

Carlos Pitillas
Ana Berástegui

Primera alianza

Fortalecer y reparar los vínculos tempranos

Prólogo de Jorge Barudy



RESILIENCIA

gedisa
editorial

Carlos Pitillas Salvá
y Ana Berástegui Pedro-Viejo

*Primera Alianza:
Fortalecer y reparar
los vínculos tempranos*

Colección
Psicología/Resiliencia

Editorial Gedisa

RESILIENCIA

La *resiliencia* designa la capacidad humana de superar traumas y heridas. Las experiencias de huérfanos, niños maltratados o abandonados, víctimas de guerras o catástrofes naturales, han permitido constatar que las personas no quedan encadenadas a los traumas toda la vida, sino que cuentan con un antídoto: la resiliencia. No es una receta de felicidad, sino una actitud vital positiva que estimula a reparar daños sufridos, convirtiéndolos, a veces, hasta en obras de arte.

Pero la resiliencia difícilmente puede brotar en la soledad. La confianza y solidaridad de otros, ya sean amigos, maestros o tutores, es una de las condiciones para que cualquier ser humano pueda recuperar la confianza en sí mismo y su capacidad de afecto. La serie RESILIENCIA tiene como objetivo difundir las experiencias y los descubrimientos en todos los ámbitos en los que el concepto está abriendo nuevos horizontes, tanto en psicología y asistencia social como en pedagogía, medicina y gerontología.

- | | |
|---|--|
| JOSÉ LUIS MADARIAGA
(COORD.) | Nuevas miradas sobre la resiliencia
<i>Ampliando ámbitos y prácticas</i> |
| JORGE BARUDY
MARYORIE DANTAGNAN
EMÍLIA COMAS Y
MARÍA VERGARA | La inteligencia maternal
<i>Manual para apoyar la crianza
bien tratante y promover la
resiliencia de madres y padres</i> |
| BORIS CYRULNIK
MARIE ANAUT
(COORDS.) | ¿Por qué la resiliencia?
<i>Lo que nos permite
reanudar la vida</i> |
| BORIS CYRULNIK | Me acuerdo...
<i>El exilio de la infancia</i> |
| BORIS CYRULNIK
MARIE ANAUT
(COORDS.) | Resiliencia y adaptación
<i>La familia y la escuela como
tutores de resiliencia</i> |
| BORIS CYRULNIK | Autobiografía de un
espantapájaros
<i>Testimonios de resiliencia:
el retorno a la vida</i> |

*Primera Alianza:
Fortalecer y reparar
los vínculos tempranos*

Carlos Pitillas y
Ana Berástegui

gedisa
editorial

© Carlos Pitilla y Ana Berástegui, 2018

© Prólogo de Jorge Barudy, 2018

Corrección: Marta Beltrán Bahón

Cubierta: Juan Pablo Venditti

Primera edición: octubre de 2018, Barcelona

Derechos reservados para todas las ediciones en castellano

© Editorial Gedisa, S.A.
Avda. Tibidabo, 12, 3º
08022 Barcelona (España)
Tel. 93 253 09 04
gedisa@gedisa.com
www.gedisa.com

Preimpresión:
Editor Service S.L.
www.editorservice.net

ISBN: 978-84-17341-48-0
Depósito legal: B.20619-2018

Impreso por Service Point

Impreso en España
Printed in Spain

Queda prohibida la reproducción total o parcial por cualquier medio de impresión, en forma idéntica, extractada o modificada, en castellano o en cualquier otro idioma.

*A todas las familias que, en medio de la dificultad,
luchan por encontrar el mejor modo
de querer y cuidar a sus hijos.*

*A todas las familias y los profesionales que
han puesto un poco de su confianza en nosotros.*

A nuestras familias.

