

6.5: Formación de apegos

El apego es el vínculo estrecho entre el bebé y el cuidador con el que siente una sensación de seguridad. La formación de apegos en la infancia ha sido objeto de considerables investigaciones, ya que los apegos han sido vistos como fundamentos para futuras relaciones. Además, estos apegos constituyen la base para la confianza y la curiosidad como niños pequeños, y como importante influencia en el autoconcepto.



Figura 6.8: La Formación del apego en acción cuando un padre acurruca a un recién nacido. (Imagen de Andrés y Antoinette Ricardo usado con autorización)

Teoría psicoanalítica de Freud

Según Freud (1938) los bebés son criaturas orales que obtienen placer al chupar y meter objetos a la boca. Freud creía que el bebé se apegaría a una persona u objeto que proporcione este placer. En consecuencia, se creía que los bebés se apegaban a su madre porque ella era la que satisfacía sus necesidades orales y proporcionaba placer. Freud creía además que los bebés se apegarían a sus madres "si la madre está relajada y generosa en sus prácticas de alimentación, permitiendo así al niño mucho placer oral" (Shaffer, 1985, p. 435).

La investigación de Harlow

En un estudio clásico, los psicólogos de la Universidad de Wisconsin Harry y Margaret Harlow investigaron las respuestas de los jóvenes monos Rhesus para explorar si la lactancia materna era el factor más importante para el apego.



Figura 6.8: Un mono Rhesus chupando su dedo pulgar. (Imagen de [splotter.nl](#) bajo licencia [CC BY 2.0](#))

Los monos bebés fueron separados de sus madres biológicas, y dos madres sustitutas fueron introducidas en sus jaulas. La primera madre (la madre de alambre) consistía en una cabeza redonda de madera, una malla de alambres metálicos fríos y una botella de leche de la que el mono bebé podía beber. La segunda madre era una forma de goma espuma envuelta en una manta de felpa calentada. Los monos infantiles fueron a la madre de alambre en busca de comida, pero abrumadoramente prefirieron y pasaron mucho más tiempo con la cálida madre de felpa. La cálida madre de felpa no proporcionó comida, pero sí proporcionó consuelo (Harlow, 1958). La necesidad del bebé de tener cercanía física y contacto se conoce como **comodidad de contacto**. Se cree que la comodidad de contacto es la base para el apego. Los estudios de los Harlow confirmaron que los bebés tienen necesidades sociales y físicas. Tanto los monos como los bebés humanos necesitan una base segura que les permita sentirse seguros. Desde esta base, pueden ganar la confianza que necesitan para aventurarse y explorar sus mundos.

La teoría de Bowlby

Basándose en el trabajo de Harlow y otros, John Bowlby desarrolló el concepto de teoría del apego. Definió el apego como el vínculo de afecto o lazo que un bebé forma con la madre (Bowlby, 1969). Un bebé debe formar este vínculo con el cuidador principal para tener un desarrollo social y emocional normal. Además, Bowlby propuso que este vínculo de apego es muy poderoso y continúa a lo largo de la vida. Utilizó el concepto de base segura para definir un apego saludable entre padre e hijo (Bowlby, 1982). Una **base segura** es una presencia parental que le da al niño una sensación de seguridad mientras el niño explora el entorno.



Figura 6.9: Una madre ofrece una base segura mientras su bebé juega en un tobogán. (Imagen bajo licencia [CC0](#))

Bowlby dijo que se necesitan dos cosas para un apego saludable: El cuidador debe ser receptivo a las necesidades físicas, sociales y emocionales del niño; y el cuidador y el niño deben participar en interacciones mutuamente agradables (Bowlby, 1969). Además, Bowlby observó que los bebés harían esfuerzos extraordinarios para evitar ser separados de sus padres, como llorar, negarse a ser consolado, y esperar a que el cuidador regrese.



