

Entrevista Patricia Crittenden

«2012 Puebla, México.

Congreso Internacional JUCONI. Por un mundo sin violencia.

Rompiendo los ciclos de violencia y exclusión, construyendo relaciones armoniosas.»

«Dra. Patricia Crittenden. Fundadora y Directora del Instituto de Relaciones Familiares.
Entrevistadora: Sylvia Reyes»

Sylvia Reyes:

Nos estás hablando acerca del Modelo Dinámico Madurativo de Apego y Adaptación, que por sus siglas en inglés llamamos DMM. Sé que lo desarrollaste con personas tan reconocidas que cualquier estudiante de psicología que estudie algo sobre apego conocerá. Me refiero a John Bowlby y Mary Ainsworth. ¿Podrías hablar un poco acerca de cómo el modelo DMM encaja con la forma en que Mary Ainsworth y John Bowlby entendían las cosas y cómo era ese trabajo en ese momento, al principio del desarrollo de DMM?

Patricia Crittenden:

Soy la segunda generación de estudiantes de Mary Ainsworth, así que la conocí en la Universidad de Virginia a finales de los 70. Eso fue justo en los inicios del videocasete, así que nada de su trabajo ni del de Bowlby estaba grabado en vídeo. Trabajando bajo sus órdenes, tuve la oportunidad de realizar la primera grabación de "Situación Extraña", que era el procedimiento de Mary Ainsworth para evaluar el apego. Hicimos el primer vídeo de "Situación Extraña". Aprendí el procedimiento y cómo evaluarlo directamente de Mary.

Esta mañana estaba enseñando vídeos de madres y bebés que llamamos "índices CARE". El mejor amigo de Mary, su alma gemela académica, por así decirlo, fue John Bowlby, que volaba a Virginia un par de veces al año. Así que en la etapa en que yo era estudiante de postgrado, me prestó a Bowlby durante una mañana, en una pequeña y diminuta sala de investigación, no más grande que esta misma sala. Observamos vídeos, como los que hemos visto esta mañana, durante tres o cuatro horas mientras yo desarrollaba el índice CARE.

Entonces, ¿en qué se parece mi trabajo al de Mary y John? Se parecen los patrones de apego ABC en diferencias individuales. Lo que es más específico, aunque no diferente, es mi énfasis en que todo tipo de peligro y amenaza, no solo la pérdida y la separación, organiza nuestro comportamiento de autoprotección. Así que lo llevé un poco más allá. Creo que Bowlby tenía la idea de peligro, pero sabía que el mundo no la aceptaría todavía, así habló de pérdida y separación. Mary Ainsworth tenía los ABC,

pero no los tenía en un círculo como yo. Cuando junté A y C, creé un círculo. Ella dijo que siempre había sabido que estos patrones opuestos se juntaban.

Tuve la maravillosa oportunidad de trabajar con ambos. Añadiré algo más: Bowlby estableció el modelo para integrar teorías. Él integró la teoría de la evolución, la teoría etológica, la teoría psico-dinámica y, luego, el procesamiento de la información. Yo simplemente he continuado haciéndolo, integrando más y más teorías, pero siempre siguiendo la pauta que él marcó.

De Mary aprendí a observar cuidadosamente el comportamiento. Observé las minucias y me pregunté: “¿Repiten la función?”. No la morfología, no el comportamiento exacto, sino la función. Me hicieron unos regalos de un valor incalculable.

Sylvia Reyes:

Al principio, me costaba un poco decir “Modelo Dinámico Madurativo para el Apego y la Adaptación”. Creo que la parte que dice “y Adaptación” es muy importante, particularmente para los que trabajamos en América Latina, en África, en situaciones en que la necesidad de adaptar es absolutamente crucial.

¿Podrías hablarnos un poco sobre cómo el DMM considera la crisis y las circunstancias difíciles como oportunidades de aprendizaje y desarrollo, en lugar de solo como algo negativo que hay que dejar de lado?

Patricia Crittenden:

Ya no me centro en el valor de nacer en las circunstancias óptimas que te permiten estar seguro y cómodo. Me interesan aquellas personas que tienen que hacer frente a desafíos, como todo el mundo en algún momento de nuestras vidas.

Todo el mundo atraviesa por problemas en su vida. Me interesan aquellas personas que encuentran una forma no solo de adaptarse a los problemas a los que se enfrentan, sino que son capaces de ir más allá de esos problemas y se adaptan a la seguridad.

