tanto, apelar al juicio del cuidador y a su capacidad de leer los estados del bebé.

Las dos funciones principales que desempeña el cuidador son: (1) calmar al bebé para protegerlo de la desregulación del afecto que puede conducir a la desorganización y amenazar su coherencia psíquica; y (2) brindar apoyo al bebé a través de la concentración óptima de afecto negativo, mejorando así la capacidad del bebé para soportar, tolerar y persistir ante los problemas, desarrollando habilidades de afrontamiento instrumental.

Esta función de modulación del cuidador crea un sentido de confianza y manejabilidad de la propia experiencia interna dentro del bebé. Se genera la expectativa de que estos estados pueden ser tolerados, que sus causas pueden resolverse, que la experiencia negativa tiene un comienzo y un final, y que uno puede volver a recuperar un estado afectivo más positivo. Así mismo, el bebé también aprende a confiar en el otro y desarrolla la capacidad de ser ayudado en caso de necesitarlo.

La participación de un cuidador también es esencial para ayudar al bebé a mantener y elaborar los efectos positivos de interés y alegría necesarios para conservar cualquier esfuerzo continuo. Debe involucrarse permitiendo que el bebé experimente sus intereses y, también, ofrecerle el apoyo adecuado cuando observe que este pueda estar experimentando un excesivo nivel de frustración, lo cual puede llegar a generar que el bebé se desanime y acabe por abandonar la tarea. Este tipo de interacciones fomentarán en el bebé una actitud optimista de “¡yo puedo hacer las cosas!” o “mis intereses le importan a los demás”.

Por el contrario, si el cuidador no se muestra como una figura facilitadora o se presenta como un agente que genera frustración en el niño, el bebé restringirá sus intereses o abandonará la tarea. Cuando esta experiencia se cronifica en el tiempo, puede

llegar a generar en el niño la experiencia de: “mis intereses no son importantes” o “nada de lo que hago funciona”.

B. Organización psíquica. Demos nos explica que Tomkins considera que todo nuevo aprendizaje tiene que ocurrir en un estado consciente para que tenga sentido para el organismo, es decir, debe ser registrado en la experiencia subjetiva. Solo de esta manera se podría procesar, dar significado y comparar con los significados pasados, presentes o futuros. La conciencia funciona como un sistema dinámico que busca coherencia organizacional. Su capacidad está limitada, ya que se desbordaría si tuviera que ser consciente de todo lo que está sucediendo dentro del organismo.

Desde la teoría propuesta por Tomkins, los afectos tienen una función amplificadora diseñada para llamar la atención en esta competición por la conciencia; al tiempo que contiene información cualitativa, motivando y dando forma a nuestras respuestas.

Teniendo en cuenta ambas funciones básicas, el organismo debe ser capaz de alcanzar un nivel básico de regularidad y estabilidad organizacional, que pueda proporcionar el trasfondo en el que se perciban y se reconozcan los cambios en las unidades coherentes. Ello se puede lograr en las primeras semanas de vida entre un recién nacido que funciona bien y un cuidador receptivo (Sander, 1975). Tanto el bebé como el cuidador contribuyen facilitando o dificultando esta regularidad, a través de una dinámica de transacciones recíprocas que requieren regulaciones mutuas y adaptaciones de ambos participantes.

(2) La necesidad de ser un agente activo para lograr los objetivos deseados

Capacidad de agencia. En los experimentos de DeCasper y Carstens (1981) y en el de Blass et al. (1984), a los que hemos aludido anteriormente, cuando se comparaban los resultados de los bebés condicionados con los resultados del grupo de control, en los que no existía correlación entre la recompensa y el comportamiento del bebé, se revelaba una clara preferencia del recién nacido por ser un agente activo a la hora de producir el resultado esperado.

La autora explora el tiempo y el contenido de las respuestas del cuidador para demostrar algunas de las complejidades involucradas, utilizando la secuencia afectiva AIM del proceso psíquico. Esto es, imaginemos un bebé levemente angustiado, lloriqueando y agitándose, que lentamente comienza a llorar de forma rítmica y con más inquietud mirando a su alrededor. En esta secuencia, el bebé se dará cuenta de un estado *afectivo* angustiado (A), experimentará una *intención* de terminarlo o disminuirlo (I), y comenzará a *movilizar* (M) esfuerzos para lograr ese objetivo.

Cuando el cuidador interviene en el momento adecuado y es capaz de sintonizar con las necesidades del bebé, este experimentará un reconocimiento y una validación de su propia iniciativa, así como una realización de la meta. Esto mejorará el uso por parte del bebé de señales internas y objetivos autogenerados como marco de referencia para los planes y acciones futuras.

Cuando el cuidador interviene demasiado pronto, antes de que surjan los procesos psicológicos de la AIM, el bebé recibe un remedio antes de experimentar cualquier conciencia afectiva de un problema y de tener la conciencia de la necesidad de movilizar

una respuesta, lo que supone una experiencia pasiva para el bebé. La respuesta del cuidador se experimenta como si saliera de la nada o no estuviera relacionada con las señales o la agencia del bebé.

