

T.4. LA FORMACIÓN INICIAL DE LOS VÍNCULOS SOCIALES

Glosario conceptual:

- Depresión anaclítica
- Etología
- Impronta o troquelado
- Periodo crítico
- Macrosistemas
- Diseño longitudinal
- Otro: Modelo interno de trabajo (MIT)

1. INTRODUCCIÓN

Nacemos indefensos. Para muchos, esta es una señal de que la riqueza de nuestra especie no reside en las capacidades individuales sino en la facultad de cooperar y trabajar en grupo.

Nacemos indefensos → infancia prolongada → apego.

Función del apego: procurar la supervivencia y cuidados del bebé

La afinidad emocional, otros dispositivos de interacción temprana y la sensibilidad de los cuidadores → Apego

En el futuro, el apego → MIT (Modelo Interno de Trabajo)

ii El apego es más que una adaptación infantil, es un logro fundamental en nuestro desarrollo psicológico.

2. APROXIMACIÓN HISTÓRICA AL ESTUDIO DEL APEGO

A mediados del s. XX encontramos hasta cuatro posiciones teóricas a cerca de los motivos de esta relación. P.ej. El conductismo habla de **reducción del impulso** (+hambre). La idea de “madre despensa”.

Un autor importante fue **Spitz**. Trabajó con ñ institucionalizados.

- Bastaban 6 meses de buena relación con la madre para que su separación → depresión anaclítica.
- Los ñ con falta de cuidado y afecto → “síndrome del hospitalismo” (postrados, inexpresivos, pasivos).
- Los cuidados básicos (alimentar) no garantizan un vínculo afectivo, ni un desarrollo adecuado.

Pero la principal influencia llegó de la etología.

2.1. Aportaciones desde la etología

La conducta social es tan beneficiosa para la supervivencia que siempre presenta algunos aspectos innatos.

iiLorenz y la impronta o troquelado; periodo crítico.

Las conductas de filiación tb se han estudiado en primates. P.ej. Los **Harlow**:

- Las crías separadas → episodios de terror y conductas autocentradas o depresivas.
- Con madres sustitutas: la de felpa para guarecerse.
“Si hay conducta instintiva, esta se dirige hacia la búsqueda de afecto y protección, no de comida”.
- Un año de privación afectiva → miedosos o indiferentes a las relaciones sociales casi a perpetuidad.
- Aislamientos menos prolongados → conductas agresivas en la adultez. P.ej:
 - o Conductas de agresión suicida a monos adultos
 - o Fueron dañinos con las crías.
- Cuando la situación es menos adversa (aislamiento de -3 meses; otras cuidadoras) → las % de un comportamiento social adecuado y de una mater/paternidad no peligrosa aumentan significativamente.

2.2. El apego en el ser humano

a) Hipótesis propuestas por los psicoanalistas

La calidad de la relación m-h:

- o Tiene un efecto decisivo en el posterior desarrollo de la personalidad
- o Da la seguridad emocional necesaria para la exploración del medio y el desarrollo cognitivo.

No hay posición unánime respecto al origen y naturaleza de este vínculo. Así:

- Para Freud:
 - o 1º: es un impulso secundario, derivado de la satisfacción del alimento y la estimulación erógena.
 - o Después: la fuerza de la filogenia es tal que da igual si ha tetado/no, el desarrollo sigue un mismo camino.
- Para Burlingham y A. Freud en las guarderías Hampstead:
 - o El apego alcanza su pleno desarrollo dp de los 12 meses (2º año de vida)
 - o Los ñ se apegan incluso a madres malhumoradas y crueles.
 - o El potencial de apego siempre está presente en el ñ, y cuando siente la carencia de un objeto, se fijará en otro.
 - o El afecto se puede considerar independiente de lo que el ñ recibe → el ñ siente la necesidad de un vínculo temprano con la madre de manera instintiva.
 - o Esta postura supone un acercamiento a la consideración del apego como una conducta instintiva primaria.
- Para M. Klein:
 - o 1º: la relación va más allá de la mera satisfacción de necesidades fisiológicas.
 - o Después: se muestra indecisa: la importancia del pecho y la oralidad + un “algo más” (= el deseo primario de volver al vientre de la madre).
 - Señala la importancia del componente no-oral en la relación.
- Para Spitz:
 - o Es un impulso secundario: surge de la necesidad de alimento.

Podemos decir que la mayoría de los psicoanalistas se muestran disconformes con la t^a del impulso secundario, pero no encuentran explicaciones más plausibles.

Son los psicoanalistas húngaros y los etólogos los que han defendido la existencia de respuestas primarias de seguimiento.