¿Dónde comenzó todo? Bueno, yo misma vengo de una familia muy conflictiva, así que he tenido que hacer el tipo de adaptación del que hablo al vivir en una familia que me exigía muchas cosas difíciles y, luego, al aprender a vivir fuera de esa familia.

Mi primer trabajo de verdad fue con familias de los Montes Apalaches, en los valles de las montañas, es decir, con “basura blanca muy pobre”. Y con negros, tanto los que vivían en zonas rurales muy alejadas como con los que habían llegado a la ciudad. Esto fue en 1970. Era gente muy pobre.

Llegué a entender que pese a haber nacido en condiciones de riqueza bastante considerable y haber gozado de una buena educación, yo no era muy diferente de ellos. Todos tratábamos de hacer frente a los problemas que se nos presentaban en nuestro entorno y solo disponíamos de nuestra humanidad para combatirlos.

De alguna forma, esa habilidad de entender cómo sufre otra persona y su crecimiento potencial, hizo posible que me mezclara con gente de otra raza, pobre, con poca cultura o culturalmente diferentes, aunque yo perteneciese a la clase media y hablara este inglés tan perfecto, me senté a hablar con ellos.

Las barreras desaparecen en el momento en que nos convertimos en seres humanos, frente a frente. Pero, tal y como Bruce Perry ha dicho esta mañana, lo único que tienes que ofrecer es a ti mismo. Y funciona. De ahí surgió el concepto de “adaptación”.

Sylvia Reyes:

Personas como tú vienen a trabajar en los lugares donde nosotros trabajamos, por ejemplo, con personal de JUCONI y, generalmente, trabajamos en las partes más pobres de las zonas más pobres del país. Una de las cosas que las personas que han venido a trabajar con nosotros han notado es el impacto que tienen las circunstancias muy extremas, pero ese impacto no es tan grande como el impacto en personas que han sufrido circunstancias menos extremas en países más ricos.

Me preguntaba si piensas que hay alguna diferencia beneficiosa en la forma en la que están organizadas las sociedades más pobres.

Patricia Crittenden:

Podría responder de dos maneras. Una será con la epigenética. Si se presentan los mismos desafíos a través de las generaciones, esa información sobre cómo adaptarse a esos desafíos se transmite parcialmente epigenéticamente de las madres a sus hijos. Cuando ocurre un desastre en un lugar en el que a tus padres no les ha sucedido, no tienes esa información epigenética.

La otra manera es cultural. Cada cultura aprende, a través de generaciones de padres y madres, cuáles son los peligros de ese lugar, cómo puedes saber cuándo podrían producirse y qué es lo mejor que puedes hacer cuando se produzcan.

Esto lo sabemos sin necesidad de verbalizarlo. No se dice, se sabe, está en la cultura. Cada cultura sabe cuál es su peligro y la mejor forma para afrontarlo. Se lo transmitimos a nuestros hijos e hijas por la forma en la que interactuamos con ellos cada día, por los peligros que percibimos, los peligros de los que les alertamos, las cosas que decimos que son seguras, las cosas que creemos que son peligrosas...

Cuando una cultura no ha cambiado en mucho tiempo, está en sintonía con los peligros de su entorno. Cuando sucede algo inesperado, algo que no encaja con lo que vivieron tus abuelos y los abuelos de estos, la cultura no tiene una respuesta. Entonces, se produce una respuesta traumática. “¿Qué? ¿Habrá un bombardeo? ¿Estás bromeando?”. Pero en aquellos sitios en los que los bombardeos son frecuentes no se produce esa respuesta de pánico.

Si es un peligro, sea cual sea, que han visto previamente nuestros padres, nuestros abuelos, sabremos algo acerca de ello. Si se trata de un peligro totalmente nuevo, nos puede angustiar muchísimo.

Sylvia Reyes:

Creo que una de las cosas más importantes que haces, y te he escuchado hablar en varias ocasiones, es que proporcionas una historia, nos ofreces un contexto de la adaptación.

¿Tienes alguna historia o puedes contextualizar lo que has visto de la adaptación en América Latina?

Patricia Crittenden:

Sí, claro. Viajé por primera vez a Santiago poco después de que Pinochet abandonase el poder. Yo había venido por los Andes desde Buenos Aires, en un viaje muy ruidoso, en el que pasaban cosas todo el tiempo. Y aterricé en Santiago. Santiago estaba en calma, con poco movimiento. Se hizo de noche y la gente ya no circulaba en coche por las calles. Regresé a mi hotel sobre las nueve de la noche. Mirabas a tu alrededor y había gente uniformada en las esquinas. Las personas que me acompañaban habían estado en prisión y cuando veían a esas personas uniformadas, sus miradas se volvían muy cautelosas.

