

LECTURA 4: LOS PRIMEROS VÍNCULOS SOCIALES

AINSWORTH. EL APEGO Y LA SEPARACIÓN (1970)

El establecimiento de los vínculos es uno de los factores importantes para el desarrollo mental y la supervivencia de las crías. La cooperación es una de las claves del éxito adaptativo de la especie.

Ni siquiera los chimpancés dan muestras de cooperación tan elaboradas como las que ofrece un niño de 2 años.

La 1ª relación social

De entre todas las relaciones regulares que va teniendo el niño, va emergiendo una relación especial con la persona que le cuida más directamente, a la que llamamos "figura maternal", y que puede ser desempeñada por la madre o por cualquier otra persona (incluso por un niño mayor).

La función de este 1^{er} vínculo es procurar emocional es procurar la supervivencia y cuidados. Cuando el vínculo está bien establecido podemos ver conductas orientadas a mantener la cercanía y el contacto con la figura de apego, especialmente, es situaciones amenazantes.

Más tarde, el niño generará una representación de la relación vinculante, es lo que se conoce como **modelo interno de trabajo (MIT)**, que además de ordenar las experiencias vividas, permiten desarrollar expectativas sobre la disponibilidad y seguridad que ofrece la figura de apego.

El modelo de relación que se genera en la 1ª infancia ocupa un lugar privilegiado en la ontogénesis y podría afectar al modelo en que se entienden y afrontan otras relaciones. Así, un modelo negativo podría entorpecer establecer en el futuro relaciones íntimas y basadas en la confianza.

¡¡El apego es algo más que una adaptación infantil, es un pilar fundamental en nuestro desarrollo psicológico.

Antes se pensaba (Freud, el conductismo de Watson y demás) que esa 1ª relación se establecía por la satisfacción de las necesidades del niño (comer, ser limpiado, el confort...). Con el tiempo esa relación se independizaba de la satisfacción de estas necesidades y el niño encontraba placer en la relación por sí misma. Así, a través de una **necesidad primaria** se establecía una **relación secundaria**, que con el tiempo se haría autónoma.

Freud y Watson (conductista) defendieron esta idea (el apego se establece sobre la satisfacción de necesidades importantes y urgentes como la alimentación o el confort). Si bien, el psicoanálisis le dio al apego una mayor importancia en el desarrollo afectivo.

Pero esta posición teórica tenía contraejemplos:

- Apego del niño a adultos maltratadores.
- Niños desvinculados a pesar de estar alimentados y cuidados.

También se pensaba que la etapa más importante para la formación del carácter era la adolescencia.

Fue Freud quien insistió en la importancia de los 1^{os} años de vida para el desarrollo del niño, defendiendo además que la relación con la madre constituye el modelo de todas las relaciones afectivas posteriores. Aunque, como ya hemos visto, Freud también pensaba que el apego era secundario, esto es, era resultado de necesidades primarias.

Hoy pensamos que esa 1^a relación es muy importante para el desarrollo posterior del individuo, y que puede marcarle en su vida futura.

El descubrimiento del apego

Uno de los avances más importantes (a partir de los años 50) fue mostrar que la relación con los demás es una necesidad primaria (como puede ser la alimentación). En esto influyeron los trabajos de Lorenz (el **troquelado** = el ave, tras salir del cascarón, se apega al 1^{er} objeto que se mueve).

A partir de estos trabajos se abrieron dos vías de investigación independientes que ayudaron a entender la importancia de esta relación:

1. Los trabajos de Bowlby sobre ñ de posguerra hospitalizados, que tenían malos o inexistentes vínculos familiares.

- La separación prolongada de los progenitores (por la internalización en el hospital) tenía consecuencias desastrosas: llegaban a pasar por 4 fases que podían culminar en una completa desvinculación emocional.
- En el informe que envió a la OMS (1951) enfatizaba la necesidad de que el ñ pueda tener una relación íntima y continuada con la madre.
- En 1958 expone su 1^a teoría sobre el apego (*versión del instinto*). En ella se desvincula de las posiciones mantenidas por psicoanalistas y conductistas, y se decanta por una explicación de corte etológico en la que el vínculo afectivo responde a un hecho primario.

Llamó a esa 1^a relación vinculante “**apego**”. El apego tenía un valor esencial para la supervivencia y era el resultado de años de evolución.