Índice

Agradecimientos	15
A quién puede servir este libro	19
Prólogo	21
<i>Jorge Barudy</i>	
Introducción	33
1. Las relaciones de apego al principio de la vida	43
1.1. ¿Qué son y en qué consisten las relaciones de apego tempranas?	44
1.1.1. <i>La relación como necesidad básica</i>	44
1.1.2. <i>Dos sistemas en interacción: apego y exploración</i>	46
1.1.3. <i>El niño se adapta activamente a la relación: los patrones de apego</i>	49
1.1.4. <i>Apego y desarrollo cerebral</i>	53
1.1.5. <i>Apego y desarrollo psicosocial</i>	55
1.1.6. <i>De la interacción al modelo interno</i>	58

1.2. Del niño al padre	61
1.2.1. Responsividad y flexibilidad	62
1.2.2. Reparación y perspectiva	66
1.2.3. La seguridad se transmite a través de las generaciones	71
1.2.4. La seguridad se transmite del contexto a las relaciones	73
1.2.5. Apego y maltrato: otro círculo vicioso.....	76
1.2.6. El modelo es estable, pero no definitivo: el camino hacia la intervención	79
2. Objetivos y principios de la intervención.....	83
2.1. Objetivos	83
2.1.1. Una mejora de la interacción.....	84
2.1.2. Una mejora de las representaciones.....	86
2.2. Principios.....	88
2.2.1. Intervención basada en fortalezas: cambiar la mirada	88
2.2.2. Aprendizaje basado en la experiencia: un lugar donde pasan cosas.....	101
2.2.3. Menos es más.....	107
3. Componentes y estructura de Primera Alianza	109
3.1. Primera Alianza a vista de pájaro.....	109
3.1.1. Quién puede beneficiarse de Primera Alianza.....	109
3.1.2. Qué se consigue	112
3.1.3. En qué marco se aplica.....	113
3. 2. Procedimientos	114
3.2.1. Reclutar a las familias	114
3.2.2. Preparar y realizar la evaluación	115
3.2.3. Medir los cambios	117
3.2.4. El curso general de la intervención	118

3.3. <i>Aumentando el zoom: la estructura de las sesiones</i>	119
3.4. <i>La teoría como plataforma para el cambio</i>	124
4. El vínculo en acción: comprender y observar los mecanismos de la (in)seguridad	129
4.1. <i>Aquello que se ve: la interacción</i>	131
4.1.1. <i>Ajuste necesidad-síñal-respuesta</i>	135
4.1.2. <i>Ritmo e intensidad</i>	147
4.1.3. <i>Cualidad afectiva</i>	149
4.1.4. <i>Reparación</i>	151
4.2. <i>Aquello que se piensa: las representaciones</i>	157
4.2.1. <i>Atribuciones: ¿cómo interpreta el cuidador la conducta del niño?</i>	162
4.2.2. <i>Fantasmas: ¿qué experiencias pasadas revive el cuidador?</i>	169
4.2.3. <i>Expectativas: ¿qué predice el cuidador?</i>	174
4.2.4. <i>Defensas</i>	177
4.3. <i>Cerrando el círculo: la formulación de caso</i>	189
5. Ayudar con imágenes: La técnica de videofeedback en Primera Alianza	197
5.1. <i>¿Cómo ayuda el videofeedback?</i>	198
5.2. <i>Preparando el trabajo: la selección de secuencias</i>	202
5.3. <i>Herramientas para un diálogo en torno a los vídeos</i>	211
5.3.1. <i>Aproximaciones iniciales: proteger la descripción</i>	213
5.3.2. <i>Análisis centrado en la interacción</i>	215
5.3.3. <i>Análisis centrado en las representaciones</i>	220
5.3.4. <i>La perspectiva del profesional</i>	224
6. Ayudar con palabras: Las intervenciones verbales en Primera Alianza	231
6.1. <i>¿Cómo sabemos que una intervención será eficaz?</i>	233