He venido frecuentemente a Santiago en los últimos 15 años. Las expresiones faciales de la gente han cambiado. Conozco a las mismas personas, pero sus rostros son diferentes, sus cuerpos son diferentes. No vamos a cenar a las nueve y no volvemos a casa a las nueve. La ciudad es vibrante, está viva.

La gente se adaptó al peligro cuando el peligro existía y, poco a poco, a lo largo de los años, no inmediatamente, se adaptaron a la seguridad.

Sylvia Reyes:

Qué interesante poder ver esa diferencia a lo largo de los años, porque estas cosas no son inmediatas, como has dicho, sino que llevan su tiempo.

Patricia Crittenden:

De hecho, algunos de mis colegas estaban en un “gobierno libre” en el que no confiaban. Pero creo que están más alerta ante la posibilidad de una dictadura de lo que lo estarían en los Estados Unidos, donde no tememos eso en absoluto, no lo consideramos un riesgo en absoluto. Pero para un chileno sí que es un riesgo.

Sylvia Reyes:

Creo que aquí tenemos una lección muy importante sobre el tiempo necesario de adaptación de las personas que están tratando de intervenir en familias a las que intentamos ayudar a que se adapten de una forma que no sea peligrosa para los niños; y el tiempo que lleva la adaptación para hacer un cambio realmente profundo en la forma en la que las personas responden las unas a las otras y a las relaciones.

Patricia Crittenden:

Por un lado, hay que asegurarse de que los padres y las madres no estén en peligro. Si quieres eliminar las estrategias para manejar el peligro, necesitas estar seguro de que el peligro ya no existe. Si los padres y las madres están respondiendo a una amenaza continua de pobreza, violencia, de inseguridad en las calles de noche..., hay muchos aspectos, si esas cosas no se han cambiado, no podrás cambiar mucho el modo en el que crían a sus hijos. La seguridad de sus propias circunstancias tiene que cambiar.

«Fundación JUCONI, A.C. Junto con las niñas y los niños»

Entrevista Patricia Crittenden

«2012 Puebla, Mèxic.

Congrés Internacional JUCONI. Per un món sense violència.

Trencant els cicles de violència i exclusió, construint relacions harmonioses.»

«Dra. Patricia Crittenden. Fundadora i directora de l'Institut de Relacions Familiars.

Entrevistadora: Sylvia Reyes»

Sylvia Reyes:

Ens estàs parlant sobre el Model Dinàmic Maduratiu d'Afecció i Adaptació, que per les seves sigles en anglès es diu DMM. Sé que el vas desenvolupar amb persones tan reconegudes que qualsevol estudiant de psicologia que estudiï alguna cosa sobre afecció les coneixerà. Em refereixo a John Bowlby i Mary Ainsworth. Podries parlar una mica sobre com el model DMM encaixa amb la forma en què Mary Ainsworth i John Bowlby entenien les coses i com era aquest treball en aquell moment, al principi del desenvolupament del DMM?

Patricia Crittenden:

Soc la segona generació d'estudiants de Mary Ainsworth, així que la vaig conèixer a la Universitat de Virgínia a finals dels 70. Va ser just als inicis del videocasset, així que res del seu treball ni del de Bowlby estava gravat en vídeo. Treballant sota les seves ordres, vaig tenir l'oportunitat de realitzar la primera gravació de "Situació Estranya", que era el procediment de Mary Ainsworth per avaluar l'afecció. Vam fer el primer vídeo de "Situació Estranya". Vaig aprendre el procediment i com avaluar-lo directament de la Mary.

Aquest matí estava ensenyant vídeos de mares i nadons que anomenem "Índex CARE". El millor amic de la Mary, la seva ànima bessona acadèmica, per dir-ho d'alguna manera, va ser en John Bowlby, que volava a Virgínia un parell de cops a l'any. Així que en l'etapa en què jo era estudiant de postgrau, em va deixar en Bowlby durant un matí, en una petita i diminuta sala d'investigació, no més gran que aquesta mateixa sala. Vam observar vídeos, com els que hem vist aquest matí, durant tres o quatre hores mentre jo desenvolupava l'índex CARE.