Por último, cuando el cuidador interviene demasiado tarde, permitiendo que el malestar se acumule a una intensidad alta, el proceso de la AIM se verá interrumpido por el nivel no-óptimo de afecto negativo.

Demos informa de que conocer el momento en que es más efectivo ayudar al bebé, y hacer coincidir este apoyo con la especificidad de la meta de este, es crucial para fomentar la experiencia de agencia en el bebé. Aquí se podría observar cierto paralelismo con lo que ocurre en el proceso terapéutico entre paciente y terapeuta.

Las capacidades de los cuidadores para responder de manera óptima implican muchas variables. Primero, deben ser capaces de percibir a su bebé como un agente autónomo versus un ser completamente indefenso y, por lo tanto, no intervenir demasiado pronto, anticipando todas las necesidades del bebé. En segundo lugar, deben valorar las iniciativas específicas del bebé, sin percibirlos como incapaces o sentir a este nuevo agente como una amenaza a su autoridad convirtiendo todas las interacciones en batallas sobre quién es el que manda. Por último, este reconocimiento de la capacidad de agencia del bebé debe equilibrarse con una percepción realista de sus limitaciones de autorregulación, para no sobreestimar esas capacidades y abandonar al bebé en estados que pudieran ser abrumadores.

Todo lo dicho anteriormente implica poder juzgar el nivel de frustración óptima que puede gestionar el bebé, además de ser capaz de tolerar el torpe esfuerzo del bebé por dominarla, sin volverse intrusivo, enfadado o despectivo, y de ese modo evocar afectos de miedo, rabia o vergüenza indebidos en el bebé. La autora refiere que, para obtener resultados óptimos, los cuidadores deben reconocer a sus bebés y adaptar sus propias habilidades, paciencia, autoconciencia, juicio, contención y empatía a las particularidades de ese pequeño ser único.

También se presta atención al contenido de la respuesta del cuidador. Es decir, si el bebé se encuentra realizando una tarea que le presenta cierto desafío, no pudiendo ejecutar completamente el plan, y comienza a expresar una leve frustración. La respuesta del cuidador en estos momentos puede tener un significado positivo o negativo para el bebé:

- Facilitar los esfuerzos del bebé, probablemente mejorará el interés y la persistencia de este.
- Irritarse, ser punitivo o ignorar las inquietudes del bebé, probablemente conducirá a que este se sienta más frustrado y/o angustiado y abandone la tarea.

El primer ejemplo es una secuencia positiva-negativa-positiva (interés/frustración por no poder explorar los intereses, y recibir ayuda para seguir intentando); y el segundo es positivo-negativo-negativo (interés/frustración que recibe aumento de frustración o angustia).

La respuesta del cuidador puede determinar el significado motivacional de toda la secuencia para el bebé, o lo que es lo mismo, qué esperar cuando uno experimenta un estado afectivo particular en un contexto e intenta llevar a cabo las intenciones y las acciones para conseguir una adaptación a ese contexto. La secuencia afectiva positiva-negativa-positiva mejora la experiencia de la agencia y efectividad del bebé.

Cuando las cosas van bien, el bebé continúa desarrollando una fuerte agencia dirigida hacia el interior, con estados internos coherentes y estables. Pero cada vez que surgen nuevos comportamientos en el bebé, se requiere el establecimiento de un nuevo compromiso entre el bebé y su cuidador, que podría producir un desajuste y poner en riesgo la coherencia y mutualidad internas.

El enfoque propuesto por la autora supone una renuncia a las nociones previas sobre objetivos, etapas o resultados predeterminados. Enfatiza que las variaciones idiosincrásicas son la regla, por lo que, los estudios de casos longitudinales sobre la aparición de nuevos comportamientos y organizaciones se convierten en la metodología preferida.

Estudios longitudinales. Demos presenta el caso de dos niñas, Cathy y Donna, que fueron grabadas en video durante un periodo de dos años en sus entornos familiares. Utiliza los datos obtenidos en la observación, para ilustrar el desarrollo gradual de las habilidades infantiles para mantener estados de afecto cohesivos y el sentido de agencia, en el contexto de las diversas interacciones con el entorno y la familia.

Parte II: revisión crítica de las teorías psicoanalíticas de la motivación, la integración de la neurociencia actual y la teoría integral de los afectos de Silvan Tomkins

La autora revisa los debates actuales en psicoanálisis relacionados con la motivación y no encuentra una teoría internamente consistente satisfactoria. Realiza una breve revisión del cúmulo de ideas y problemas no resueltos planteados por Freud sobre la relación del afecto con la pulsión y la psicopatología. A continuación, presenta la teoría de los afectos y la teoría del guion de Silvan Tomkins.

Freud (1895/2001) se topó con las limitaciones de la ciencia de su época para demostrar las bases neurológicas de la motivación del comportamiento humano de sus teorías. Consideraba que había una cualidad distintiva en los afectos, así como un aspecto cuantitativo que, de alguna manera, producía la experiencia consciente de impulso. Pero no pudo separar los fenómenos afectivos de su formulación de los impulsos instintivos, que en aquella época se consideraba que gobernaban nuestro aparato mental.

