

Carlos Pitillas Salvá

EL DAÑO QUE SE HEREDA

Comprender y abordar
la transmisión intergeneracional
del trauma



Desclée De Brouwer

Carlos Pitillas Salvá

El daño que se hereda

**Comprender y abordar la transmisión
intergeneracional del trauma**



Desclée De Brouwer

© 2021, CARLOS PITILLAS SALVÁ
© Gráficos 2021, CARLOS PITILLAS SALVÁ
© 2021, EDITORIAL DESCLÉE DE BROUWER, S.A.
Henao, 6 - 48009
www.edesclee.com
info@edesclee.com
Facebook: EditorialDesclee
Twitter: @EdDesclee

ISBN: 978-84-330-3132-7
Depósito Legal: BI-00188-2021
Impresión: Grafo, S.A. - Basauri

Impreso en España - Printed in Spain

Reservados todos los derechos. Queda totalmente prohibida la reproducción total o parcial de este libro por cualquier procedimiento electrónico o mecánico, incluyendo fotocopia, grabación magnética o cualquier sistema de almacenamiento o recuperación de información, sin permiso escrito de los editores.

Índice

Agradecimientos	13
Prólogo. <i>José Luis Gonzalo Marrodán</i>	15
Introducción	25

Primera parte

Los vínculos afectivos al comienzo de la vida

1. Las relaciones, en el centro del desarrollo humano .	33
2. Un retrato de la seguridad	39
Un sistema diádico de regulación mutua	42
Algunos efectos de la influencia recíproca en las interacciones	44
Un margen óptimo de activación	46
Algunos efectos de la hetero-regulación	49
Reparación interactiva.	51
Algunos efectos de la reparación interactiva.	53
Especlarización y nacimiento de la (inter)subjetividad	55
Contingencia, sintonía y marcaje.	58
Algunos efectos de la especlarización.	59
Dos sistemas convergentes	63

3. De fuera adentro: la construcción de un modelo de las relaciones	67
Prototipos y ciclos: los modelos operativos internos y su influencia sobre las relaciones padres-hijos	71
4. Adaptarse a lo que cabe esperar: los estilos de apego	73

Segunda parte

Trauma temprano, desorganización del apego y estrategias de reorganización

1. Introducción: las cuatro dimensiones de la seguridad, bajo amenaza	79
2. El apego desorganizado y su relación con el trauma	85
El “miedo sin solución”	89
El camino hacia la desorganización: manifestaciones tempranas de desregulación en díadas madres-bebé	92
3. Fantasmas, defensas y transmisión: el mundo interno de los padres traumatizados	103
Los estados irresueltos en el adulto	103
Fantasmas en la habitación del bebé: reexperimentación postraumática en los padres, y la necesidad de defenderse ...	106
El niño como recordatorio postraumático	106
Externalizar el dolor.	109
Los malos tratos como defensa	112
4. La desaparición del niño real: interacciones imaginarias, fallos en la mentalización y dinámicas de no reconocimiento	119
Interacciones imaginarias	120
Fallos en la mentalización parental	123
Dinámicas de no reconocimiento	126

5. Los círculos viciosos de la inseguridad y el trauma	133
6. Algunas consecuencias del trauma temprano sobre el desarrollo	137
Fracaso en la regulación y disociación	137
Del niño al padre: hiperactivación y disociación	142
Fracaso en la mentalización	143
Del niño al padre: mentalización	145
El impacto del trauma sobre la identidad	146
Lo que queda fuera: exclusión defensiva y las narrativas incompletas	147
Lo que invade el interior: incorporación y las narrativas “embruadas”	150
Del niño al padre: identidad	153
7. Recuperar el control: la reorganización de estrategias de apego	155
8. Caminos de discontinuidad en la transmisión	159

Tercera parte

Fortalecer y reparar las relaciones tempranas:
principios y técnicas de intervención centrada
en el vínculo

1. Introducción	167
2. Un escenario clínico por derecho	173
Dos tradiciones de intervención centrada en el vínculo	174
Tres premisas	176
Los tiempos de la intervención	176
La relación es el paciente	177
Exclusión social y relaciones de apego	177