B) La teoría etológica de Bowlby

Bowlby va a recoger los datos de los etólogos (monos) y los datos de los psicoanalistas (hospitales).

Tras la 2^a GM trabajó con niños institucionalizados/hospitalizados. Vio que cuando el ñ permanecía mucho tiempo alejado de sus padres, atravesaban tres fases de desapego (desvinculación emocional):

- Fase protesta
- Fase de inapetencia o indefensión
- Fase de desapego

Con estos datos presentó un informe a la OMS (1951) en el que enfatizaba la necesidad de que el ñ tuviera una relación íntima y continuada con su madre.

En 1958: su 1^a t^a sobre el apego.

- El vínculo afectivo m-h responde a un hecho primario con una importante función adaptativa.
- El ser inmaduros hace necesaria la creación de un fuerte vínculo con la madre como figura que vele por la proximidad física entre ambos.
- El vínculo afectivo se refleja en conductas que tienen por objetivo mantener el contacto con la madre.
 - La expresión de dichas conductas varía en función de la edad.
- Este vínculo se construye a partir de unos primeros dispositivos (la succión, el llanto, la sonrisa, el seguimiento visual, la tendencia a la adhesión) que predisponen al bebé hacia el contacto social.
 - La respuesta sensible del adulto hace que estas conductas se desarrollen para dar paso, en el 2^o año de vida, a las conductas típicas del apego (la búsqueda de proximidad física con la madre).

En 1969: 2^a versión.

- Entre los 9 y 18 meses el bebé incorpora nuevos sistemas de actuación para mantener la proximidad de la madre.
- El vínculo del apego actúa como un sistema abierto que se retroalimenta en el otro y que reacciona en función de las circunstancias a las que se enfrenta.
- La alimentación es una conducta más, pero no la clave de la vinculación.

La postura de B. concuerda con los planteamientos etológicos:

- La función adaptativa del apego
- El reconocimiento de unos sistemas de actuación que biológicamente nos predisponen a relacionarnos con los otros.

3. LA ORIENTACIÓN SOCIAL Y EMOCIONAL DEL BEBÉ EN EL MOMENTO DEL NACIMIENTO

El neonato dispone de ciertas inclinaciones biológicas que aseguran su condición social (imitación a los pocos minutos de vida, el rostro como E privilegiado, la voz). Además de otros mecanismos de orientación al exterior (llanto, sonrisa, imitación refleja o pausa en succión).

Es decir, desde el nacimiento exhibe ciertos mecanismos que solo tienen sentido si hay otro que los interprete.

De todo este conjunto de posibilidades destaca la facultad expresiva del bebé como un elemento clave en la creación de un marco comunicativo y afectivo con el adulto.

3.1. Apuntes sobre las expresiones emocionales.

Darwin planteó que la expresión de sentimientos básicos (ira, alegría, miedo, enfado o sorpresa) mantiene un vínculo biológico con dichos estados emocionales forjado a lo largo de la evolución.

Estudios modernos han corroborado la universalidad de la expresión emocional. P.ej:

- **Ekman y Friesen** con los fore de Nueva Guinea y con europeos: solo la expresión de miedo y sorpresa costó más.
- **Eibl-Eibesfeldt**: los ñ con ceguera congénita tienen el mismo repertorio de expresiones básicas.

3.2. La producción y comprensión de emociones básicas en el bebé.

A) Sobre expresión emocional:

Desde muy pronto se pueden localizar en el bebé expresiones faciales ≈ a las del adulto.

- Los bebés expresan su interés mirando fijamente (= adulto)
- Sabores dulce/amargo. Los observadores detectaban incluso si tenían mucha/poca concentración.

No obstante, se sostiene que son pocas las expresiones discriminadas que se pueden observar en el recién nacido.

A nivel muscular podría realizar todas las expresiones, pero para ello, ha de experimentarlas y esto no ocurre desde el nacimiento. Por ello, las expresiones faciales aparecerán progresivamente.

Según **Lewis**:

- Al nacer muestra una vida emocional bipolar:
 - o Angustia, a través del llanto y la irritabilidad
 - o Regocijo y placer con muestras generales de satisfacción y atención.

- Hacia el 3er mes: emociones más discriminativas y de carácter más social.
 - o Sonrisa: deja de ser una mueca origina por estados de bienestar internos y brota en R. a E. sociales.
 - o Tristeza (≠ malestar)
 - o El llanto como reclamo de atención
 - o Primeros síntomas de indignación.