En opinión de Demos, a la luz de los nuevos avances en neurociencia, se considera necesaria una reformulación de la teoría del afecto propuesta por Freud. Desde su punto de vista, la pulsión y los impulsos no pueden seguir siendo considerados la fuente de la motivación humana.

Se propone la aceptación de la teoría de los afectos de Silvan Tomkins como un reemplazo de la teoría pulsional dual de Freud. Así mismo, la autora refiere que pocos clínicos han comprendido en la actualidad la originalidad, el alcance y las implicaciones dinámicas derivadas de la teoría de Tomkins.

Teoría integral de los afectos de Silvan Tomkins

Tomkins (1962, 1963a) define los afectos como un conjunto organizado de respuestas musculares distribuidas en todo el cuerpo y especialmente en el rostro. Implican cambios en el flujo sanguíneo, la respiración, la vocalización y las glándulas endocrinas. Todas estas alteraciones generan una retroalimentación que se experimenta como positiva o negativa. Se expone que, para cada afecto distinto, existen programas específicos almacenados en centros subcorticales que forman parte de nuestra herencia genética (un bebé no tiene que aprender a llorar tras asustarse al escuchar un ruido intenso).

Tomkins considera que, en el afecto, el rostro presenta mayor importancia que las vísceras. Argumenta varias razones: en primer lugar, la cara responde más rápido y con más precisión que las vísceras, que serían más lentas. En segundo lugar, el rostro no solo retroalimenta al Yo, sino que también permite comunicarse con los demás, mandando señales que puede ser observadas e interpretadas por el otro.

Demos nos explica que para Tomkins la gran distinción entre el sistema de los afectos y el de los impulsos radica en la capacidad que tienen los primeros en generar una mayor complejidad y libertad tanto estructural como temporal. Esta cualidad permite que la relación entre el afecto y su objeto no esté limitada a su objetivo o en el tiempo. Así mismo, a diferencia de los impulsos que tienden a incrementar su intensidad para ser satisfechos, los afectos pueden variar su intensidad aumentándola o disminuyéndola.

También expone que las distintas emociones son resultado de diferentes tasas de descarga neuronal en la corteza, que tienen tres patrones básicos:

- El aumento de la estimulación: cualquier estímulo con un inicio relativamente repentino y un fuerte aumento en la tasa de activación neuronal activará, de forma innata, una respuesta de sobresalto. Si la tasa de activación neuronal aumenta menos rápidamente, se activa el miedo, y si aún es menos rápida, entonces el interés será activado de forma innata.
- El nivel de estimulación: cualquier aumento sostenido en el nivel de disparo neuronal. La presencia de un ruido fuerte continuo, activaría de forma innata el grito de angustia. Si fuera sostenido y aún más fuerte, activaría de forma innata la respuesta de ira.
- La disminución de la estimulación: cualquier disminución repentina en la estimulación que reduzca la tasa de activación neuronal. En la reducción repentina de un ruido excesivo, se activaría de forma innata la sonrisa gratificante.

Desde esta teoría, el afecto realiza múltiples funciones vitales, ensamblado con otros mecanismos vitales. Funciona en virtud de tres características principales:

- Urgencia: los afectos amplifican la urgencia de cualquier mecanismo con el que se ensamblen.
- Abstracción: son persistentes de una manera abstracta. Lo que importa es si aumentan rápidamente, disminuyen rápidamente o han aumentado demasiado. En general

el afecto es capaz de combinarse de un modo flexible con otros mecanismos a los que puede impregnar, lo que hace que su abstracción sea más particular y concreta (por ejemplo, para que algo que pasa demasiado rápido se convierta en la experiencia de un coche que llega a toda velocidad y es aterrador).

- Generalidad: capacidad de transformación o grados de libertad, todo o lo que permite una gran flexibilidad de co-ensamblaje con otros mecanismos.

A continuación, Demos pasa a describirnos los nueve afectos básicos e innatos que propuso Tomkins. Cada uno de ellos se denomina en su forma débil y fuerte.

Sorpresa/sobresalto. El sobresalto produce una sacudida repentina en el cuerpo que amplifica tanto la aparición repentina como la disminución del estímulo. La función del sobresalto interrumpe todos los demás procesos llamando la atención a lo que acaba de suceder.

La sorpresa es un poco menos repentina, y cualquier otro afecto puede venir después. Por ejemplo, experimentar un toque repentino en el hombro puede provocar sorpresa: si la persona que toca el hombro es conocida, podría provocar interés; pero si en cambio se trata de un policía, uno podría sobresaltarse.

Miedo/terror. El miedo y/o el terror se activan por cualquier amenaza para la persona (por ejemplo, un coche que se acerca rápidamente) o por una amplia variedad de cambios rápidos internos (por ejemplo, un dolor agudo). El miedo/terror sostenido es tóxico, como cuando tiene lugar una experiencia traumática.

El miedo/terror también puede activarse por cualquier aumento rápido en el procesamiento del pensamiento, ya sea por un evento externo o por un recuerdo perturbador.