3. Un marco de seguridad para el trabajo terapéutico con los padres	181
De la evolutiva a la terapia: trabajar relacionamente con el cuidador.	181
Sistema dinámico de regulación mutua	182
Margen óptimo de activación	188
Reducir el dolor, aumentar la confianza	188
Regular el miedo, rebajar el peligro	190
Desafiar expectativas ofreciendo algo distinto	194
El cuidado de la transferencia positiva (o cómo ser una abuela buena)	196
Reparación interactiva	199
Dos movimientos para la reparación	200
Especularización y mentalización	203
La postura mentalizante con el cuidador	204
Reconocimiento y discrepancia	206
 4. Tres líneas de trabajo técnico en psicoterapia centrada en el vínculo	 213
Tener al niño en mente: reactivar y fortalecer la mentalización parental	213
Observar y describir	214
Explorar perspectivas alternativas acerca del niño y de la relación	219
Transformar las auto-representaciones de los padres (trabajo centrado en fortalezas)	222
Señalamiento de interacciones armónicas niño-cuidador	225
Señalamiento de habilidades infrautilizadas del cuidador	225
Señalamiento de indicadores de apego en el niño	226
Trabajar con la memoria amable	226
Comprender(se) para cambiar: el uso de la interpretación	228
Áreas o focos de la interpretación	230
Más allá del acierto: la pertinencia de la interpretación	232
La interpretación en acción	235
 Bibliografía	 239

Agradecimientos

Este texto se compone de aprendizajes, reflexiones y escritos parciales que a lo largo de los últimos años he desarrollado en el marco de acciones formativas, presentaciones de congresos, artículos o apuntes para docencia. Cuando me propuse escribirlo, lo hice porque entendí que la suma de los fragmentos podía ser útil para una cantidad significativa de lectores (al menos, eso espero). El libro, por lo tanto, debe mucho a las instituciones que en algún momento han confiado en mi docencia, a los editores que han creído que un artículo mío podía aportar algo interesante a su revista, y a los cientos de alumnos que me han obligado a hacer accesibles y útiles los datos de la investigación y de la clínica.

En la orilla opuesta del mismo cauce están los niños y las familias a las que he atendido, o aquellos casos que he tocado indirectamente a través de supervisiones con profesionales. Gracias a ellos he comprendido lo que significan las teorías y modelos que se contienen en estas páginas.

Ana Berástegui leyó con atención el manuscrito y me ofreció sugerencias sin las que no existiría la versión definitiva de este texto. Como terapeuta psicoanalítico que soy, creo que lo visible es siempre una manifestación pequeña de procesos más profundos, más amplios, que no se ven. La ayuda de Ana con este manuscrito ha sido, en ese sentido, el *síntoma* de un apoyo y un estímulo intelectual que se cifra en años.

José Luis Gonzalo ha escrito un prólogo riguroso y humano. Es difícil unir esos dos elementos, y me siento agradecido de que *El daño que se hereda* se abra con un texto así. También agradezco la generosa apuesta que hizo

Loretta Cornejo y, después, Manuel Guerrero y el resto del equipo de Desclée por este trabajo.

Con Alejandra comparto la fascinación (y, en ocasiones, el trabajo) sobre las cuestiones que se desarrollan aquí. Ella es, además, una de las manifestaciones en mi vida de lo que este libro explora: la seguridad en las relaciones como fuente de crecimiento.

Mi padre me enseñó algunos valores sencillos e importantes. Tomarse las cosas en serio, y hacerlas bien, son parte de esa herencia. En junio de 2020, cuando íbamos recuperándonos del estado de alarma provocado por la COVID-19, él celebró que este libro hubiera sido aceptado para publicación. Hoy, creo que hubiera disfrutado de leerlo.

Prólogo

José Luis Gonzalo Marrodán

Psicólogo clínico

Tengo aún en mis manos el mismo libro que tú, amable lector, tienes en las tuyas. Acabo de concluir su lectura y me dispongo a dar forma a las ideas que vienen a mi mente para estructurar este prólogo que recién has comenzado a leer, cómodamente en tu casa, en tu butaca; o quizá aún en la librería, de pie, junto a las estanterías de la sección de psicología; o puede que en otro lugar ¿Qué me sale decir? Lo que ahora mismo me llega a la mente es una sensación corporal agradable que percibo en el centro de mi pecho, como de plenitud, la cual, si pudiera hablar, diría: «¡excelente libro!».