Figura 6.10: Este niño está buscando consuelo de una figura de apego. (Imagen en [Pexels](#))

Bowlby también observó que estas mismas expresiones eran comunes en muchos otros mamíferos, y en consecuencia argumentó que estas respuestas negativas a la separación cumplen una función evolutiva. Debido a que los bebés de mamíferos no pueden alimentarse ni protegerse a sí mismos, dependen del cuidado y la protección de los adultos para sobrevivir. Por lo tanto, aquellos bebés que eran capaces de mantener la proximidad a una figura de apego eran más propensos a sobrevivir y reproducirse.

Erikson: Confianza vs. Desconfianza

Como se discutió anteriormente en el capítulo 1, Erikson formuló una teoría de ocho etapas del desarrollo psicosocial. Erikson estaba de acuerdo en la importancia de una base segura, argumentando que el objetivo más importante de la infancia era el desarrollo de un sentido básico de confianza en los cuidadores. En consecuencia, la primera etapa, la confianza frente a la desconfianza, pone de relieve la importancia del apego. Erikson sostuvo que el primer año, a año y medio de la vida, implica el establecimiento de un sentido de confianza (Erikson, 1982). Los bebés son dependientes y deben confiar en otros para satisfacer sus necesidades físicas básicas, así como sus necesidades de estimulación y comodidad. Un cuidador que constantemente satisface estas necesidades infunde un sentido de confianza o la creencia de que el mundo es un lugar confiable. El cuidador no debe preocuparse por complacer excesivamente las necesidades de un niño en lo que respecta a comodidad, contacto o estimulación.

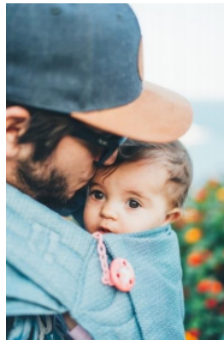


Figura 6.11: Este padre que lleva a su bebé está creando confianza con su hijo pequeño. (Imagen de [Ferenc Horvath](#) en [Unsplash](#))

Problemas para establecer la confianza

Erikson (1982) creía que la desconfianza podía contaminar todos los aspectos de la propia vida y privar al individuo del amor y la comunión con los demás. Considera las implicaciones para establecer confianza si un cuidador no está disponible o está molesto y mal preparado para cuidar a un niño. O si un niño nace prematuramente, no es deseado o tiene problemas físicos lo convierten en un desafío más difícil para los padres. En estas circunstancias, no podemos suponer que el padre va a proporcionar al niño un sentimiento de confianza.

Mary Ainsworth y la situación extraña

La psicóloga del desarrollo Mary Ainsworth, estudiante de John Bowlby, continuó estudiando el desarrollo del apego en los bebés. Ainsworth y sus colegas crearon una prueba de laboratorio que midió el apego de un bebé a sus padres. La prueba se llama **La situación extraña** porque se lleva a cabo en un contexto que no es familiar para el niño y por lo tanto es probable que aumenta la necesidad en el niño de estar con sus padres (Ainsworth, 1979).



Figura 6.12: Un bebé se arrastra en el suelo con juguetes alrededor como se hace en la Extraña Situación. (Imagen está en el dominio público)

Durante el procedimiento, que dura unos 20 minutos, el padre y el bebé primero se quedan solos, mientras que el bebé explora la habitación llena de juguetes. Luego un extraño adulto entra en la habitación y habla por un minuto con el padre, después de lo cual el padre sale de la habitación. El extraño se queda con el bebé durante unos minutos, y luego el padre entra de nuevo y el extraño sale de la habitación. Durante toda la sesión, una cámara de video graba los comportamientos del niño, que luego son codificados por el equipo de investigación. Los investigadores estaban especialmente interesados en cómo el niño respondió al cuidador que salía y regresaba a la habitación, conocida como la "reunión". Sobre la base de sus comportamientos, los niños se clasifican en uno de los cuatro grupos donde cada grupo refleja un tipo diferente de relación de apego con el cuidador. Un estilo es seguro y los otros tres estilos se conocen como inseguros.