Llavors, en què s'assembla el meu treball al de la Mary i en John? S'assemblen els patrons d'afecció ABC en diferències individuals. El que és més específic, tot i que no diferent, és el meu èmfasi en què tot tipus de perill i amenaça, no només la pèrdua i la separació, organitza el nostre comportament d'autoprotecció. Així que ho vaig portar una mica més enllà. Crec que en Bowlby tenia la idea de perill, però sabia que el món no l'acceptaria encara, així que va parlar de pèrdua i separació. La Mary Ainsworth tenia els ABC, però no els tenia en un cercle com jo. Quan vaig ajuntar A i C, vaig

crear un cercle. Ella va dir que sempre havia sabut que aquests patrons oposats s'ajuntaven.

Vaig tenir la meravellosa oportunitat de treballar amb tots dos. Afegiré una cosa més: en Bowlby va establir el model per integrar teories. Ell va integrar la teoria de l'evolució, la teoria etològica, la teoria psicodinàmica i, després, el processament de la informació. Jo simplement he continuat fent-ho, integrant més i més teories, però sempre seguint la pauta que va marcar ell.

De la Mary vaig aprendre a observar curosament el comportament. Vaig observar les minúcies i em vaig preguntar: "Repeteixen la funció?" No la morfologia, no el comportament exacte, sinó la funció. Em van fer uns regals d'un valor incalculable.

Sylvia Reyes:

Al principi, em costava una mica dir "Model Dinàmic Maduratiu per l'Afecció i l'Adaptació". Crec que la part que diu "i Adaptació" és molt important, particularment pels que treballem a l'Àfrica Llatina, a l'Àfrica, en situacions en què la necessitat d'adaptar és absolutament crucial.

Podries parlar-nos una mica sobre com el DMM considera la crisi i les circumstàncies difícils com a oportunitats d'aprenentatge i desenvolupament, enlloc de només com a alguna cosa negativa que cal deixar de banda?

Patricia Crittenden:

Ja no em centro en el valor de néixer en les circumstàncies òptimes que et permeten estar segur i còmode. M'interessen aquelles persones que han de fer front a desafiaments, com tot el món en algun moment de les nostres vides.

Tot el món té problemes durant la seva vida. M'interessen aquelles persones que troben una forma no només d'adaptar-se als problemes als quals s'enfronten, sinó que són capaces d'anar més enllà d'aquests problemes i s'adapten a la seguretat.

On va començar tot? Bé, jo mateixa vinc d'una família molt conflictiva, així que he hagut de fer el tipus d'adaptació de què parlo en viure en una família que m'exigia moltes coses difícils i, després, en aprendre a viure fora d'aquesta família.

La primera feina de veritat va ser amb famílies dels Montes Apalaches, a les valls de les muntanyes, és a dir, amb "porqueria blanca molt pobre". I amb negres, tant amb els que vivien a les zones rurals molt allunyades com amb els que havien arribat a la ciutat. Això va ser el 1970. Era gent molt pobre.

Vaig arribar a entendre que, tot i haver nascut en condicions de riquesa bastant considerable i haver gaudit d'una bona educació, jo no era molt diferent de tots ells. Tots tractàvem de fer front als problemes que se'ns presentaven en el nostre entorn i només disposàvem de la nostra humanitat per combatre'ls.

D'alguna manera, aquesta habilitat d'entendre com pateix una altra persona i el seu creixement potencial va fer possible que em mesclés amb aquesta gent d'una altra

raça, pobra, amb poca cultura o culturalment diferents. Tot i que jo pertanyés a la classe mitjana i parlés aquest anglès tan perfecte, em vaig asseure a parlar amb ells.

Les barreres desapareixen en el moment en què ens convertim en éssers humans, cara a cara. Però, tal i com en Bruce Perry ha dit aquest matí, l'únic que has d'oferir és a tu mateix. I funciona. D'aquí va sorgir el concepte d'"adaptació".

Sylvia Reyes:

Persones com tu venen a treballar als llocs on nosaltres treballem, per exemple, amb personal de JUCONI, i generalment treballem a les parts més pobres de les zones més pobres del país. Una de les coses que les persones que han vingut a treballar amb nosaltres han notat és l'impacte que tenen les circumstàncies molt extremes, però aquest impacte no és tan gran com l'impacte en persones que han patit circumstàncies menys extremes en països més rics.

Em preguntava si penses que hi ha alguna diferència beneficiosa en la manera en què estan organitzades les societats més pobres.