6.2. Intervenciones orientadas al apego: el profesional	
como refugio seguro	236
6.2.1. <i>Validar emociones y significados</i>	236
6.2.2. <i>Ofrecer consuelo</i>	237
6.2.3. <i>Proteger en el grupo</i>	238
6.2.4. <i>Ofrecer orientación evolutiva</i>	239
6.2.5. <i>Ofrecer consejos/guía</i>	239
6.3. Intervenciones orientadas a la exploración:	
el profesional como base segura.	242
6.3.1. <i>Modelar la función reflexiva</i>	242
6.3.2. <i>Volver al foco</i>	243
6.3.3. <i>Explorar y trabajar con el sentido</i>	245
6.3.4. <i>Trabajar con la memoria amable</i>	247
6.3.5. <i>Promover la continuidad narrativa</i>	248
7. Ayudar con otros:	
El manejo terapéutico del grupo en Primera Alianza.	251
7.1. Intervenciones orientadas al apego: el grupo	
como refugio seguro	253
7.1.1. <i>Fomentar la experiencia grupal y la cohesión</i>	253
7.1.2. <i>Fomentar dinámicas de encuentro</i> <i>e identificación</i>	255
7.1.3. <i>Facilitar la ayuda mutua</i>	255
7.2. Intervenciones orientadas a la exploración: el grupo	
como base segura.	257
7.2.1. <i>Usar al grupo para activar la curiosidad</i>	257
7.2.2. <i>Usar al grupo para activar la perspectiva</i>	258
7.2.3. <i>Usar al grupo para confrontar y pensar</i> <i>alternativas</i>	258
7.2.4. <i>Recapitular y celebrar logros en el grupo</i>	259
7.3. El último eslabón de las cadenas de seguridad:	
la supervisión reflexiva.	260

Conclusiones	263
El alcance de Primera Alianza... ..	264
... y sus límites.	266
Cuestiones abiertas	267
<i>De la díada al triángulo</i>	267
<i>Finales abiertos</i>	269
<i>Qué funciona para quién</i>	270
Referencias	273

Agradecimientos

Primera Alianza nació en 2012 con la vocación de proteger el desarrollo de niños y niñas que crecen en contextos de vulnerabilidad, a través del trabajo con sus cuidadores primarios y, específicamente, mediante el fortalecimiento del vínculo afectivo entre estos cuidadores y sus niños. Este libro recoge los resultados más importantes de un período de siete años de investigación e intervención familiar. La filosofía y los contenidos de nuestro proyecto son, en su mayor parte, el fruto de una herencia que procede de los autores y profesores que nos han inspirado, las instituciones que nos han apoyado o que han colaborado con nosotros, los profesionales a los que hemos formado y, fundamentalmente, las familias que han participado en nuestro proyecto.

Para ellas es nuestro primer agradecimiento. Niños, madres y padres nos han mostrado, a lo largo de este tiempo, el rostro y el impacto real de las relaciones al principio de la vida, lo que significa sentirse seguro en el vínculo con otros como antídoto frente a la adversidad. Gracias a la generosidad de estas familias, hemos ido aprendiendo lo que podemos hacer los profesionales por ayudarlas. Ellas nos recuerdan que la conexión humana es un fenómeno fuerte y flexible al mismo tiempo.

Nuestro trabajo se hizo posible gracias al apoyo discreto pero imprescindible de instituciones que confiaron en nuestro proyecto, lo

respaldaron durante sus años de constitución y colaboraron con nosotros para hacerlo consistente. Asimismo, algunas entidades de acción social que atienden cotidianamente a familias vulnerables nos abrieron sus puertas y colaboraron con el programa. El número de estas instituciones es demasiado grande para que quepan en estos agradecimientos. Todas ellas son, desde hace años, un importantísimo interlocutor de nuestro proyecto y una pieza fundamental en el sistema de protección para los menores en riesgo que hay en España.

Primera Alianza camina a hombros de gigantes. Lo que se contiene en este libro acerca del papel de las primeras relaciones en el desarrollo humano nos llega de grandes teóricos e investigadores, que consagraron una parte importante de sus vidas a pensar en la psicología del niño y en lo que éste necesita. La teoría del apego, alumbrada por John Bowlby y Mary Ainsworth a finales de los años 1960, y consolidada por autores que han desarrollado su trabajo hasta el día de hoy, hace posible que existan programas de intervención centrados en el niño y centrados en el vínculo, tales como Primera Alianza. Nuestro agradecimiento se extiende a los formadores internacionales que nos visitaron desde que existe el programa y que estimularon buena parte de nuestras reflexiones. El programa americano *Circle of Security* tuvo un papel especialmente importante al comienzo de nuestra andadura, y orientó la construcción de los primeros contenidos de Primera Alianza.