- Un niño con un **estilo de apego seguro** generalmente explora libremente mientras el cuidador está presente y puede involucrarse con el extraño. Por lo general, el niño jugará con los juguetes y llevará uno al cuidador para mostrárselo y describirse de vez en cuando. El niño puede estar molesto cuando el cuidador se va, pero también está feliz de ver regresar al cuidador.
- Un niño con un **estilo de apego ambivalente** (a veces llamado resistente) es cauteloso sobre la situación en general, particularmente al extraño, y se mantiene cerca o incluso se aferra al cuidador en lugar de explorar los juguetes. Cuando el cuidador se va, el niño está extremadamente angustiado y es ambivalente cuando el cuidador regresa. El niño puede apresurarse hacia el cuidador, pero luego no se reconforta cuando es recogido. El niño todavía puede estar enojado e incluso resistirse a los intentos de ser calmado.

- Un niño con un **estilo de apego evasivo** evitará o ignorará a la madre, mostrando poca emoción cuando la madre se vaya o regrese. El niño puede huir de la madre cuando se acerca. El niño no explorará mucho, independientemente de quién esté allí, y el extraño no será tratado de manera muy diferente de la madre.
- Un niño con un **estilo de apego desorganizado/ desorientado** parece tener una manera inconsistente de hacer frente al estrés de la extraña situación. El niño puede llorar durante la separación, pero evitar a la madre cuando regrese, o el niño puede acercarse a la madre, pero luego quedarse quieto o caer al suelo.

¿Qué tan comunes son los estilos de apego entre los niños en los Estados Unidos? Se estima que alrededor del 65 por ciento de los niños en los Estados Unidos están conectados de forma segura. El veinte por ciento exhibe estilos evasivos y entre el 10 y el 15 por ciento son ambivalentes. Otro 5 a 10 por ciento puede caracterizarse como desorganizado.

Se han encontrado algunas diferencias culturales en los estilos de apego (Rothbaum, Weisz, Pott, Miyake, & Morelli, 2010). Por ejemplo, los padres alemanes valoran la independencia y las madres japonesas suelen estar al lado de sus hijos. Como resultado, la tasa de apegos evasivos y de inseguridad es mayor en Alemania y los apegos resistentes a la inseguridad son más altos en Japón. Sin embargo, estas diferencias reflejan la variación cultural más que la verdadera inseguridad (van Ijzendoorn y Sagi, 1999).

Ten en cuenta que los métodos para medir estilos de datos adjuntos se han basado en un modelo que refleja la clase media, con valores e interpretación en EE. UU. Los métodos más recientes para los estilos de datos adjuntos de evaluación implican el uso de una **técnica de clasificación Q** en la que se registra un gran número de comportamientos en las tarjetas y el observador ordena las tarjetas de una manera que refleja el tipo de comportamiento que se produce dentro de la situación (Waters, 1987). Hay 90 elementos en la tercera versión de la técnica de clasificación Q, y ejemplos de los comportamientos evaluados incluyen:

- Cuando el niño regresa a la madre después de jugar, el niño a veces es quisquilloso sin una razón clara.
- Cuando el niño está molesto o lesionado, el niño aceptará consuelo de adultos que no sean su madre.
- El niño a menudo se abraza o se estrecha a la madre, sin que ella pida o invite al niño a hacerlo.
- Cuando el niño está molesto por la partida de la madre, el niño continúa llorando o incluso se enoja después de que ella se ha ido.

Al menos dos investigadores observan al niño y al padre en el hogar durante 1.5 - 2 horas por visita. Por lo general, dos visitas son suficientes para recopilar información adecuada. Se le pregunta al padre si los comportamientos observados son típicos para el niño. Esta información se utiliza para probar la validez de las clasificaciones de Situación Extraña a través de la edad, culturas y con las poblaciones clínicas.

Consistencia del cuidador

Tener un cuidador consistente puede estar en peligro si el bebé es atendido en un entorno de cuidado infantil con un alto volumen de trabajadores o si está institucionalizado y se le da poco más que cuidado físico básico. Los bebés que, tal vez debido a estar en orfanatos con cuidados inadecuados no han tenido la oportunidad de adherirse en la infancia, todavía pueden formar apegos seguros iniciales varios años más tarde. Sin embargo, pueden tener más problemas emocionales de depresión, ira o ser demasiado amigables mientras interactúan con los demás (O'Connor et. al., 2003).