Sentado ya en la mesa y con las teclas y la pantalla de mi ordenador delante, preparado para trasladar la sensación vivida en el cuerpo a palabras escritas que ofrezcan argumentos, esta vez desde el hemisferio izquierdo del cerebro acerca de los contenidos y la organización del libro, me sorprende a mí mismo experimentando un profundo sentimiento de agradecimiento al autor por permitirme ser el anfitrión de su obra. Cualquier persona que haya escrito un libro, todo aquel que se haya embarcado en la ardua y apasionante tarea de crear un texto científico o literario, es consciente del intenso esfuerzo que conlleva tanto en horas de trabajo como en las que se renuncia para dedicarlas a los seres queridos o al propio solaz y esparcimiento. Por eso, la decisión de a quien se le encomienda prologar el libro no es baladí. Ser elegido por el autor es un honor. Como, por ejemplo, cuando te conceden el privilegio de descorchar y decantar una excelente botella de vino añeja de una gran bodega, probarla y mostrar tu opinión con admiración y respeto.

Muchas gracias, Carlos, por haberme elegido para ser el autor del preámbulo de tu libro, trataré de ser fiel al origen griego del término *prólogo*: uno de los actores de teatro se adelantaba antes del inicio de la obra para pronunciar unas palabras al público. En este caso, las palabras son escritas y no habladas. Y el objetivo no es otro que contaros mi parecer con el fin de suscitar vuestro interés y animaros a que os adentréis en el magnífico libro de Carlos Pitillas.

Un prólogo es una presentación más del contenido que del autor. Aún así me parece conveniente hablar de este porque un libro se lee mejor y con más sentido cuando se conoce la trayectoria de la persona que lo escribe, cuando se esboza una semblanza de autor. Además, si se trata de un texto sobre vínculos afectivos, siempre me parece coherente contar en breves líneas la relación que me une con la persona autora del libro, a saber, Carlos Pitillas.

Carlos Pitillas atesora una brillante carrera: es doctor en psicología y ejerce, desde 2012, como profesor e investigador en la Universidad de Comillas de Madrid. Imparte la asignatura de psicoanálisis y de psicoterapia infanto-juvenil y participa en diversas investigaciones desde el Instituto Universitario de la Familia, donde es conocido, junto con la Dra. Berástegui, por el proyecto denominado *Primera Alianza*. Lo que destaco de Carlos es que siempre ha sabido combinar esta tarea con el trabajo clínico con las familias y los niños. Él está, por lo tanto, conectado con el ámbito profesional, lo cual le otorga una perspectiva privilegiada y hace que sus conocimientos sean mucho más ricos y veraces, pues la terapia sucede en el mundo real. Difícilmente puedes enseñar la asignatura de psicoterapia si no has tratado más que unos pocos pacientes. Carlos así lo ha entendido siempre (de hecho, comenzó su carrera como profesional y de ahí pasó a impartir docencia), y esto se deja ver en el libro, pues conjuga estas dos miradas con maestría: el conocimiento que se obtiene de la investigación junto con ese otro saber que se extrae de la experiencia y la relación con los pacientes, fuente imprescindible de aprendizaje continuo y significativo. Carlos, además, suele salir también de los muros de la Universidad para compartir sus conocimientos enseñando a

profesionales de diferentes programas formativos, organizados por diversas entidades y centros de psicoterapia.