- Entre el 4º y 6º mes:
 - o Cólera y enfado

- + 6 meses:
 - o Sorpresa (ruptura de una expectativa o un “ajá”)

- A los 7 meses:
 - o Miedo (lo muy diferente)

- Como resultado: hacia los 8 o 9 meses tiene un amplio repertorio de expresión emocional (asco, alegría, tristeza, ira, sorpresa y miedo), cuya conexión con la emoción vivida parece tener una base innata.

B) Sobre comprensión emocional:

Los datos refuerzan la posición innatista de Darwin.

Estudios basados en el paradigma de habituación: el tº de fijación visual aumenta con la presentación de una expresión emocional nueva (=¡la distinguen, aunque esto no significa que comprendan su significado!)

Este conocimiento sí se manifestó en el estudio de **Haviland y Lelwica** en el que ñ de 10 semanas respondían de forma congruente a las expresiones mostradas por sus madres. Así:

- Ante la alegría → alegres
- Ante la tristeza → succionaban o movían los labios
- Ante el enfado → se enfadaban o se quedaban inmóviles

Estos datos son ≈ a los que encontró Darwin sobre su hijo.

Como conclusión:

Más allá de las diferencias culturales o de edad, hay un conjunto de expresiones básicas que se reflejan en el rostro y que son compartidas de manera universal. Esto permite que los ñ respondan de forma congruente a las emociones observadas y con acciones que no son una mera copia del gesto adulto.

4. FORMACIÓN DEL APEGO EN LA PRIMERA INFANCIA

Ver tabla pág 128: Fases en el desarrollo del vínculo afectivo según Bowlby

- Fase 1. Orientación y señales sin discriminación de figura (0-8/12 semanas)
- Fase 2. Orientación y señales dirigidas hacia una o más figuras discriminativas (2/3 meses – 6/7 meses)
- Fase 3. Mantenimiento de la proximidad hacia la figura por medio tanto de la locomoción como de señales (6/7 meses – 24 meses)

- Fase 4. Formación de una asociación con adaptación al objetivo (+24 meses)

B. creía que un ñ ya está apegado en algún momento entre la fase 3 y 4 (= entre el 1er y el 2º año de vida)

El apego no necesariamente se establece con una única persona. Al final del 1er año podrá sentirse apegado a diversas personas pero hay “jerarquía de apegos” y estilo de apego.

Aunque la posibilidad de crear vínculos afectivos permanece a lo largo de toda la vida, el 1er vínculo sienta un precedente para los siguientes.

5. CLASIFICACIÓN DE LOS TIPOS DE APEGO

Las relaciones de apego se definen por la confianza, la intimidad y la duración en el tiempo.

M. Ainsworth: “en todas las culturas los ñ muestran algún tipo de apego, pero hay ≠ notables en el carácter que este adopta”.

Además, a través de “**la situación extraña**” estudió las reacciones de los ñ ante ≠ situaciones amenazantes. (ver tabla pág 129)

El experimento (de 8 episodios) orbita en torno a dos puntos antagónicos, ejes del apego:

- La búsqueda de protección
- La necesidad de exploración del medio

A partir de los datos encontrados distinguió 3 tipos de apego:

1. **Apego seguro** (65% de la población de ñ de clase media EEUU):
 - Explora en presencia de la madre y se detiene cuando se va.
 - Cuando vuelve, se alegran (la saludan) y recuperan la tranquilidad y exploración.
 - Representa el equilibrio entre la exploración y la búsqueda de seguridad.
 - El de mejor pronóstico futuro (competencia social)
 - Es el tipo de apego más % en las clases sociales más estables.

Y como apegos inseguros:

2. **Apego evasivo o evitativo** (20%):
 - El patrón inverso al seguro.
 - Cuando la madre se va, no dan señales de ansiedad.
 - Cuando esta regresa, no la saludan (la ignora o evita)
 - La madre ≈ al extraño
 - Solo cuando que quedan solos parecen ansiosos o disgustados.
3. **Apego resistente o ambivalente** (15%):
 - Cuando se va → gritos y protestas
 - Cuando vuelve → enfadado
 - Este comportamiento revela cierta ambivalencia entre una tendencia a buscar su proximidad y otra opuesta a rechazarla.
 - Alto nivel de ansiedad incluso en presencia de la madre.

Dp **Main y Solomon** añadieron un 4º tipo: **el apego desorganizado o desorientado**.

- Conducta difícil de describir.
- Comportamiento inestable y contradictorio que no parece seguir ninguna organización lógica. Es un patrón atípico.
- Se cree que el temor y la falta de coherencia que expresan responde a las reacciones imprevisibles y atemorizantes del adulto.
- Visto en ñ maltratados.
- Es el apego más dañino y con peores consecuencias en el futuro.