- En 1969 refina su 1^a versión (*versión del instinto*). A esta nueva versión la denomina *versión de la autorregulación*:
 - o el apego surge desde la activación inicial de sistemas sociales muy básicos, que dan lugar, en el 2^o año de vida del ñ, las conductas prototípicas de apego.
 - o Es decir, habría una *sensibilidad biológica hacia el otro* que, más tarde y ante su respuesta positiva, permite que aparezcan las conductas de apego que tienen como resultado una alta probabilidad (¡no es inexorable!) de aproximación y mantenimiento del contacto con la figura materna.
 - o Se trata, por tanto, de un sistema que se retroalimenta, y que reacciona/autorregula en función de las circunstancias.
 - o Tb es de corte etológico.

2. Los trabajos de los Harlow sobre monos:

- La Dra. Van Wagenen le puso en la pista de la importancia del contacto corporal para el desarrollo (los pañales).
- Los monos de Harlow preferían estar en el cilindro de felpa (especialmente cuando lago les asustaba), aunque donde estaba el alimento era el cilindro de alambre → Contraejemplo para la posición tradicional.

La interacción entre el niño y la madre

M. Ainsworth, seguidora de Bowlby, distingue distintos tipos de apego, que se manifiestan sobre todo en las separaciones.

Se distingue:

- Apego: vínculo invisible que no se puede observar directamente, que persiste en el tiempo y que se mantiene en la separación y la distancia.
- Conductas de apego: son las manifestaciones visibles de apego (conductas que favorecen la proximidad y el contacto. P.ej: la aproximación, el seguimiento, el abrazo, la sonrisa, el llanto o las llamadas).

¡¡Pero la abundancia de estas conductas no es prueba de que exista un buen apego. Precisamente, cuando son muy exageradas quizá lo que esté manifestando es que se siente inseguro en la relación, que puede tener miedo a la separación, que no tiene confianza plena en la disponibilidad de la figura de apego.

Por ello, en las **separaciones** es donde mejor se ve la calidad del apego.

A. diseñó **“la situación extraña”** (sucesión de episodios en las que el ñ está con la madre, y/o con una extraña, o solo), referente actual para evaluar los tipos de apego en los niños en torno a **1 año** de edad.

AINSWORT Y BELL. APEGO EXPLORACIÓN Y SEPARACIÓN, ILUSTRADOS A TRAVÉS DE LA CONDUCTA DE NIÑOS DE 1 AÑO EN UNA SITUACIÓN EXTRAÑA (1970)

Apego (humano o animal) = vínculo que obliga a estar juntos en el espacio y que permanece con el paso del tiempo.

Característica pral: procurar, obtener y mantener un cierto grado de proximidad al objeto de apego, el cual pasa de un estrecho contacto físico, en algunas circunstancias, a la interacción o comunicación a una cierta distancia, en otras. Las conductas de apego son conductas que favorecen la proximidad o el contacto (p.ej. aproximación, seguimiento, abrazo, sonrisa, llanto, llamadas...)

El ñ muy pequeño muestra conductas de apego (procuradoras de proximidad) como el llanto, la succión, la rotación de cabeza al contacto con la mejilla y la sonrisa a pesar de que no puede distinguir lo suficiente como la dirigirlas hacia una persona determinada. Estas conductas iniciales indican una disposición genética a llegar a estar apegado.

Quando estas conductas, acompañadas de otras (procuradoras de proximidad) llegan a organizarse jerárquicamente y a dirigirse activa y específicamente hacia la madre, se puede decir que el ñ está apegado a ella.

La intensidad de las conductas de apego pueden aumentar o disminuir según las circunstancias, pero una vez que el apego se ha establecido, siempre está aunque no se evidencie.

El apego es una organización de sistemas comportamentales que posee una parte interna, estructural, que permanece también durante los periodos en que no son activados sus componentes comportamentales.

El código genético proporciona al bebé conductas cuyo resultado normal (no inexorable) es que madre e hijo estén juntos.

Por otro lado, la conducta exploratoria (tb marcado por lo genético) es igualmente importante desde p.d.v evolutivo. Se necesita el equilibrio de ambas dos: proximidad –exploración.