Concretamente, he tenido el gusto de conocer en persona a Carlos acudiendo a uno de los cursos formativos que organiza desde el Instituto Universitario de la Familia. Sin embargo, sabía de él y de su trabajo gracias a Loretta Cornejo, psicóloga y psicoterapeuta infantil, quien dirige el Centro UmayQuipa en Madrid (con vínculos con su siempre amada Perú). Ella es quien me habló de Carlos (comparte docencia conmigo en el curso de Psicología evolutiva aplicada a la Gestalt que organiza anualmente UmayQuipa) y de sus bondades como persona y profesional. Pude acceder al material de trabajo que ofrece a sus alumnos en este curso y comprobar la excelencia del mismo. Posteriormente, nos hemos conectado por Facebook y nos hemos descubierto afinidades: por supuesto, la psicología; pero también la música, la literatura y el cine. Ambos compartimos pasión por Hitchcock. Un día le comenté que la muy recomendable «Vértigo» fue presentada en el Festival Internacional de Cine de Donostia y que se conservan fotografías del «mago del suspense» en las que se le ve en distintos lugares de la ciudad. A Carlos le encantan las anécdotas de este tipo. Finalmente, él ha colaborado desinteresadamente en el blog Buenos tratos que dirijo con un artículo sobre su libro escrito en co-autoría con Ana Berástegui, titulado: *Primera Alianza. Fortalecer y reparar los vínculos tempranos*.

Para que dispongas, amable lector, de un análisis valorativo del contenido y estructuración de *El daño que se hereda* (para profundizar más en dichos contenidos y la organización del libro puedes acercarte a la *Introducción* donde el propio Carlos los explica, además, muy bien) y te hagas una idea de lo que te puede aportar, he pensado que lo mejor es hacerlo de una manera diferente, que intente despertar tu interés: mediante una escena creada por mi imaginación. Espero que cumpla el objetivo de que sientas, amable lector, un deseo irrefrenable de que este libro forme parte de tu biblioteca y reine entre los ejemplares de tu colección.

Cuando estaba delante del ordenador, vino a mi mente la situación imaginaria que cuento a continuación. Tras reflexionarla, me pareció adecuada para que profundicemos en la valoración de *El daño que se hereda*.

Las seis palabras clave que definen a este libro

Me veo presentando el libro en una mesa, junto a Carlos. Observo a muchas personas, padres, madres y profesionales, delante de nosotros, sentados, dispuestos en filas. Nosotros, en una mesa presidencial, sentados también, con sendos micrófonos, como se acostumbra a ordenarse en estos actos. En el turno de preguntas, una persona levanta la mano y, mirándome, me dice:

—Le voy a proponer un reto, José Luis. —Todo el mundo se gira y le mira intrigado. Carlos y yo también nos sentimos sorprendidos. No es una intervención al uso para un acto de presentación de un libro.

—Dígame. —Le respondo.

—¿Es usted capaz de decir cinco palabras que describan este libro? Cinco palabras clave que puedan ser significativas de lo que nos puede aportar...

—Acepto gustoso el desafío, me encantan estos juegos creativos. Es más: diré seis en vez de cinco. Cuando termine de decir las palabras y explicar el porqué de su elección, le pediré que se fije en ellas y... ¡a ver si descubre algo fundamental, que permita explicar o justificar el que sean seis y no cinco! ¿Le parece bien seguir el juego? —Dije esbozando una sonrisa.

—¡Perfecto!— Dijo el creativo desconocido.

Dado que la pregunta me pilla de sopetón, decido usar una estrategia que pueda orientarme. Pienso que esto le da chispa y originalidad a la presentación del libro, ya que se aparta de lo típico y tópico en estos eventos.

Me tomo unos segundos en meditar las palabras y comienzo a decirlas y a explicar el porqué de cada una de ellas:

Científico. Si hay una palabra que creo debe ir en primer lugar es esta: ciencia. Carlos nos ofrece un compendio de las principales investigaciones en el ámbito del psicoanálisis, teoría del apego y corrientes relacionales e intersubjetivas realizadas en los últimos 50 años que le dan al libro fundamento y credibilidad. Nos entrega las aportaciones de numerosos autores expertos en el ámbito, convenientemente citados y traídos al texto de manera «ad

hoc», es decir, ha sido capaz de hacerlo convenientemente y sin que resulte farragoso o tedioso. El lector va a aprender de las contribuciones de grandes autores como Bowlby, Winnicott, Schore, Fonagy, Crittenden... y muchos más, que son los que han estudiado cómo el ser humano consigue desarrollar la autorregulación emocional, la noción y conciencia de la propia mente, sus estados internos y la capacidad reflexiva.