Dicho lo anterior:

- La respuesta de cómo el tipo de apego afecta a nuestro edificio psicológico continúa en investigación.
P.ej. **Chisholm** mantiene que todos los tipos de apego son adaptativos, depende de las situaciones.
- Tb hay ciertas discrepancias en la interpretación del comportamiento evitante: podría reflejar cierta costumbre con las situaciones de encuentro/desencuentro más que una falta de vínculo.
- Y tb se ha cuestionado la impasibilidad inherente al tipo evitativo: se ha visto que cuando la madre se va, sufren una elevación cardiaca \approx a los ñ de apego seguro.

Finalmente, hay que mencionar la influencia del macrosistema en el tipo de apego (Ω tipo de apego – cultura):

- En sociedades tradicionales (culturas asiáticas) \rightarrow apego seguro
- Algunas sociedades occidentales \rightarrow apegos evitativos (\rightarrow intento de fomentar la independencia desde ñ)

6. FACTORES QUE AFECTAN A LA FORMACIÓN DEL VÍNCULO DE APEGO

Hay factores que influyen en la formación del apego. P.ej.:

Por parte del ñ: su carácter/perfil.

- A los apáticos se les tiende a ignorar.
- Los excitables suelen obtener R. exasperadas.

Respecto a la madre: **Bowlby** mantenía que si bien madre e hijo aportan VV biológicas y temperamentales a la relación, solo la madre incorpora elementos de su historia previa, valores culturales y expectativas sobre la crianza. Esto hace que su comportamiento resulte más variado e imprevisible.

Y cita el estudio de MOSS:

El modo en que las madres responden al llanto del h en los tres primeros meses, correlaciona con el tipo de ideas y sentimientos sobre la crianza expresados 3 años antes.

Y destaca el estudio de DAVID Y APPELL:

Los ñ siempre responden a las iniciativas de sus madres, mientras estas les corresponden en función de su propia idiosincrasia.

Marrone tb aporta al respecto:

- La R. sensible de la madre durante el 1er año de vida es el mejor predictor de la seguridad del apego del ñ en ese año de vida.
- La actitud distante y rechazante (sobre todo de contacto corporal) → predice un apego evitativo.
- Madres inconstantes, que desalientan la autonomía → ñ ambivalentes.

Así, parece que son las relaciones marcadas por la sensibilidad del adulto las que conducen, con mayor probabilidad, a un vínculo de apego firme.

Sensibilidad = la habilidad para responder de forma contingente, con la intensidad y cualidad adecuadas a las señales y demandas del bebé.

- Se desmitifica la importancia del tipo de alimentación o la edad del destete. Toda opción es buena, lo importante es la SENSIBILIDAD.

7. LOS ELEMENTOS DEL VÍNCULO DE APEGO

El vínculo afectivo posee un marcado carácter emocional y tb un componente mental.

Este último, menos evidente, se refiere a la construcción de un modelo interno por el que se representa la relación vinculante y recoge, especialmente, el grado de confianza y disponibilidad que el bebé ha percibido en los otros. Es lo que Bowlby denominó Modelo Interno de Trabajo (MIT).

Una característica de los modelos mentales es su capacidad para generar expectativas sobre el futuro, así como para filtrar e integrar la información nueva.

- Los modelos mentales ayudan al ñ a dotar de significado a la realidad.
- Un modelo de apego seguro hará creer al ñ que la persona amada estará siempre accesible y que su ayuda será incondicional.
- En el peor de los casos, un ñ puede creer que no merece ser amado y no tener expectativas de ayudas ajenas en caso de necesidad.
 - G^a-Torres: en ñ maltratados o abandonados hay una mayor incidencia de modelos mentales erróneos que incitan al ñ a culparse de los castigos maternos o de los conflictos parentales.
- Se tiende a asumir que los MI son dinámicos y están en continuo crecimiento en función de las relaciones afectivas que se tengan. No obstante, la representación

original de la relación vinculante actuará de base para futuras interpretaciones y su transformación absoluta no resulta sencilla.

- Los MI tienden a operar de modo inconsciente, lo que supone que las interpretaciones resultantes pueden estar sesgadas, tendiendo a perpetuar un modelo de relación del que el sujeto ni siquiera es completamente consciente.
- No hablamos de un determinismo absoluto de las experiencias tempranas, pero qz sí de un 1er sesgo en la forma de percibir las relaciones con los otros.
- P.ej. como señala **Moreno**: las nuevas experiencias de los ñ maltratados en familias de adopción no sustituyen de forma inmediata a las pasadas.
 - Desafía y pone al límite a su nueva familia, a fin de confirmar el modelo de relación que le resulta más familiar.
 - El éxito de la adopción dependerá en parte de la antigüedad y cualidad de los MI.