El Instituto Universitario de la Familia, perteneciente a la Universidad Pontificia Comillas (Madrid), es un equipo interdisciplinar de profesores e investigadores preocupados por la familia y la infancia. Primera Alianza se desarrolla en el seno de este equipo, del que se nutre y con el que explora nuevos modos de apoyar a las familias, sobre todo a las más frágiles. Dos personas de este Instituto merecen un agradecimiento particular. Fernando Vidal, su director, confió incondicionalmente en el potencial del proyecto cuando éste era poco más que la convicción de dos psicólogos acerca de la importancia de trabajar con los vínculos. La generosidad y el buen hacer de Amaia Halty, miembro del equipo Primera Alianza, ha hecho que con los años este proyecto sea más amplio, más fuerte y mejor.

Finalmente, nada de esto hubiera pasado si no hubiéramos sabido en primera persona que estar conectado con seguridad a otros es el principal motor del crecimiento humano. Queremos agradecer a nuestras familias de origen y a nuestras familias escogidas el regalo de este conocimiento esencial que nos acompaña a diario.

A quién puede servir este libro

Cada vez son más los profesionales de la intervención familiar e infantil preocupados por la mejora del vínculo en las familias. Muchos de estos profesionales son conscientes de que una de las vías más adecuadas para proteger al menor y estimular su desarrollo consiste en fortalecer los lazos afectivos entre padres e hijos, o en reparar estos lazos cuando se han roto. El presente libro puede ayudar fundamentalmente a los profesionales interesados por esta perspectiva de intervención centrada en el vínculo. Entre ellos hay psicólogos, psicoterapeutas infanto-juveniles y familiares, profesionales de la intervención social, profesionales de la salud y de la educación. Para ellos, este texto puede ser valioso en dos sentidos.

Por un lado, aportando estrategias para *mirar* y evaluar la calidad de los vínculos tempranos entre padres (u otros cuidadores primarios) e hijos. El libro trata de responder a preguntas tales como: *¿de qué forma gestiona el cuidador las necesidades del niño?; ¿cómo comunica el niño dichas necesidades?; ¿cómo es el mundo interno del cuidador, y cómo afecta a la relación?; ¿cuánta seguridad existe en este vínculo?; etc.*

Por otro lado, este libro puede aportar a los profesionales estrategias para fortalecer el vínculo entre cuidadores y niños. Así, el libro trata de responder a *éstas y otras* preguntas: *¿cómo podemos ayudar a los padres a ser más sensibles frente a las necesidades del niño?; ¿cómo podemos*

frenar la transmisión del trauma de padres a hijos?; ¿cómo podemos promover que los cuidadores se sientan más cerca de sus hijos, más motivados para cuidar y proteger?; ¿o a que se sientan más seguros frente a la tarea (no siempre sencilla) de ser padres?; ¿cómo podemos hablar con los padres para que comprendan la influencia de su historia sobre su manera actual de cuidar?; etc.

Las estrategias que definen Primera Alianza se mueven en estas dos dimensiones: la evaluación y la intervención. Estas estrategias pueden ser implementadas tal y como están descritas aquí, o bien seleccionadas, adaptadas e incorporadas por cada profesional a su práctica específica.

El presente libro puede aportar también a estudiantes y profesores universitarios una visión útil sobre el desarrollo de las relaciones afectivas al principio de la vida, su importante papel en el crecimiento infantil, los efectos negativos de la ausencia de seguridad en los vínculos, y un marco general de principios para el acompañamiento a familias congruente con la teoría y la evidencia empírica.

Finalmente, aunque éste es un libro con un importante componente técnico, es probable que enriquezca la visión de muchas personas en el público general acerca del desarrollo infantil y del importante papel de la seguridad en las relaciones tempranas.