Patricia Crittenden:

Podria respondre de dues maneres. Una serà amb l'epigenètica. Si es presenten els mateixos desafiaments a través de les generacions, aquesta informació sobre com adaptar-se a aquests desafiaments es transmet parcialment epigenèticament de les mares als seus fills. Quan succeeix un desastre en un lloc on als teus pares no els ha succeït, no tens aquesta informació epigenètica.

L'altra manera és cultural. Cada cultura aprèn, a través de generacions de pares i mares, quins són els perills d'aquell lloc, com pots saber quan podrien produir-se i què és el millor que pots fer quan es produeixin.

Això ho sabem sense necessitat de verbalitzar-ho. No es diu, se sap, està en la cultura. Cada cultura sap quin és el seu perill i la millor manera d'afrontar-lo. Ho transmetem als nostres fills i filles per la manera en què interactuem amb ells cada dia, pels perills que percebem, els perills de què els alertem, les coses que diem que són segures, les coses que creiem que són perilloses...

Quan una cultura no ha canviat durant molt de temps, està en sintonia amb els perills del seu entorn. Quan succeeix alguna cosa inesperada, alguna cosa que no encaixa amb el que van viure els teus avis i els avis dels teus avis, la cultura no té una resposta. Llavors, es produeix una resposta traumàtica. "Què? Hi haurà un bombardeig? Fas broma?" Però en aquells llocs on els bombardejos són freqüents no es produeix aquesta resposta de pànic.

Si és un perill, sigui el que sigui, que han vist prèviament els nostres pares, els nostres avis, en sabrem alguna cosa. Si es tracta d'un perill totalment nou, ens pot angoixar moltíssim.

Sylvia Reyes:

Crec que una de les coses més importants que fas, i t'he escoltat en diverses ocasions, és que proporciones una història, ens ofereixes un context de l'adaptació. Tens alguna història o pots contextualitzar el que has vist de l'adaptació a l'Amèrica Llatina?

Patricia Crittenden:

Sí, és clar. Vaig viatjar per primera vegada a Santiago poc després que Pinochet abandonés el poder. Jo havia vingut pels Andes des de Buenos Aires, en un viatge molt sorollós, en què passaven coses a cada moment. I vaig aterrar a Santiago. Santiago estava en calma, hi havia poc moviment. Es va fer de nit i la gent ja no circulava amb cotxe pels carrers. Vaig tornar al meu hotel cap a les nou del vespre. Miraves al teu voltant i hi havia gent uniformada a les cantonades. Les persones que m'acompanyaven havien estat a la presó i quan veien aquestes persones uniformades les seves mirades es tornaven molt cauteloses.

He vingut freqüentment a Santiago durant els últims 15 anys. Les expressions facials de la gent han canviat. Conec les mateixes persones, però els seus rostres són diferents, els seus cossos són diferents. No anem a sopar a les nou i no tornem a casa a les nou. La ciutat vibra, és viva.

La gent es va adaptar al perill quan el perill existia i, a poc a poc, al llarg dels anys, no immediatament, es van adaptar a la seguretat.

Sylvia Reyes:

Que interessant poder veure aquesta diferència al llarg dels anys, perquè aquestes coses no són immediates, com has dit, sinó que porten el seu temps.

Patricia Crittenden:

De fet, alguns dels meus col·legues estaven en un "govern lliure" en el qual no confiaven. Però crec que estan més alerta davant la possibilitat d'una dictadura del que ho estarien als Estats Units, on no tenim això en absolut, no ho considerem un risc en absolut. Però per un xilè sí que és un risc.

Sylvia Reyes:

Crec que aquí tenim una lliçó molt important sobre el temps necessari d'adaptació de les persones que tracten d'intervenir en famílies que intentem ajudar a adaptar-se d'una manera que no sigui perillosa pels nens; i el temps que porta l'adaptació per fer un canvi realment profund en la forma en què les persones responen les unes a les altres i a les relacions.

Patricia Crittenden:

Per un costat, cal assegurar-se que els pares i les mares no estiguin en perill. Si vols eliminar les estratègies per controlar el perill, necessites estar segur que el perill ja no existeix. Si els pares i les mares estan responent a una amenaça contínua de pobresa,

violència, d'inseguretat als carrers de nit..., hi ha molts aspectes, si aquestes coses no s'han canviat, no podràs canviar gaire la manera en què crieu els seus fills. La seguretat de les seves pròpies circumstàncies ha de canviar.

«Fundació JUCONI, A.C. Amb els nens i les nenes »