

El vínculo del apego

Autor: Iturrioz Arribas, María (Licenciada en Biología, Profesora de Biología y Geología en Educación Secundaria).

Público: Profesores de Educación Infantil. **Materia:** Desarrollo socio afectivo. **Idioma:** Español.

Título: El vínculo del apego.

Resumen

El vínculo del apego es muy importante para los niños: proporciona seguridad y posibilita un correcto desarrollo emocional en el futuro. Por todo esto, los maestros de Educación Infantil deben conocer los mecanismos por los que se establece el apego seguro. También deben evitar ciertos comportamientos que pueden ocasionar que las relaciones entre maestro y alumno se tornen distantes. El presente artículo hace un repaso por la historia de la psicología infantil y aporta técnicas educativas de interés.

Palabras clave: Educación Infantil, Vínculo del apego, Metodología educativa, Relaciones sanas.

Title: The bond of attachment.

Abstract

The bond of attachment is very important for children: it provides security and allows for correct emotional development in the future. For these reasons, teachers in childhood education must know the mechanisms by which secure attachment is established. They should also avoid certain behaviors that may cause teacher-student relationships to turn distant. This article makes a review of the history of child Psychology and provides educational techniques in order to improve teachers' work

Keywords: Children's education, Bond of attachment, Educational methodology, Healthy relationships.

Recibido 2018-08-29; Aceptado 2018-09-03; Publicado 2018-09-25; Código PD: 099148

IMPORTANCIA DEL ESTABLECIMIENTO DE UN VÍNCULO DE APEGO SEGURO DURANTE LA EDUCACIÓN INFANTIL

Un aspecto importante en la educación infantil es el conocimiento y manejo del vínculo del apego. Se trata de un vínculo emocional muy intenso y duradero que los niños establecen con uno o varios adultos de referencia, puesto que les supone una manera de afrontar los miedos, de enfrentarse a los peligros. Proporciona seguridad, confianza y consuelo.

Para que los maestros o técnicos de educación infantil puedan crear lazos afectivos con los pequeños, es fundamental que éstos hayan desarrollado previamente relaciones sanas y fructíferas con sus padres, es decir, que hayan formado un apego seguro. Se establece durante los primeros 3 meses de vida y es una necesidad universal y primaria, permite un correcto desarrollo del sistema nervioso del bebé, gracias a las dinámicas sociales con las que empieza a trabajar. Un bebé sin apego se desconecta emocionalmente.

Pero no sólo es el niño quien sale beneficiado de este vínculo, también los padres y la especie, en general, asegurando la supervivencia de sus individuos, desde un punto de vista biológico.

FUNCIÓN DEL APEGO DURANTE LA VIDA

Durante los primeros años de vida, el apego es fundamental, puesto que desempeña importantes funciones:

- ✓ Mantener la proximidad hacia la persona de apego, para conseguir que ésta entienda las necesidades del niño y sea capaz de satisfacerlas. Sólo invirtiendo tiempo con el pequeño, el adulto será capaz de conocerle realmente.
- ✓ Afrontar la separación de un modo sano y no dañino para su estado emocional. Un niño siempre sufrirá perturbaciones tras la separación de la persona de confianza, pero si el apego se ha desarrollado de modo seguro, éstas serán mínimas y desaparecerán rápido.
- ✓ Poseer la suficiente seguridad para explorar el entorno físico y social. En realidad, el apego seguro mejora las conexiones neuronales, el desarrollo del cerebro, la organización mental de las ideas y, así, hace posible el aprendizaje,
- ✓ Conseguir apoyo emocional.

EVOLUCIÓN HISTÓRICA DEL CONCEPTO DEL APEGO

Un correcto apego ayuda al niño a sentirse seguro a la hora de explorar el entorno, así como a aceptar las separaciones breves de sus padres, además de ser una vía para el desarrollo de futuras relaciones sociales y afectivas (López y Ortiz, 1999).

El estudio del apego y su influencia en la educación infantil comenzó gracias a **René Spitz** en 1935. Este psicoanalista llevó a cabo estudios en varios centros de huérfanos, con niños que habían sido abandonados. Tras años de observación, dedujo que la madre adquiriría el papel de enlace del niño con el medio externo, de modo que la ausencia de ésta conllevaba una falta de seguridad hacia todo lo extraño y novedoso que rodeaba al bebé.