Interés/ excitación. El interés/excitación se activa por cualquier fuente creciente de la densidad de la activación neuronal, pero la tasa de aumento es más lenta que en el miedo o en el sobresalto. La experiencia de la emoción puede ser lo suficientemente intensa como para amplificar las sensaciones como, por ejemplo, durante las relaciones sexuales o el deporte; pero también es capaz de una amplificación más gradual y flexible para combinarse con actividades cognitivas. Todo aprendizaje depende de la amplificación motivacional sostenida del afecto de interés/excitación.

Sufrimiento/ angustia. El sufrimiento/angustia se activa por un nivel sostenido y no-óptimo de densidad neuronal. Existe una amplia variedad de fuentes, tanto internas como externas, que pueden desencadenar el lloro de angustia (por ejemplo, un dolor persistente, el hambre o una pérdida significativa). La capacidad aprendida para tolerar la angustia le permite a una persona participar en la resolución de problemas a corto o largo plazo cuando sea necesario y buscar ayuda, sin ir acompañado de una vergüenza/humillación indebida.

Enfado/ira. El enfado/ira es el único afecto que se activa por una fuente continua de estimulación neuronal no-óptima, pero a un nivel de estimulación más alto que la angustia. Si los focos de angustia continúan sin alivio durante un periodo de tiempo, se simularán y alcanzarán un nivel suficiente para activar la ira.

La función de la ira es aumentar la urgencia sobre lo que está sucediendo creando la sensación de “es demasiado”, comunicando la urgencia para intervenir tanto a uno mismo como a los demás.

Dado el contagio general de todos los afectos, combinado con la intensidad de las respuestas de enfado que aumentan el potencial de acciones destructivas, cada sociedad tiene reglas y leyes estrictas sobre la necesidad de controlar la expresión de la ira. En contextos rígidos y normativos, los adultos pueden experimentar cualquier expresión de enfado como insubordinación y no ser tolerada, pudiendo llegar a ser severamente castigada. Por el contrario, en ambientes menos rígidos y humanistas, es probable que la ira de un niño sea tolerada y entendida como una expresión de protesta y se ayude al niño a hacer frente a las fuentes de su ira, lo que tiende a mejorar la capacidad de modular este afecto.

Disfrute/alegría. El disfrute/ alegría es el único afecto que se activa mediante una reducción de la densidad de la activación neuronal. La disminución de cualquier fuente de estimulación tiene que ser lo suficientemente fuerte como para que ocurra la alegría. Si la disminución de la densidad de la activación neuronal es demasiado gradual, provoca indiferencia.

Vergüenza. La formulación de la vergüenza en Tomkins es considerada como un auxiliar del interés/excitación. El activador innato de la vergüenza es la reducción incompleta del interés o la emoción. Funciona como un inhibidor específico de uno o de ambos afectos. Su activación dificulta la continuación del interés o la excitación. En la vergüenza la persona desea reconectarse con el otro, recuperar la relación antes de que la situación se vuelva problemática. Se trata de una respuesta filiativa, donde el otro es alguien a quien se valora y estima. Sin la existencia tal relación positiva con el otro, una persona no sentiría vergüenza de sus pensamientos y/o acciones.

Repugnancia y asco. El disgusto y el asco son respuestas defensivas innatas relacionadas con el hambre, la sed y el tomar aire. Si algo huele mal, el labio superior y la nariz se elevan y la cabeza se retira del olor desagradable. O cuando uno ingiere un alimento en mal estado experimentará asco, lo que puede provocar náuseas o vómitos. Si dichas respuestas solo se limitaran a estas funciones, entonces no se definirían como afectos. Sin embargo, Tomkins describe su estatus como único, porque también funcionan como señales para los demás, así como para generar el sentimiento de rechazo y repulsión.

El asco y el desprecio hacia los demás o hacia uno mismo es más probable que se aprendan y sean aceptables en familias o sociedades ordenadas jerárquicamente. Cuando a través del proceso de socialización, el desprecio y el asco se combinan con la ira, el resultado es la experiencia de percibir al otro como alguien cuya existencia no es tolerable.

En la teoría del afecto propuesta por Tomkins, el afecto funciona como un amplificador analógico de diferentes patrones de estimulación que afectan al organismo. Dicho organismo está compuesto por un conjunto de respuestas corporales que incluyen a los músculos faciales, a los músculos respiratorios, a los cambios en el flujo sanguíneo y a una mayor receptividad de la piel, entre otras respuestas autónomas. Estas respuestas combinan la urgencia, la abstracción y la generalidad para que se experimente un estado afectivo cualitativo de la experiencia, el cual está diseñado para generar una conciencia

sobre lo que está sucediendo e informar al organismo para modelar y facilitar una respuesta adecuada.

Teoría de la polaridad de Tomkins

Tomkins (1963b) también propuso la teoría de la polaridad, a través de la cual describió las diferencias derivadas de la socialización del afecto en la infancia. Definió, como humanista, una socialización donde los afectos del niño son aceptados y orientados hacia la comprensión y la resolución de problemas, frente a una socialización normativa, donde la obediencia a una norma de comportamiento es la máxima prioridad.