Para todos ellos, deseamos que éste sea un recorrido estimulante y valioso.

*Cruza el río conmigo. Aunque sus aguas
no replieguen su cauce ante nosotros
esta vez. Aunque Dios no nos asista
y una nube de flechas acribille
nuestras espaldas. Aunque no haya río*

Luis Alberto de Cuenca

Introducción

El mundo humano es un mundo esencialmente social. Ser persona significa, entre otras cosas, existir dentro de un entramado de relaciones. En el seno de dichas relaciones desarrollamos un sentido de lo que somos, de lo que podemos llegar a ser. Las relaciones son fundamentales. De alguna forma, y parafraseando a Shakespeare, son la materia de la que estamos hechos.

Esta preeminencia de lo relacional cobra especial importancia durante los primeros años de vida. Para el bebé y el niño pequeño, la relación de apego con sus cuidadores principales (los padres, con frecuencia, o cualquier otra figura que funcione como referencia para el niño y se haga responsable de su salud y su bienestar durante períodos prolongados de tiempo), funciona como uno de los cimientos que sostienen sus funciones fisiológicas básicas, su crecimiento físico o su desarrollo psicológico. Los profesionales de la intervención psicológica saben muy bien que el curso de estas primeras relaciones define en buena medida al adulto en que se convertirá el niño. Esta constatación ha motivado el desarrollo de una diversidad de programas para la protección de las relaciones de apego tempranas. Primera Alianza es uno de ellos.

Gran parte de las ideas, los principios y las estrategias presentes en este libro están inspiradas en la teoría del apego. Alumbrada por John Bowlby a finales de los años 1960 (Bowlby, 1969), esta teoría se ha convertido en uno de los paradigmas científicos más consolidados para el estudio del desarrollo infantil, la motivación, las relaciones interpersonales a lo largo de la vida, la psicopatología o el tratamiento de la misma, entre otros. Basándose en el estudio de la conducta animal y las observaciones sobre el desarrollo de niños y jóvenes en situación de abandono, Bowlby postuló que en el centro de las motivaciones humanas está la necesidad de *establecer relaciones de apego* al principio de la vida, y de *mantenerlas*. Según Bowlby, el cachorro humano necesita establecer apegos estables con otros miembros de su especie que puedan cuidarlo y garantizar su supervivencia. Estas relaciones tempranas no sólo incrementan las probabilidades de sobrevivir, sino que además funcionan para el niño como un potente motor del desarrollo psicológico y social. Algunas de las facultades que nos definen como animales sociales, capaces de aprender y de habitar una cultura compleja, se aprenden en el escenario de la relación de apego: la capacidad para explorar y procesar información nueva; la seguridad para moverse en espacios físicos y sociales diversos; la comprensión de las claves sociales y la capacidad de comunicarse con otros eficazmente; la empatía o el altruismo; entre otras. Desde el nacimiento, comenzamos a adquirir estas habilidades en el intercambio con adultos que nos protegen, por un lado, y estimulan nuestra exploración, por el otro. El desarrollo saludable de estos primeros vínculos nos ayuda a convertirnos en personas capaces de comprender al otro, de *sentir con él* y de ayudarlo. En este sentido, las relaciones de apego funcionan en cadena: la seguridad experimentada al principio de la vida se convertirá, con los años, en una de las condiciones que permiten al adulto convertirse en un cuidador sensible y capaz. Los buenos tratos tienden a heredarse. Estas *cadena de seguridad* son el foco de interés de muchos profesionales de la intervención, y ocupan el centro del modelo que aquí presentamos.

Con los años, al trabajo pionero de Bowlby se añadió el de una larga serie de investigadores y clínicos, cuyo resultado es un corpus

extenso de conocimiento acerca de los factores que promueven la seguridad en las relaciones de apego, los procesos que pueden complicarlas, sus consecuencias a largo plazo o las formas de medir la calidad de estos vínculos (véase Hazan y Shaver, 2016). Sobre la base de estos trabajos, otros autores han desarrollado principios para *proteger* aquellas relaciones que dan sus primeros pasos en contextos de riesgo y tienen dificultades para alcanzar la seguridad, o para *curar* las relaciones de apego marcadas por el trauma, donde dicha seguridad ha sido sustituida por el miedo o la indefensión.