Sobre esta interacción:

- Aunque al principio m-b están en contacto estrecho casi continuamente, pronto se ponen de acuerdo para hacer más flexibles los vínculos que les unen.
- Harlow utilizó una situación extraña para demostrar la función de seguridad de las madres de felpa en crías de Rhesus.
- El procedimiento de situación extraña proporciona más de una oportunidad para observar cómo la conducta exploratoria se ve afectada por la presencia/ausencia de la madre y otras situaciones.

La situación extraña

Es una prueba situacional desarrollada en el contexto de laboratorio en la que poder observar:

- Hasta qué punto el ñ utiliza a su madre como una base segura a partir de cual explorar una situación extraña.
- Hasta qué punto la conducta del apego predomina sobre la de exploración en condiciones de alarma (aparece la extraña) y en condiciones de separación y reunión con la madre.

Método

56 ñ de padres blancos de clase media fueron observados entre la 49 y la 51 semanas.

Procedimiento

- Pasar a los niños por 8 episodios de orden estándar para todos: primero se producían los episodios menos perturbadores.
- La situación fue diseñada para que fuera lo bastante sorprendente (aunque cotidiana) como para ser explorada, pero no tanto como para que produjera miedo y aumento de apego (así, la aproximación de la mujer extraña fue gradual).
- Intervienen 4 personas: O,M,B,E

Conductas medidas: conductas de exploración (visual, locomotora y manipulativa), llanto y cinco tipos de conducta:

1. Conductas procuradoras de contacto y proximidad: aproximación, gateo, alcance, llantos dirigidos...
2. Conductas que mantienen el contacto: unión, abrazo, apretón, seguimiento, resistencia a la separación, protesta...
3. Conductas que evitan la proximidad y la interacción: ignorar al adulto (no mirarle, alejarse de él, girarse...)
4. Conductas que se oponen a la interacción y el contacto: alejarse con irritación, pegar, patear, retorcerse para escapar, rechazar juguetes, gritos enojados, echarse al suelo, mal humor...

Estas conductas se evalúan en la relación m-b (episodios 2, 3, 5 y 8) y en la relación e-b (episodios 3, 4 y 7)

5. La conducta de búsqueda: se puntuó en los episodios de separación (4, 6 y 7). P.ej. seguir a la madre hacia la puerta, intentar abrirla, golpearla, permanecer en dirección a la puerta, dirigirse hacia la silla vacía de la madre o mirar hacia ella.

Y estas conductas se medían en cuanto a su intensidad, frecuencia, duración, latencia y el tipo de conducta (activa o indicativa).

Resultados:

Buena fiabilidad de Pearson y de Spearman.

Conducta exploratoria

Claro declive en las tres formas de conducta exploratoria a partir del episodio 2. Su nivel más bajo se da en el ep. 7

Llanto

La situación exploratoria no causa en sí misma llanto o disgusto. La incidencia del llanto aumenta con la 1ª salida de la madre (ep. 4), y no lo hace significativamente cuando la extraña vuelve = es la ausencia de la madre, más que la simple soledad, lo que disgusta a la mayoría de los bebés.

Hay una mayor incidencia de llanto en el ep. 6 que en el ep. 4 lo que se debe a un efecto acumulativo.

Conducta de búsqueda durante la separación: Moderada en el ep. 4, fuerte en el ep. 6 y moderada en el ep. 7

Conductas procuradoras de proximidad y mantenedoras de contacto: Más (más frecuencia y más intensidad) con la madre que con la extraña.

Conductas de resistencia al contacto y evitación de la proximidad.

- Se excluyen de estudios los ep. 2 y 3.
- Cuando está dirigida hacia la madre, la conducta de resistencia al contacto parece representar la clásica ambivalencia (los ñ son cogidos y estrechados, al mismo tiempo que se resisten a ello)
- El contacto y la interacción con la extraña tb encontraron resistencia, pero con menos frecuencia que hacia la madre.
- En su mayor parte, los bebés que tendieron a resistirse a la madre, no se resistieron a la extraña, y viceversa.
- La mitad de la muestra no evitó ni a la madre ni a la extraña.

Discusión

Sobre la Respuesta a la novedad:

La novedad puede producir miedo y evitación o aproximación y exploración según el grado de exploración y las circunstancias. Una de las condiciones que facilita la exploración de lo nuevo es la presencia de la madre.

Los ñ manifestaron una escasa alarma en los episodios anteriores a la separación. Su conducta de apego no se activó.