Pero el personaje más importante de esta película fue **John Bowlby**, quien centró sus estudios en la primera infancia, plasmadas en su obra “Vínculo afectivo y pérdida”, en 1978. Para Bowlby, el niño siente una necesidad imperiosa de contacto físico, contacto que va redirigiéndose a diferentes conductas a lo largo de los primeros dos años. Comienza con la succión (pecho materno, chupetes, biberones), durante los primeros 6 meses. La succión da paso al abrazo, el grito y la sonrisa, aproximadamente desde los 6 hasta los 12 meses y, una vez que el niño adquiere la capacidad de desplazarse de modo autónomo, aparece la tendencia a dirigirse hacia la persona de apego y de agarrarse a ella.

Bowlby recalca por primera vez que esta persona de apego no tiene por qué ser la madre biológica del infante, sino que el papel puede ser representado por cualquier adulto.

Si la interacción entre el niño y la persona de apego no es suficiente, el vínculo del apego no se desarrolla. Y eso es algo valioso, según Bowlby, para la vida del bebé y para su futuro como niño, joven y hombre o mujer: de él dependerá su confianza en sí mismo y en los demás, su sentimiento de seguridad y la manera en la que afrontará las separaciones, al igual que su autonomía.

Los detractores de Bowlby echan en falta que éste relega a un segundo plano las anteriormente vigentes teorías psicoanalíticas: el crecimiento del niño como persona viene determinado por la alimentación, la relación oral y el desarrollo del sistema nervioso.

Como principal seguidora y sucesora de Bowlby aparece **María Ainsworth**. Sus estudios se centraron en la observación de parejas de madres y bebés de hasta 3 meses de edad, como un mecanismo para predecir cómo se formaría el vínculo del apego.

Un año después, volvió a entrevistarse con las familias para analizar cómo se establecían las relaciones entre ellos. En este caso, expuso a los niños a lo que Ainsworth llamaba “situación extraña”: separaciones de la madre en diferentes contextos, con personas conocidas, desconocidas o bien dejándoles solos, para terminar con el reencuentro con su progenitora.

María Ainsworth advirtió que el 22% de los niños mostraban una actitud pasiva cuando la madre abandonaba el lugar, no parecían preocuparse ni disgustarse, sino que centraban su atención en detalles y objetos de su alrededor. Al producirse el reencuentro, el niño la evita. Otro 12% de los niños observados actúa de un modo totalmente diferente: llora y llama a la madre durante su ausencia y, al volver ésta, no consigue recuperar la calma, no cesando de llamar su atención.

Ainsworth llamó a la respuesta de la primera categoría de niños “apego ansioso-esquivo” y a la segunda “ansioso-resistente”. Para ella, ambos tipos de apegos eran inseguros y se debían a relaciones materno-filiales no sanas: falta de atención, rechazo, aversión al contacto físico, dificultad para expresar emociones.

Por el contrario, el restante 66% de los niños mostraba un “apego seguro”: se preocupa durante la ausencia de la madre y la acoge con cariño y alegría tras su vuelta, pero se calma rápidamente y vuelve a sus tareas anteriores. Reconoció que esta respuesta se relaciona con un vínculo sano, con madres que son capaces de detectar las necesidades de sus hijos y les dan respuesta de un modo adecuado.

Posteriormente, **William Sears**, en 2001, crearía su teoría de la “crianza con apego”: no sólo existe un vínculo de apego a lo largo de la vida, siendo niños. Por el contrario, éste es el primero de tres importantes vínculos. El segundo se corresponde con la adolescencia tardía y la búsqueda del segundo objeto, la pareja. Y el tercero será el establecido hacia los hijos.

Sears reconoce que en la adolescencia aparecen otras personas adultas que cobran especial importancia para los jóvenes, relegando la influencia de los padres a un segundo puesto: la atracción sexual comienza. Hay grandes variaciones

individuales durante esta etapa. En un extremo aparecen los adolescentes que se apartan completamente de los progenitores; en el otro extremo, quienes no pueden o no quieren desprenderse del apego primario y continúan adheridos emocionalmente a sus padres. En un término medio, como conducta ideal, están los jóvenes que mantienen un fuerte apego hacia su padre y su madre, pero también desarrollan vínculos con otros o incluso con grupos e instituciones fuera de la familia: escuela, trabajo, grupo religioso, etc.