El trauma temprano tiende a transmitirse entre generaciones. Una proporción significativa de padres que maltratan, abusan o desatenden a sus hijos fueron, de niños, víctimas de daños semejantes (véase Widom y Wilson, 2015). Algo que también sucede con la pobreza y la exclusión social: a pesar de los recursos y las oportunidades de superación que se les presentan, algunos niños y jóvenes que nacen en contextos de pobreza desarrollan dificultades para superar la adversidad semejantes a las de sus padres. Estos niños tienen padres pobres que tuvieron padres pobres, en una secuencia caracterizada, de nuevo, por la repetición. Estos dos fenómenos (la exclusión social y el trauma) están presentes en la vida de algunos niños, y frecuentemente aparecen juntos: crecer en un entorno de pobreza incrementa significativamente las probabilidades de ser testigo o víctima de la violencia, la negligencia o el abuso, entre otros (Kiser, 2007).

Frente a estos riesgos, las relaciones de apego al principio de la vida pueden marcar una diferencia fundamental. Para los niños nacidos en entornos vulnerables, el desarrollo de relaciones de apego seguras con sus padres tiene un efecto protector: los niños criados con sensibilidad crecen dando muestras de un funcionamiento psicosocial análogo al de niños que han vivido siempre en entornos protegidos. Esta capacidad de las relaciones tempranas saludables para estimular la resiliencia (véase Barudy y Dantagnan, 2005; Cyrulnick, 2010) se hace especialmente relevante para el caso en que los niños son hijos de padres traumatizados. De estos padres, aquellos que consiguen cierta habilidad a la hora de «leer» las necesidades y afectos de sus niños y de responder a ellas tienen hijos cuyo

desarrollo será esencialmente saludable (Fonagy, 2003). Esto nos demuestra que, a pesar de las profundas heridas de algunos padres y de la tendencia de dichas heridas a transmitirse de una generación a la siguiente, el trauma no tiene la última palabra. Las relaciones de apego, sí.

Por desgracia, el riesgo derivado del trauma de los padres o de la adversidad alcanza de hecho a algunos niños. Aquí, las relaciones tempranas ejercen de nuevo un papel muy importante: funcionan como la correa de transmisión del trauma que afectó a los padres cuando eran pequeños, o de los riesgos asociados a la pobreza y la exclusión. Así, el niño hereda el daño de sus padres a través de las formas coercitivas, violentas o indiferentes en que los padres, movidos por su propio sufrimiento, crían a su hijo. Del mismo modo, el niño «comprende» el significado de la pobreza en la medida en la que ésta hace que sus cuidadores no se hagan disponibles cuando él los necesita, se muestren desbordados por el estrés, sean duros y sobreexigentes, etc. Durante los primeros años de vida, la relación de apego es el escenario a través del cual el riesgo puede hacerse tangible para el niño e impactar sobre él.

Así pues, las relaciones afectivas al principio de la vida pueden funcionar como escudo de protección frente al riesgo o como correa potencial de transmisión del mismo. Esto hace que el trabajo centrado en el vínculo sea una de las estrategias principales de protección del menor con las que contamos.

Muchos padres saben que la infancia es un período fundamental de la vida del niño, y que las relaciones afectivas cumplen un papel esencial en la gestión de las necesidades de éste y en su futuro crecimiento. Además, la mayoría de los padres desean hacerlo bien y establecer un vínculo equilibrado, saludable y protector con sus hijos. Sin embargo, una proporción de estos padres, a pesar de conocer la importancia de estas relaciones y de su deseo por cuidarlas, no saben cómo hacerlo, o se sienten incapaces. Las situaciones de adversidad, el estrés acumulado, la falta de apoyos, el aislamiento, las relaciones tempranas basadas en la carencia o el trauma, entre otros, son factores que pueden obstaculizar la capacidad de los padres para vincu-

larse a sus niños, para comprender lo que estos necesitan o para dar respuestas adecuadas.