Siegel (2007) postula que no existen cerebros aislados y que el cerebro es un órgano de adaptación creado para la relación, y desarrolla sus estructuras a través de la interacción con otros. Tal y como este autor lo describe, las conexiones humanas modelan las conexiones neuronales de las que surge la mente.

Dentro de todas las relaciones y vínculos afectivos que establecemos a lo largo de la vida, el más importante de todos es el vínculo de apego que une al bebé con el cuidador (de los 0 a los 24 meses es el periodo más sensible del neurodesarrollo) del que Carlos habla con detenimiento a lo largo del libro. Cozolino (2017) refiere que el vínculo de apego orquesta el neurodesarrollo, pues influye poderosamente en cómo se establecen las conexiones neuronales del cerebro. La expresión genética está programada mediante la experiencia (...) «En efecto, el genoma es como un teclado mientras que los procesos químicos seleccionan las notas que se van a tocar» Cozolino (2017). Por ello, como dice Benito (2020), «la relación de apego no es la mera satisfacción de unas necesidades biológicas del niño sino un proceso de modelado del funcionamiento neurobiológico y fisiológico del niño a través de la figura significativa».

Carlos Pitillas pone la lupa precisamente en esta relación con la figura significativa, ampliando la mirada, describiéndonos, en la primera parte del libro, con maestría, de acuerdo a las investigaciones y su experiencia clínica, qué debe hacer el adulto para que el niño crezca con salud emocional y con un sentimiento básico de confianza en sí mismo y en el entorno. Aprenderemos cuáles son los ingredientes esenciales de la seguridad afectiva, pues los bebés humanos están orientados hacia las relaciones afectivas y sus cerebros listos para interconectar sus neuronas y configurar así las redes neurales que

dichas relaciones afectivas contribuirán a enlazar y cuáles desecharán porque no se usarán. El cerebro al principio de la vida es como un seto a podar: el jardinero (experiencias relacionales y de vida) cortará las ramas (redes neurales) que no se utilizarán y dejará las que sí lo harán; y esto ocurre especialmente durante los dos primeros años de vida.

Si tuviéramos que usar una metáfora que expresase de manera sencilla los logros que el niño alcanza cuando los padres actúan, como dice Winnicott (2009), de manera «suficientemente buena» (Carlos explica muy bien cuáles son las dimensiones de la seguridad en la relación de apego), es decir, una comparación que resuma en una imagen (sonora) lo que Carlos Pitillas cuenta en la primera parte del libro, esta sería una pieza musical de Bach. Este músico expresa en sus composiciones una armonía y una integración que da como resultado una música bella y fluyente, tal y como lo hacen las eficientes neuronas de un cerebro integrado. Pensad, por ejemplo, en el *Largo del concierto para piano en fa menor* de Bach. Representa a las mil maravillas lo que es la danza neuronal y un cerebro bien interconectado: unos genes (partitura) que se expresan moduladamente gracias a unos cuidadores competentes (director y músicos) que orquestan el neurodesarrollo. El sistema de regulación diádica madre/bebé del que nos habla Carlos (entre otras dimensiones de la seguridad en la relación de apego temprana) en la primera parte de su libro, encuentra, creo yo, en este ejemplo, la metáfora perfecta que concentra gráficamente la importancia de los buenos tratos a la infancia: el logro de la integración cerebral.

En la segunda parte, en cambio, Carlos Pitillas nos ofrece la contrapartida a este escenario: se centra en narrarnos lo que sucede cuando el bebé sufre trauma temprano, desorganización del apego y las estrategias que este tiene a su alcance para poder reorganizarse. Lo que más me gusta de esta parte –complicada de contar y comprimir, dado lo rica que es la investigación y la experiencia del autor– es que está plasmada de una manera en la que se puede comprender con claridad. El lector profesional familiarizado con la temática encontrará un texto estimulante que le llevará a múltiples referencias de autores clave en el ámbito, si quiere profundizar más. Y el lector profano en la materia podrá a su vez, aprender sobre trauma de un modo en el