TIPOS DE APEGO: TEORÍAS ACTUALES

El desarrollo del tipo de apego que se consolidará depende de las características de la persona cuidadora y de las del bebé, así como de la situación social y cultural que envuelve a la familia. Los vínculos de afecto serán más fuertes cuanto más estable sea esta relación materno-filial o paterno-filial y viceversa: si la relación es imprevisible o si aparecen interrupciones, será la ansiedad el sentimiento que domine al bebé (Bowlby, 1985)

Según las investigaciones de Rodrigo y Palacios, 1998, se establecen 4 tipos diferentes de apego: seguro, ansioso-ambivalente, evitativo y ansioso-desorganizado. No obstante, antes de entrar en las características de cada uno de ellos, hemos de indicar que la mayoría de los niños pasan por varios o por la totalidad de los apegos a lo largo de su infancia y también dependiendo de la persona de apego que se considere, en especial, abuelo y hermanos. Esto es importante para el desarrollo de sentimientos y aprendizajes.

El **apego seguro** suele formarse cuando las figuras de apego se muestran atentas a las necesidades de los niños y responden frente a ellas, de modo que los niños confían en ellas. Los pequeños desarrollan un autoconcepto positivo, se ven a sí mismos como amistosos y capaces de establecer relaciones sanas con los demás. Esto hace que muestren actitudes cálidas hacia sus semejantes, que se fíen de ellos y que establezcan lazos afectivos con facilidad. No tienen miedo al abandono por las personas queridas; no son excesivamente dependientes pero tampoco el hecho de depender de otros supone para ellos un inconveniente.

El **apego ansioso-ambivalente** surge cuando los padres no son capaces de comprender las señales enviadas por los niños y las respuestas ante éstos carece de coherencia. Esto no significa que no se muestren afectuosos y atentos, más bien todo lo contrario. Por consiguiente, ante la falta de predictibilidad de los progenitores, los infantes forman una visión de sí mismos no tan positiva: se creen personas poco inteligentes e inseguros, no se ven capaces de intimar en sus relaciones con los demás, incluso temen al abandono por sus parejas y huyen del compromiso. Los niños se muestran muy angustiados ante la separación de sus padres, pudiendo llegar a ejercer la violencia.

El **apego evitativo** corresponde a niños cuyos padres irresponsables hacia el cuidado o con actitudes de rechazo. El modelo de sí mismo así desarrollado es suspicaz, escéptico y retraído. Tampoco son capaces de establecer relaciones sentimentales plenas ni comprometerse ante ellas. "Se sienten incómodos intimando con otros y encuentran difícil confiar y depender de ellos" (Simpson, J. 1990)

Por último, el **apego ansioso-desorganizado** se presenta en niños cuyo vínculo materno-filial falla, generalmente, en casos en los que el padre o la madre maltratan a sus hijos, de modo físico, verbal o porque se muestran totalmente indiferentes ante ellos. Se asocia con el *síndrome no orgánico de detención del desarrollo*, que puede incluso conllevar problemas en el desarrollo físico, emocional y social, desnutrición y pérdida de peso. Sus esquemas mentales suelen ser negativos y lo más curioso de este tipo de apego es que los niños no sólo no huyen de la persona que les produce dolor, sino que se aferran más a ella. (Bowlby, 1985).

HARRY HARLOW Y EL EXPERIMENTO CON MONOS RHESUS

Harry Harlow, psicólogo estadounidense, estudió durante los años 60 la privación de la presencia de la madre, utilizando una especie de macacos.

Sometió a las crías de monos a la separación de sus madres y les dio a elegir entre el contacto físico o la comida. De este modo, les introdujo en unas jaulas en las que convivían con un biberón lleno de alimento y con un peluche de felpa que se asemejaba a la hembra del macaco.