Primera Alianza es un programa de intervención con familias, cuyo objetivo es (re)activar las capacidades de los padres para la vinculación con sus hijos y fortalecer dichas capacidades a pesar de los factores adversos que hemos señalado. Trabajamos con grupos de padres, en un encuadre de intervención breve y focalizado. Haciendo uso del potencial transformador de los grupos y de una serie de herramientas metodológicas innovadoras, Primera Alianza trata de generar cambios en las formas en que los padres se relacionan con sus hijos y dan significado a dicha relación.

¿Cómo se consigue esto? Las páginas que siguen tratan de aportar una respuesta a esta pregunta, respuesta que construimos sobre una combinación de los datos que nos ofrece la psicología del apego, las aportaciones de otros programas de intervención familiar, nuestra propuesta y, fundamentalmente, las experiencias que hemos ido acumulando a lo largo de algunos años de trabajo con familias.

Adelantamos aquí dos de las convicciones que definen a Primera Alianza y lo diferencian de otros modelos de intervención familiar.

Primera convicción: *Las experiencias significativas facilitan el cambio.* En términos de intervención familiar, esto significa que los mejores aprendizajes que podemos ofrecer a los padres son aquellos que incluyen una experiencia emocional importante, un cambio de mirada sobre sí mismos y sobre sus hijos, algo relevante que sucede en el curso de la intervención. Frente a algunos abordajes clásicos, centrados en el cambio mediante la transmisión de teoría o el entrenamiento de habilidades concretas, Primera Alianza trata de promover el cambio sobre la base de dos experiencias significativas construidas a lo largo de la intervención: por un lado, una experiencia de seguridad y cuidados obtenida en el marco del trabajo en grupo; por otro, la oportunidad de pararse y pensar.

En primer lugar, tratamos de que la intervención sea para los padres un espacio seguro, basado en el reconocimiento y el cuidado

de sus necesidades y afectos. Especialmente, entendemos la intervención como un lugar donde una serie de emociones difíciles pueden ser expresadas por los padres y reguladas en el grupo o por el profesional. La repetición de estos ciclos de expresión-regulación, combinada con el apoyo que ofrecemos, la validación de las experiencias de los padres o de su papel como cuidadores, etc., genera experiencias de seguridad. En muchos casos, los padres podrán llevarse consigo dicha seguridad adquirida y trasladarla a la relación con sus hijos.

En segundo lugar, cuando intervenimos con familias, tratamos de ofrecer acompañamiento y ayuda para *pensar*. Nuestros principios y herramientas no se orientan a la pedagogía de la parentalidad, sino a acompañar a los participantes en la reflexión sobre sus modos particulares de relacionarse con sus hijos, y en la transformación de los mismos. Específicamente, fomentamos que los padres piensen:

- Acerca de lo que sus hijos necesitan.
- Acerca de los modos particulares mediante los que sus hijos expresan estas necesidades.
- Acerca de las formas en que interpretan y dan significado a la conducta de sus hijos.
- Acerca de sus maneras de responder a sus hijos.
- Acerca de la imagen que tienen de sí mismos como padres.
- Acerca de su historia, y de la influencia que tiene ésta sobre su manera actual de ser padres.

Un trabajo que se desarrolla en estas coordenadas tiende a generar en los padres un aumento de la curiosidad, un deseo por comprender mejor lo que sucede en la relación con sus hijos, por revisar y corregir sus interpretaciones, o por reconciliarse con los aspectos dañinos de su historia que influyen sobre su modo actual de ser padres. Fundamentalmente, cuando la intervención activa estos procesos reflexivos, promueve que los padres los adquieran y hagan suyos, y puedan usarlos fuera del programa.