Estas diferencias en la socialización implican diferencias en cuanto a la tolerancia o intolerancia a la hora de experimentar los afectos básicos por parte de los individuos, lo que a su vez afecta a la manera positiva o negativa que tiene la persona de valorarse así misma y a los demás.

Teoría del guion de Silvan Tomkins. Una teoría de la personalidad

La autora nos presenta los aspectos fundamentales de la teoría del guion de Tomkins (1991). El concepto de escena hace referencia a la unidad básica de experiencia. Una escena estaría compuesta por estímulo-afecto-respuesta. Las escenas similares se van agrupando generando patrones y reglas, a los que se les denomina guiones. La función de los distintos guiones es la interpretación, evaluación, predicción y control de las escenas.

Tomkins propuso varios tipos de guiones y describió distintos tipos de organizaciones y reglas para dichos guiones. Posteriormente se daría cuenta de que esas organizaciones encajaban con cada uno de los principales afectos básicos que había propuesto anteriormente. A continuación, se realiza una descripción de cada uno de estos principales guiones afectivos.

Guiones prósperos. Tratan sobre los afectos positivos del disfrute/alegría e interés/emoción. La persona no tiene que intentar minimizar el afecto negativo ni maximizar el afecto positivo para lograr un equilibrio estable óptimo. Se debe intentar hacer un uso equitativo de todas las funciones (pensar, sentir, recordar, actuar, etc.) para extraer el afecto positivo de las máximas fuentes posibles (familia, amigos, trabajo, ocio, etc.). Centrarse en un solo aspecto puede poner en peligro este equilibrio (por ejemplo, centrarse exclusivamente en el trabajo). Cuando se ha establecido un equilibrio sólido de afecto positivo, pueden converger muchas fuentes de afecto positivo, lo que aumenta la ampliación de un guion próspero.

Guiones de reparación de daños. Tienen que ver con el afecto de la vergüenza. Como ya se ha explicado anteriormente, Tomkins entiende la vergüenza como un afecto auxiliar que desencadena la inhibición de la alegría o el disfrute, lo que genera una reducción incompleta de estos afectos positivos. Este guion depende de las variaciones de las fuentes innatas y aprendidas de la reducción incompleta del afecto positivo.

Un entorno familiar que enfatice la incompetencia infantil, donde el niño sienta que está decepcionando a la figura parental, puede ser generador de escenas vergonzosas y se tiende a generar un guion de reparación de daños. En general, aunque la proporción de afecto positivo-negativo esté sesgada hacia lo positivo, existe la preocupación de si el

comportamiento de uno será considerado como no del todo correcto. No obstante, tras esta preocupación, sigue habiendo una experiencia de ser aceptado.

Guiones de corrección de limitaciones. Están impulsados por el afecto de la angustia, que es el principal afecto del sufrimiento humano. Surgen cuando se presentan problemas en la vida de una persona y esta los enfrenta desarrollando habilidades instrumentales y estrategias para remediarlos. Para que pueda producirse, es necesario que la persona haya desarrollado cierta capacidad para tolerar la angustia. Este tipo de guiones tienen que ver con escenas de afecto negativo, que intentan transformarse en escenas de afecto positivo.

Guiones de descontaminación. Se basan en el afecto del asco y tratan de escenas que generan ambivalencia. Nos movemos en la dirección de un equilibrio menos favorable entre los afectos positivos-negativos. Tienen que ver con escenas que en algún momento fueron placenteras pero se han contaminado o estropeado. La experiencia contaminada debe ser eliminada o descontaminada. Estos guiones generan una estrategia polarizada donde existe una secuencia idealizada seguida del desencanto. Las personas atrapadas en este tipo de guion buscan continuamente la situación idílica pasada que nunca existió, para refugiarse de un presente en el que se ven a sí mismos como menos valiosos de lo que fueron en el pasado.

Guiones antitóxicos. Son impulsados por los afectos del terror, la ira y el disgusto. El objetivo es proteger a la psique de cualquier situación, relación o pensamiento tóxico e intolerable que pueda abrumarla. La hipervigilancia se maximiza porque el costo de llegar a experimentar estos afectos es demasiado alto. Tratan de escenas que pueden involucrar abuso o maltrato generadoras de experiencias traumáticas que alteran el sentido del mundo. Tales estados abruman la capacidad de la mente para permanecer coherente, y la hacen incapaz de producir acciones efectivas.

En la descripción de estos guiones se ha seguido un orden, comenzado con los guiones de afecto positivo pasando posteriormente a guiones que tratan cada vez más con afectos negativos. Demos explica que este ordenamiento tiene un sentido y de él se derivan implicaciones clínicas. Durante el tratamiento, el paciente se moverá a la secuencia de comandos más cercana en cualquier dirección, es decir, si una persona está viviendo con un guion antitóxico podrá avanzar hacia el suicidio o hacia un guion de descontaminación primero, y solo después hacia un guion de corrección de limitaciones, para pasar finalmente por un proceso de duelo. La dirección hacia la que la persona finalmente se mueva dependerá en cierta medida del equilibrio anterior en su vida entre los efectos positivos y negativos.