Quería demostrar su teoría de que las crías de los mamíferos se relacionaban con sus madres porque éstas eran fuente de alimento. Sin embargo, los resultados dieron la razón a Bowlby: las crías optaban por quedarse sin alimento con tal de contar con el contacto físico que les proporcionaba el muñeco de felpa. Es más, se aferraban más a él cuando sentían

miedo y, por el contrario, la proximidad de la imitación de la madre les daba valor para explorar el entorno. Cuando se les separaba del peluche, se mostraban desesperados, gritaban, hasta que lo recuperaban, momento en el cual parecían calmarse, pero no completamente: seguían pendientes y temerosos de volver a ser separados.

IMPLICACIONES DIDÁCTICAS

Dirigiremos nuestra atención a la importancia del establecimiento del apego seguro a través de la Educación Infantil.

La primera de las unidades didácticas que se desarrollará al comienzo de esta etapa será la del **periodo de adaptación**. La escuela adquiere aquí un relevante papel como agente social. El centro es un lugar desconocido para el niño, de modo que éste debe obtener respuestas a las preguntas que rápidamente aparecerán en su mente, tales como “¿qué voy a hacer aquí?”, “¿con quién compartiré mi tiempo?”, “¿cómo debo comportarme?”, seguido de un largo etcétera.

También deberán adaptarse a las normas de funcionamiento y comportamiento dentro y fuera del aula, que varían en relación a la actitud hacia compañeros, maestros o trabajadores del centro. Será un lugar de juego, pero también de aprendizaje.

Se ha comprobado que el éxito de este periodo de adaptación marcará la vida académica del niño durante la Educación Infantil y su ilusión y alegría ante la asistencia a clase.

La planificación del periodo de adaptación se lleva a cabo siguiendo una serie de fases:

- ✓ La primera visita de los padres al centro, sin el niño, para conocer las instalaciones, el programa educativo y el personal, en caso de que sea posible. Además, las familias deberían sensibilizarse respecto a la importancia de la colaboración con la escuela, puesto que van a pasar a formar parte de ella, a ser un agente de cambio más en el desarrollo de los niños.
- ✓ La primera reunión de los padres con los maestros o equipo directivo. En ella se facilitará información sobre el funcionamiento del centro: horarios, aulas, servicios disponibles, reglas internas.
- ✓ Las actuaciones de los padres con los hijos para prepararle psicológicamente para la entrada a la Educación Infantil. De este modo, es importante que no se idealice la escuela ni tampoco se inculque la idea de un lugar con recia disciplina ni castigos constantes.

Pero no solo durante el periodo de adaptación: los maestros deben vigilar el apego seguro a lo largo de los primeros meses del curso y han de trabajar en estrecha colaboración con las familias para conseguirlo. El papel de los padres es fundamental: determina el tipo de apego que se establecerá en función de cómo asumen ellos mismos la separación, sus expectativas, su seguridad, su ansiedad y su grado de confianza tanto en el niño como en la escuela. Los niños captan las preocupaciones de sus padres y lo reflejan en comportamientos negativos.

De este modo, se considera que un maestro ha conseguido consolidar un correcto apego seguro cuando el niño:

- ✓ Es capaz de relacionarse con compañeros y adultos, expresando cariño y sus propias emociones y sentimientos.
- ✓ Comenta en el hogar las diferentes experiencias que ha vivido en la escuela y lo hace con sinceridad y alegría
- ✓ Adopta conductas relajadas
- ✓ No se comporta de modo agresivo
- ✓ No se aísla de los demás
- ✓ No hace referencia constantemente a sus padres ni a otras figuras de apego mientras está en el centro, ni reclama contacto físico del maestro de modo continuo
- ✓ Se mueve libremente por el aula, sin temor a ningún lugar ni rincón de ella

Bibliografía

- Spitz, R.A. (1965). El primer año de vida: un estudio psicoanalítico de desarrollo normal y anormal de relaciones de objeto. Nueva York: Prensa de Universidades Internacional
- Bowlby J (1999). Attachment. Attachment and Loss (v. 1) (2ª ed. edición). Nueva York: Basic Books
- Ainsworth, M.; Bowlby, J. (1965). *Child Care and the Growth of Love*. London: Penguin Books
- Sears, W. (2001). The Attachment Parenting Book: A Commonsense Guide to Understanding and Nurturing Your Baby (Sears Parenting Library)
- Rodrigo, M.J. y Palacios, J. (1998). Familia y desarrollo humano. Psicología y Educacion. Editorial Alianza.