Segunda convicción: *frecuentemente, la mejor forma de reducir los conflictos consiste en detectar y potenciar los recursos*. Esta segunda premisa de trabajo nos lleva a privilegiar un trabajo basado en señalar y fortalecer los aspectos saludables de la familia, sus habilidades, por encima de una atención especialmente centrada en lo negativo. Algunos modelos de la intervención se han esforzado por evaluar exhaustivamente los déficits en la relación temprana, señalarlos y corregirlos. A pesar de la indudable legitimidad de estas aproximaciones, para muchos padres, ser evaluado, diagnosticado y corregido supone una confirmación del miedo a no ser cuidadores adecuados, suficientemente buenos. Esto puede provocar sentimientos de ineficacia, dudas acerca de la propia legitimidad como padres o el abandono de la intervención.

A lo largo de todas las sesiones de nuestro programa, ponemos en práctica un *cambio de mirada* que busca rescatar las fortalezas y las potencialidades de los padres. El objetivo final es que los participantes, al verse mirados con otros ojos, cambien su imagen de sí mismos como cuidadores. Como consecuencia, aumenta su motivación para recibir ayuda y para cambiar. Incluso en las sesiones en las que dedicamos más atención a los conflictos de la relación padres-hijos, conservamos siempre una mirada capaz de detectar y extraer el sentido y las posibilidades de crecimiento que encierran dichos conflictos.

El presente libro recoge los elementos que definen a Primera Alianza: su fundamentación teórica, sus principios, su estructura y fases, su modelo de evaluación del vínculo y sus estrategias de intervención. El libro se divide en seis capítulos.

En el primer capítulo (*Las relaciones de apego al principio de la vida*) revisamos algunos de los postulados de la teoría del apego que tienen implicaciones importantes para la intervención familiar, describimos los diferentes estilos de apego que desarrollan los niños en respuesta a las condiciones relacionales en las que crecen, y revisamos algunos de los factores más importantes que condicionan la seguridad o inseguridad en las relaciones al principio de la vida.

En el segundo capítulo (*Principios y estrategias de intervención*) presentamos nuestra filosofía particular de trabajo con familias. Esta filosofía tiene en su centro el objetivo de mejorar las relaciones tempranas de apego a través de dos caminos de cambio: mejorar la interacción cuidadores-niño y transformar el mundo interno del cuidador (cambiar las representaciones). Desarrollamos algunos principios que guían nuestro trabajo con familias (por ejemplo, la intervención centrada en fortalezas) y detallamos las implicaciones técnicas de dichos principios.

En el tercer capítulo (*Componentes y estructura de Primera Alianza*) describimos los aspectos procedimentales básicos del programa (los procesos de selección de familias, la evaluación, la estructura general de la intervención y el guión de las sesiones), así como el ciclo de aprendizaje que realizan los participantes de Primera Alianza, y los contenidos conceptuales que guían nuestras conversaciones con los padres.

En el cuarto capítulo (*Dónde mirar*), detallamos las herramientas que nos sirven para evaluar la calidad del vínculo cuidador-niño, y los niveles de seguridad en esta relación. Esta evaluación se centra en las dos dimensiones del vínculo que nuestro programa trata de transformar: la interacción cuidador-niño y el mundo interno (las representaciones) del cuidador.

Los tres siguientes capítulos abordan, separadamente, aspectos de la intervención que en nuestro trabajo con los padres solemos aplicar de forma simultánea.

El capítulo cinco (*Ayudar con imágenes*) presenta la herramienta metodológica fundamental de Primera Alianza: el *videofeedback*. Esta técnica se basa en el uso de vídeos reales de interacción cuidador-niño como herramienta para promover la sensibilidad del cuidador, es decir, su capacidad de detectar y comprender las señales afectivas del niño, y su capacidad de responder a las mismas.

El capítulo seis (*Ayudar con palabras*) recoge las principales intervenciones verbales que emplea el técnico de Primera Alianza para promover el cambio en los padres.

En el capítulo siete de este libro (*Ayudar con otros*) describimos una serie de herramientas que nos sirven para hacer del grupo un espacio de cambio para los padres. En primera Alianza, el grupo es más que una mera suma de individuos: el grupo funciona como una fuente de seguridad para los padres participantes y, con ello, un elemento terapéutico central de nuestro abordaje.