8. LA ESTABILIDAD DEL VÍNCULO DEL APEGO

- Hay numerosas evidencias:
 - Sobre la estabilidad del apego en el 2º año de vida
 - En poblaciones normales el apego seguro tiende en mayor medida a la estabilidad que el apego inseguro.
- Para algunos: el 1er apego suscita un MI capaz de condicionar las restantes situaciones.
- Para otros: el apego es flexible y adaptativo, capaz de acomodarse a las diferentes situaciones.

Los MI de relación son múltiples y son revisados continuamente.
- Curiosamente, ambas posturas encuentran su lugar en los datos.
 - El 72% de los adultos mantiene el estilo de apego que construyó en la infancia.
 - El 28% restante lo modifica.

La continuidad encontrada puede atribuirse tanto a la naturaleza estable del vínculo como a la del ambiente.

A) Continuidad:

- **SOUFRE** defiende el modelo de continuidad.
 - Los ñ con apegos inseguros tienden a generar hostilidad en los demás, que suelen responder con agresividad confirmando el modelo original del ñ.
 - Los ñ con apego seguro escogen compañeros que confirman sus expectativas de apoyo mutuo.
 - El macroestudio longitudinal de **Mineapolis** (Soufre y Egeland) respaldó este modelo.
 - Los ñ con apego seguro a los 12-18 meses → más empáticos, socialmente más competentes y con más amigos que los que fueron clasificados años antes como inseguros.

- Las ≠ se mantenían hasta la preadolescencia.
- Tb se han dado correlaciones entre el apego de los 1^{os} años y el estilo de apego en las relaciones amorosas.
- Desde las posturas continuistas se piensa que:
 - Los ñ con apegos evitantes → adultos “fríos”
 - Los ñ ambivalentes → adultos inestables
- Pero tb son numerosos los estudios que encuentran que los tipos de apego cambian en función de experiencias significativas.

B) Modificación:

- **LAMB:** cualquier cambio que afecte de forma severa y constante a las formas de relación podría ocasionar cambios en el apego de los h.
- **Thompson:** en las clases sociales más bajas hay +% de que el apego seguro mude hacia formas inseguras, a causa de los mayores riesgos sociales a los que se enfrentan.
- Hay evidencia de que acontecimientos que afectan a las condiciones de cuidado de los ñ (divorcio, cambios de residencia, nuevo hermano...) → cambios en el tipo de apego.
- De especial importancia: el apego con la pareja
 - Un apego inseguro puede mudar a otro basado en la confianza y autoestima, si la relación de pareja ofrece unas condiciones de confianza estables.

Lo mejor: mantener cierto eclecticismo (=el apego suele ser estable, pero susceptible a cambios).

9. RESUMEN Y CONCLUSIONES

- El apego basado en la idea de “madre despensa” fue contraatacado por evidencias clínicas que mostraban que ñ con cuidados afectivos insuficientes, aunque bien alimentados, sufrían serios problemas emocionales.
- La investigación con animales mostró:
 - Que la vinculación temprana en aves es primordial para su supervivencia y que existían mecanismos innatos que favorecen dicha proximidad
 - La importancia de las experiencias sociales tempranas para el desarrollo de los primates.
- Esto llevó a Bowlby a elaborar una t^a que interpreta el apego d.p.d.v adaptativo
 - La función pral: generar la confianza suficiente como para permitir la exploración y buscar la proximidad en situaciones de peligro.
 - Este cordón adaptativo tendría una base biológica:
 - Conjunto de dispositivos de interacción muy básicos que predisponen al bebé y al adulto a interactuar entre sí.

- La capacidad del bebé para comprender y mostrar emociones \approx a las de los adultos favorece la sincronía entre ambos y el establecimiento de interacciones positivas y contingentes.

- Los apegos inseguros se caracterizan por:
 - No propiciar suficientemente la exploración del entorno.
 - No fomentar la búsqueda de protección en situaciones peligrosas.

- **Manifestaciones conductuales del vínculo del apego:**
 - Búsqueda de proximidad con la figura de apego
 - Resistencia a la separación (síntomas de angustia ante la pérdida)
 - Intentos por mantener un contacto sensorial privilegiado con la figura de apego
 - Uso de la figura de apego como apoyo para la exploración del mundo físico y social.
 - Búsqueda de refugio y bienestar emocional en los momentos de tristeza, temor o malestar.