que no va a sentir que se pierde, pudiendo comprender cuáles son los elementos principales que concurren en la traumatización infantil, con una mirada comprensiva, sistémica y también respetuosa con los niños y los padres. Pues estos, cuando dañan a sus hijos, es porque ellos no pudieron sanar de sus propias heridas infantiles. Intervenir tempranamente con la familia es clave para lograr la capacitación de los padres y la reparación en el niño por parte de estos. Precisamente, la tercera parte se centra en este punto y lo hace exponiendo concretos y precisos caminos psicoterapéuticos que les serán de gran utilidad a los profesionales que trabajan diariamente con familias cuyos cerebros están «organizados por traumas» (Barudy, 2020). El título del libro alude directamente a que la probabilidad de transmitir el trauma de una generación a otra es altísima. Baste recordar en este sentido las investigaciones en epigenética de Yehuda (2018), que apuntan en esta dirección: la manera en la que los padres cuidan de sus crías puede transmitirse mediante mecanismos epigenéticos.

Ameno. ¿Se puede escribir un libro de esta naturaleza y que resulte ameno y entretenido? Sin duda. Esta palabra también viene a mi mente, si pienso en *El daño que se hereda*. Mantener el rigor científico y no resultar aburrido es difícil y creo que Carlos lo ha conseguido. A ello contribuye el modo en el que ha estructurado el texto y la redacción que ha empleado: transparente, sencilla, con lenguaje especializado, pero explicando los significados más técnicos con palabras accesibles a todo el mundo, evitando barroquismos y lucimientos lingüísticos innecesarios y recurriendo a ejemplos reales de las familias con las que trabaja. Estas viñetas clínicas ilustran de manera vivencial lo que se explica científicamente, favoreciendo la comprensión de los conceptos e ideas. Cuando lees el libro, deseas avanzar más pues sientes que la lectura fluye. Carlos consigue enganchar al lector y hacer entretenido el contenido de su obra.

Rico. Aunar ciencia con praxis clínica, condensar 50 años de investigación científica en psicoanálisis y engranarlo con la experiencia profesional del autor fruto del trabajo directo con las familias y los niños, hacen de *El daño que se hereda* un libro con cualidades y valores que lo convierten en un texto muypreciado, al concentrar en un solo volumen de dimensiones manejables

un compendio de saberes académicos y profesionales en psicoterapia que nos llevaría mucho tiempo y esfuerzo de recopilación. Carlos Pitillas lo ha hecho por nosotros usando para su concepción una...

Lógica. Esta palabra viene del griego y significa «dotada de razón o principio». Para ello, Carlos ha organizado su exposición en base a contenidos coherentes con un contexto. La coherencia está en organizar el libro desde el argumento de lo que sucede en las relaciones afectivas tempranas marcadas por la seguridad, para pasar a ofrecer en congruencia con esto, lo contrario: qué sucede en dinámicas interactivas inseguras y traumáticas; para, finalmente, centrarse en exponer qué psicoterapia –siguiendo con la lógica– puede centrarse en curar la relación entre un adulto dañado y un niño pequeño que también sufre daño. Y el contexto en el que se entronca este marco epistemológico es el más importante de la vida: las relaciones tempranas padres/hijos, con énfasis en el tercer paciente: la relación.

Ordenado. El libro está magníficamente ordenado. Ello es sin duda debido a la profesión de profesor de Carlos Pitillas y sus habilidades para enseñar. Se nota que es profesor, que imparte docencia y tiene práctica en ello. La redacción, como ya he comentado, es concisa y de fácil lectura para todos, y la estructura del libro es muy didáctica. Al final de cada capítulo hay una tabla que recoge las ideas clave que se han trabajado en el mismo, a modo de resumen, con el fin de que nos quedemos con lo fundamental y ayudar así a que lo aprendamos. Y como también he apuntado, Carlos Pitillas trufa todo el libro de viñetas experienciales, cuadros resumen y figuras que ayudan a sintetizar lo importante. Un libro sin orden desorienta al lector y produce una sensación de caos que no es bien tolerado por el cerebro humano. *El daño que se hereda*, al contrario, está muy bien ordenado y sigue una hoja de ruta planificada que nos encamina y dirige a lo largo de todo el texto.