Privación social

La privación grave del apego parental puede conducir a serios problemas. Según estudios de niños que no han recibido cuidados cálidos y nutritivos, pueden mostrar retrasos en el desarrollo, falta de desarrollo y trastornos del apego (Bowlby, 1982). **La falta de desarrollo no orgánica** es el diagnóstico para un bebé que no crece, desarrolla o aumenta de peso a tiempo. Además, la depresión posparto puede hacer que incluso una madre bien intencionada descuide a su bebé.



Figura 6.13: Esta es una guardería residencial en 1888. (Imagen está en el dominio público)

Trastorno de apego reactivo

Los niños que experimentan negligencia o privación social, cambian repetidamente a los proveedores de cuidado principal que limitan las oportunidades de formar apegos estables, o se crían en entornos inusuales (como instituciones) que limitan las oportunidades de formar apegos estables pueden sin duda tener dificultad para formar apegos. Según el Diagnóstico y Manual de Trastornos Mentales, 5a edición (American Psychiatric Association-Asociación Psiquiátrica Americana, 2013), aquellos niños que experimentan situaciones de negligencia también muestran un comportamiento de apego notablemente perturbado e inapropiado para el desarrollo, siendo inhibidos e introvertidos, teniendo una mínima capacidad de respuesta social y emocional hacia los demás, y con un limitado afecto positivo, pueden ser diagnosticados con **Trastorno de apego reactivo**. Este trastorno a menudo ocurre con retrasos en el desarrollo, especialmente en áreas cognitivas y del lenguaje. Afortunadamente, la mayoría de los niños gravemente desatendidos no desarrollan Trastorno de apego reactivo, que ocurre en menos del 10% de estos niños. La calidad del ambiente de cuidado después de un grave abandono afecta el desarrollo de este trastorno.

Resiliencia

Resiliencia es la capacidad de superar desafíos y adaptarse con éxito. Incluso los niños pequeños pueden mostrar una fuerte resiliencia a las circunstancias adversas. La resiliencia se puede atribuir a ciertos factores de personalidad, como un carácter tranquilo. Algunos niños son cálidos, amigables y receptivos, mientras que otros tienden a ser más irritables, menos manejables y difíciles de consolar, y estas diferencias juegan un papel en el apego (Gillath, Shaver, Baek, & Chun, 2008; Seifer, Schiller, Sameroff, Resnick, & Riordan, 1996). Parece seguro decir que el apego, como la mayoría de los otros procesos de desarrollo, se ve afectado por una interacción de influencias genéticas y de socialización.

Recibir apoyo de otros también conduce a la resiliencia. Un grupo de apoyo positivo y fuerte puede ayudar a los padres y a sus hijos a construir una base sólida al ofrecer asistencia y actitudes positivas hacia el recién nacido y los padres. En una prueba directa de esta idea, el investigador holandés Van Den Boom (1994) asignó al azar a las madres de algunos bebés a una sesión de entrenamiento en la que aprendieron a responder mejor a las necesidades de sus hijos. La investigación encontró que los bebés de estas madres eran más propensos a mostrar un estilo de apego seguro en comparación con las madres en un grupo de control que no recibió capacitación.²²



Figura 6.14: Esta clase de masaje infantil podría proporcionarles capacitación y apoyo a las nuevas madres. ([Imagen](#) está en el dominio público)

Contribuyentes y atribuciones

22. [Lifespan Development: A Psychological Perspective](#) de Martha Lally and Suzanne Valentine-French bajo licencia [CC BY-NC-SA 3.0](#)

This page titled [6.5: Formación de apegos](#) is shared under a [CC BY](#) license and was authored, remixed, and/or curated by [Paris, Ricardo, Raymond, & Johnson](#) (College of the Canyons) .