Para la autora, la teoría de guiones formulada por Tomkins significa un enorme avance en la comprensión de cómo se organizan nuestras experiencias afectivas momentáneas mediante el proceso de ampliación en guiones vinculantes a través del tiempo.

La teoría de los afectos de Tomkins, combinada con su teoría del guion, proporciona una forma sistemática de comprender la individualidad y la especificidad de la experiencia. Desde esta perspectiva cualquier momento afectivo es breve y, para que sea duradero y significativo, debe vincularse con otros momentos percibidos por el individuo como similares. Este proceso lleva a la formación de guiones que son vinculantes.

Parte III. Presentación de dos casos

Caso clínico: Sra. L

La autora realiza una revisión del concepto de compulsión a la repetición desde la perspectiva psicoanalítica. A continuación, describe las implicaciones clínicas del guion de descontaminación propuesto por Tomkins. Argumenta que la descripción de este guion ofrece una manera de entender lo que ocurre dinámicamente en la compulsión a la repetición. Finalmente presenta un caso clínico del tratamiento de una mujer que sufre un guion de descontaminación.

La autora explica que, en la formulación de Tomkins, una persona atrapada en una compulsión a la repetición es incapaz de llorar la pérdida de una relación con un objeto idealizado (que nunca fue tan bueno) a través de repetidos intentos infructuosos de vincularse a este objeto, experimentando una sensación igualmente exagerada sobre sí misma como indigna de atención. Esto puede conllevar la generación de un guion de descontaminación.

Tomkins describió el guion de descontaminación como una "combinación *de codicia y cobardía*" (Demos, 1995, p. 381), adoptando una estrategia de maximización-minimización. Este guion busca la purificación, uniéndose a una bondad exagerada para minimizar el riesgo de sentir un afecto de repugnancia por no cumplir con unas demandas imposibles, una falla que contiene dentro de sí una sensación exagerada de ser alguien totalmente inadecuado e indigno de ser amado. La codicia involucra una fantasía grandiosa de una unión perfecta con un objeto bueno idealizado (no un perpetrador), en la creencia de poder así escapar del dolor de tal sufrimiento a través de unas expectativas poco realistas. La cobardía, a su vez, incita a imaginar que sería imposible enfrentar las fallas, las deficiencias y las limitaciones exageradas de uno. Ambos extremos de esta polaridad entre la bondad del otro y del fracaso de uno, deben estar presentes y exagerados para que la repetición se vuelva compulsiva.

La formación de este guion se iniciaría con experiencias tempranas, donde la bondad exagerada de los padres seduce al niño y se combina con la intolerancia de estos respecto a cualquier comportamiento que no valide dicha bondad, exagerando las deficiencias y fallas del niño, a quien no se le permite desobedecer o expresar enfado. Este tipo de experiencias deja al niño aislado tratando de dar sentido a estas situaciones confusas.

Se entiende que un niño pequeño no puede evaluar con precisión las acciones de los padres, la valoración sobre los juicios negativos de sus propios comportamientos o las supuestas cualidades buenas de los padres. Con el tiempo, llega a creer que la valoración de sus padres sobre sus fracasos (que son exagerados) debe ser cierta, confirmándose así sus propias experiencias afectivas de debilidad, dependencia, indefensión, confusión, etc. El niño llega a creer que es la fuente de todos los eventos negativos, una realidad imposible de soportar, por lo que la fantasía de descontaminación de unirse con el objeto bueno se afianza, negando la propia realidad y las necesidades de dependencia.

El caso que presenta Demos describe la dolorosa lucha de una joven para desprenderse de un mito familiar, elaborando sus sentimientos dolorosos y aprendiendo a confiar en su propia experiencia, aceptando sus propias necesidades y evitando incorporar los patrones defensivos de sus padres.

La Sra. L estaba desconectada de sus propias necesidades emocionales y de la realidad de su situación familiar. Sus únicas opciones parecían ser identificarse con un padre violento y aterrador, pero exitoso e idealizado, que huía de sus necesidades emocionales a través del trabajo duro, o con una madre deprimida y disfuncional.

La Sra. L a los 8 años tuvo que hacerse cargo del cuidado de sus dos hermanos pequeños, debido a que su madre experimentó una profunda depresión que la invalidaba para ejercer sus responsabilidades como madre, situación que fue negada por toda la familia. La Sra. L fue seducida al asignársele un papel de comadre, exagerando así su rol e importancia, pero al mismo tiempo, no hubo ningún reconocimiento de esta abdicación de la responsabilidad parental.

El mundo interno de la Sra. L estaba totalmente polarizado. Durante sus años escolares, se identificó con la figura idealizada paterna superando los cursos a través de un gran esfuerzo y dedicación. Pero cuando su sentido grandioso de sus propias capacidades comenzó a desmoronarse durante sus estudios universitarios, por no poder afrontar el aumento de dificultad, comenzó a sentir que era una persona perezosa, inútil y mala. Esta identidad negativa se potenció a través de conductas compulsivas a través del alcohol, encuentros sexuales y conductas suicidas.