Sorprendente. Porque la vida humana y lo que cuenta este libro es fascinante «per se». Que las relaciones puedan influir en la misma citoarquitectura cerebral y que los contextos de seguridad den como resultado niños que serán futuros adultos estables, regulados emocionalmente, empáticos y con capacidad para vincular y ser felices y hacer felices a los demás, no deja de

ser sorprendente. Y Carlos Pitillas nos asombra en cada línea cuando nos cuenta «cómo los vínculos nos llevan a ser quienes somos», tal y como lo expresa Di Bartolo (2016) Libros como el de Carlos son muy necesarios porque van a favor de la integración y no se posicionan ni en el peligroso (y aún imperante) «esto es genético» ni en el no menos peligroso prisma que considera que la mente y la conducta no tienen nada que ver con las relaciones ni el cerebro. Por eso, te sorprenderá su integradora mirada.

[Se hace silencio]

—¿Qué le ha parecido? —Le digo a la persona que me ha propuesto el juego.

—¡Me ha encantado, muchas gracias! Me ha quedado muy claro y me hago una idea de lo que me voy a encontrar cuando lo adquiera. Pero... dígame, ¿por qué ha escogido seis y no cinco palabras? Me intriga...

—A ver si lo descubre. —Respondo con una sonrisa. Si repara en cada una de las seis palabras que he dicho, ¿nota algo, descubre algo que le llame la atención? Fíjese: Científico – Ameno – Rico – Lógica – Ordenado – Sorprendente.

—¿Ve algo que guarde relación con Carlos? —Le dije.

[Se hace silencio]

—¡Ya caigo! —Responde con entusiasmo. ¡Ha formado un acróstico con seis palabras y con la letra inicial de cada una sale el nombre del autor:

Científico

Ameno

Rico

Lógica

Ordenado

Sorprendente

—¡Bravo! —Le digo. Y todo el auditorio estalla en aplausos. El propio Carlos interviene después para alabar el ingenioso juego propuesto por el participante en el acto de presentación del libro y felicitar a José Luis por la elección de las palabras y la explicación de cada una de ellas.

—Además —le digo a Carlos en mi ensoñación— no sé si sabrás el significado de tu nombre. Seguramente, sí. Pero, por si acaso, os lo cuento. Una de las acepciones etimológicas del nombre de «Carlos» es la griega y significa «hombre maduro». Esta es la razón por la que he elegido las seis letras que componen tu nombre para describir tu libro, pues este refleja a la perfección lo que es: un libro maduro.

Y en ese momento nos damos un abrazo, que espero poder dárselo pronto cuando presentemos el libro. Que mi ensoñación se haga pronto realidad.

Y así, concluyo este prólogo esperando y deseando que experimentéis ese impulso que os conduzca a llevaros el libro a casa (o a desear empezar a leerlo con ganas) pues os he convencido con mis argumentos. Os dejo (ya va siendo hora) con Carlos Pitillas y *El daño que se hereda*. Que lo disfrutéis tanto como yo lo he disfrutado.

Getaria, 15 de julio de 2020

Referencias

Barudy, J. (2020). *El paradigma de las competencias parentales*. Powerpoint presentado en el marco del Postgrado en Traumaterapia Sistémica. Documento no publicado.

Benito, R. (2020). *La regulación emocional. Bases neurobiológicas y desarrollo en la infancia y adolescencia*. Madrid: El Hilo Ediciones.

Cozolino, L. (2017). *The neuroscience of psychotherapy: healing the social brain*. Nueva York: Norton.

Di Bártolo, I. (2016). *El apego: como nuestros vínculos nos hacen ser quienes somos*. Buenos Aires: Lugar Editorial.

Siegel, D. (2007). *La mente en desarrollo. Cómo interactúan las relaciones y el cerebro para modelar nuestro ser*. Bilbao: Desclée De Brouwer.

Winnicott, D.W. (2009). *Realidad y juego*. Barcelona: Gedisa.

Yehuda, R. y Lehrner, A. (2018). Intergenerational transmission of trauma effects: putative role of epigenetic mechanisms. *World Psychiatry*, 17 (3): 243–257.