Caso longitudinal. Eric

Para conceptualizar el caso se comienza describiendo las implicaciones de experimentar una situación traumática, para después pasar a describir la formación de un guion antitóxico.

Para Demos una experiencia traumática presenta un ataque contra los dos elementos básicos en la vida de una persona: la capacidad de cada uno para dar sentido al mundo (coherencia interna) y la capacidad de ser un agente eficaz a la hora de generar efectos propios (agencia). Tras el trauma, la vida nunca vuelve a ser la misma, ya que tal evento abruma la capacidad de la psique para funcionar de una manera correcta, evocando estados afectivos tóxicos de terror y miedo. El desarrollo de un guion antitóxico tendría la función de proteger a la psique para evitar experimentar estos afectos negativos.

A continuación, Demos presenta un caso sobre la generación de un guion antitóxico en la infancia de un niño y sus implicaciones hasta alcanzar la vida adulta. Se trata de un caso extraído del estudio longitudinal Denver-Boston. Este caso contiene muchos detalles de la vida temprana del niño, que incluyen visitas domiciliarias, pruebas proyectivas en varios momentos de la infancia y dos contactos en la edad adulta que incluyen tanto entrevistas como nuevas pruebas proyectivas.

Eric presenta desde su nacimiento una constitución saludable, parece tener un sistema nervioso bien organizado. La forma en la que la madre cría su hijo se hace evidente desde el principio y está llena de contradicciones. Alterna comportamientos intrusivos, poco empáticos y provocadores, con otros cálidos, cariñosos y confortables. La madre a menudo interpreta mal las señales y necesidades de su hijo: despierta al niño cuando él se encuentra en un sueño profundo para darle un baño, le da de comer cuando no tiene hambre, le da azotes y lo zarandea cuando está tranquilo, haciéndolo llorar... En ocasiones lo toma entre sus brazos ante el más mínimo gemido acunándolo durante horas, mientras que en otras ignora su llanto durante horas. A los 5 meses, Eric es incapaz de conciliar el sueño por sí solo y su madre lo lleva con ella a su cama todas las noches.

El estilo de crianza del padre es más estable, consistente, paciente y responde a las señales de Eric con menos proyección y ansiedad que la madre. El padre se siente orgulloso de su hijo, disfruta interactuando con él y se dedica a enseñarle a no tener miedo. A su vez, es estricto, no tolera la desobediencia y es propenso a castigar con ira y dureza. Alrededor de los 7 meses, cuando Eric se levanta para ponerse de pie y la madre dice que Eric tiene miedo de caerse, el padre se enorgullece de enseñarle a su hijo a no tener miedo desenganchando sus manos del costado del corralito y empujándolo hacia abajo. Durante los primeros años, el padre no está contento con el método que la madre ha establecido para dormir al niño y periódicamente interviene con fuerza al insistir en que el bebé permanezca en la cuna y lllore durante horas.

A medida que Eric comienza a ser más activo y a interesarse más en el mundo en general, las limitaciones de los padres se vuelven más evidentes. La madre responde a su creciente movilidad manteniéndolo en el corralito sin juguetes durante horas. Cuando está fuera del corralito y no puede controlar su comportamiento, ella se burla, le regaña, grita y golpea. Progresivamente Eric desarrolla la capacidad de ignorarla y continuar en la actividad en la que se vea involucrado. Hay una preferencia hacia el padre, al que saluda con entusiasmo y placer cuando este llega a casa, queriendo pasar tiempo con él y llorando cuando este se va. Durante este período, el padre insiste en que Eric duerma en la cuna y, en una ocasión, se describe que arrojó violentamente a Eric a la cuna y luego se sintió tan mal que al día siguiente le compró un juguete nuevo. Además, poco después de esto hay un episodio en el que el padre azota a Eric por gatear detrás de una estufa y Eric se queda detrás de la estufa y gritando a modo de protesta. Se interpreta la protesta de Eric como expresión de sentimientos de enfado y dolor frente a lo que puede estar experimentando como una traición por parte de su padre hacia él.

En las evaluaciones clínicas se observa cómo el juego de fantasía no está disponible para Eric, restringe sus intereses y afectos, no puede anticipar eventos positivos y presenta dificultades a la hora de vincularse en las relaciones interpersonales. Las defensas e inhibiciones que se van desarrollando son todos aspectos de un guion antitóxico.

Debido a los cuidados maternos ambivalentes, Eric presenta un comportamiento donde predominan las estrategias de precaución, demora y vacilación hasta que puede determinar en qué tipo de escena se encuentra (positiva o negativa). Su padre es mucho más consistente y efectivo a la hora de administrar disciplina, por lo que los esfuerzos de Eric se centran principalmente en el cumplimiento de los mandatos paternos y el desarrollo de estrategias de evitación, estas son características de los guiones antitóxicos.

Pese a que la infancia de Eric tuvo lugar en unas condiciones poco adecuadas de cuidado y contención emocional, teniendo como consecuencia el desarrollo de un guion antitóxico que lo acompañará en todo su desarrollo hasta la vida adulta, generando restricciones emocionales que le impiden recordar acontecimientos traumáticos experimentados en el pasado, dificultad en las interacciones interpersonales, ansiedad frente a situaciones nuevas o someterse a algún tipo de evaluación (por ejemplo, exámenes o test psicológicos) entre otros, Eric consigue hacer un buen uso de otros entornos receptivos adecuados y saludables (sesiones de juego en las observaciones clínicas del estudio longitudinal, escuela, equipo deportivo, trabajo...) lo que contribuirá a contrarrestar las deficiencias parentales y lo ayudará a buscar fuentes de afecto positivo; esto le ayudó a conseguir un desarrollo óptimo que le permitió desenvolverse

adecuadamente en su vida adulta, consiguiendo un buen trabajo como investigador en la universidad y formar una familia.

Comentario final

Virginia Demos se encuentra en una posición privilegiada para transmitir las teorías propuestas por Silvan Tomkins sobre los afectos y motivaciones que guían el comportamiento humano, debido a la estrecha relación de amistad que mantuvieron durante 20 años y el interés que ambos mostraron por el estudio de los afectos en sus trabajos.

En su libro presenta la propuesta teórica de Tomkins de una manera completa y elaborada. A través de un abundante material de casos, articula la teoría y la práctica clínica, lo que ayuda a poder comprender algunas propuestas del autor que pueden ser de difícil comprensión para aquellos que no estén familiarizados con sus teorías.

Estamos de acuerdo con la autora al considerar al ser humano como un ser activo desde el nacimiento, equipado con una capacidad básica y útil para asegurar intercambios de vital importancia entre él y sus cuidadores, donde las expresiones faciales y vocales pueden desempeñar un papel fundamental en estas primeras interacciones y a lo largo del desarrollo vital de la persona.

El trabajo de Tomkins sobre los afectos ha impulsado gran cantidad de trabajos y estudios posteriores, lo que ha generado fuertes polémicas respecto al número de afectos considerados básicos, sin que hoy en día se haya logrado un consenso.

Para finalizar, consideramos que la teoría del guion de Tomkins puede ayudarnos como clínicos a la hora de prestar atención a la forma particular en que cada persona organiza sus experiencias en guiones basados en los distintos afectos. Cuanto mejor se comprenda las diferentes cualidades y peligros de cada afecto negativo, así como los significados que generan y la variedad de formas en que pueden organizarse y manifestarse en guiones estables a través del tiempo, más efectivo podrá ser el tratamiento.

Referencias

- Bertalanffy, L. (1952). *Problems of life: An evaluation of modern biological thought*. Londres, Reino Unido: Watts.
- Blass, E. M., Ganchrow, J. R. y Steiner, J. E. (1984). Classical conditioning in newborn humans 2-48 hours of age. *Infant Behaviour and Development*, 7, 223-235.
- DeCasper, A. A. y Carstens, A. L. (1981). Contingencies of stimulation: Effects on learning and emotion in neonatos. *Infant Behavior and Development*, 4, 19-35.
- Demos, E. V. (Ed). (1995). *Exploring affect: The selected writings of Silvan Tomkins*. Cambridge, Reino Unido: Cambridge University Press.
- Freud, S. (2001). Project for a scientific psychology. En J. Strachey (Ed.), *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud* (Vol. 1) (pp. 283-387). Londres, Reino Unido: Vintage. (Obra original publicada en 1895).
- Sander, L. (1975). Infant and the caretaking environment: Investigation and conceptualization of adaptive behavior a system of increasing complexity. En E. J.

- Anthony (Ed.), *Explorations in Child Psychiatry* (pp. 129-166). Nueva York, Estados Unidos: Plenum Press.
- Thelen, E. (1984). Learning to walk: Ecological demands and phylogenetic constraints. En L. P. Lipsett (Ed.), *Advances in Infancy Research* (Vol. 3) (pp. 213-250). Norwood, Estados Unidos: Ablex,
- Thelen, E. (1986). Treadmill-elicited stepping in seven-month-old infants. *Child Development*, 54, 1498-1506.
- Thelen, E. y Smith, L. B. (1994). *A dynamic systems approach to the development of cognition and action*. Cambridge, Estados Unidos: MIT Press.
- Thelen, E., Ulrich, B. y Niles, D. (1987). Bilateral co-ordination in human infants: Stepping on a splitbelt treadmill. *Journal of Experimental Psychology: Human Perception and Performance*, 13, 404-410.
- Tomkins, S. S. (1962). *Affect, imagery, consciousness*, (Vol. I): *The positive affects*. Nueva York, Estados Unidos: Springer.
- Tomkins, S. S. (1963a). *Affect, imagery, consciousness*, (Vol. II): *The negative affects*. Nueva York, Estados Unidos: Springer.
- Tomkins, S. S. (1963b). The right and the left: A basic dimension of ideology and personality. En R. W. White (Ed.), *The Study of Lives* (pp. 389-411). Nueva York, Estados Unidos: Atherton.
- Tomkins, S. S. (1991). *Affect, imagery, consciousness* (Vol. III): *The negative affects: Anger and fear*. Nueva York, Estados Unidos: Springer.