Sobre el equilibrio exploración-apego:

La presencia de la madre desequilibra la balanza hacia la exploración. Y su ausencia hacia las conductas de apego (grito, búsqueda...) Y el retorno de la madre en los episodios de encuentro no sirvió para que el equilibrio se volviera a producir: permanecieron altas las conductas de apego (el llanto no disminuyó inmediatamente en muchos casos, y la exploración permaneció por debajo de su nivel inicial a pesar de los intentos de la madre de reiniciar la exploración).

Se supuso que los episodios de separación (un total de 9') no tendrían efectos duraderos sobre el equilibrio exploración-apego, y así fue en el posttest. Pero las diminutas separaciones produjeron conductas similares a las provocadas por separaciones más largas, que eran muy similares a las que sufren las crías de monos cuando son separadas de sus madres entre 1 semana y 1 mes: durante la separación aumenta la conducta de apego y disminuye la exploración y el juego, y se muestran más sobresaltadas; a medida que continua la separación, la angustia y la pérdida pierden intensidad, y hay alguna recuperación de la exploración y del juego (esto no se vio en los ñ en sus breves separaciones); cuando la madre vuelve, la abrazan y exploran menos que antes de la separación . Esto duró 3 meses o más.

Las respuestas de los monos se parecen a la de los ñ pequeños (de 8 meses a 3 años), cuando sufren separaciones de días, semanas o meses.

Bowlby: al principio, el ñ está muy angustiado y protesta por la separación; después llega la desesperación, y si la separación sigue durando, pasa a un nuevo interés por las cosas y los otros. Si ahora la madre aparece, reactiva las conductas de apego y las intensifica por encima del nivel anterior a la separación durante un periodo más o menos largo (más que el de la separación), por el contrario explora menos, se interesa menos por el medio y los otros, y presumiblemente, aprende menos.

¡¡La dependencia excesiva puede ser, en algunos casos, un efecto duradero de las separaciones largas y privadoras.

Sobre las conductas que van contra el contacto y la proximidad, y las que evitan la interacción:

Las conductas que van *contra el contacto*, en cuanto que dirigidas a la madre, tienen lugar normalmente junto a conductas que procuran el contacto, por lo tanto, suponen una conducta ambivalente.

Las R. ambivalentes o de rechazo y enfado se dan habitualmente en los ñ pequeños que vuelven a sus casas tras breves separaciones.

La separación aumenta la agresividad y el apego, y predispone al ñ a taques de cóleras a la mínima provocación.

Algunos de los ñ, tb mostraban resistencia al contacto con la extraña. Esto puede que no sea tanto por miedo a la extraña, como una consecuencia más del enfado por la marcha de la madre.

Por otro lado, parece probable que la *conducta de evitación* a la extraña sea por miedo a lo desconocido (más en el ep. 3, que en ep. posteriores), pero la evitación a la madre ha de ser por otros motivos. ¡¡La conducta de evitación se da en los episodios de encuentro y es más frecuente que la evitación de la extraña.

La conducta de evitación hacia la madre la manifiestan algunos ñ después de separaciones duraderas de semanas o meses.

Robertson y Bowlby, y Heinicke y Westheimer señalan que algunos ñ no parecen reconocer a sus madres y la tratan como a una extraña. Bowlby lo llamó "desapego".

Durante una separación prolongada, el desapego tiende a producir reacciones de protesta y desesperación, y dp de encontrarse con la madre puede persistir bastante tiempo.

Esto no se ha comprobado en primates.

Las respuestas de evitación (desviar la mirada de la madre, apartarse de ella) vistas en el experimento, pueden ser desapego y constituir un tipo primitivo de defensa.

Interesante experimento sobre la extinción de la conducta de apego de la sonrisa.

Cuando el experimentador recibía la sonrisa del ñ con cara neutral, disminuyó la frecuencia de sonrisas (lo contrario tb había sido cierto) hasta llegar el ñ a afligirse y desviar la mirada. Y luego fue cada vez más difícil obtener la mirada del bebé.

Lo mismo con el balbuceo.

Parece ser que en la extinción, hay un bloqueo activo de la respuesta por otra conducta antitética (más que un debilitamiento de la conducta de la sonrisa o de balbuceo). Esto sugiere que la conducta de desapego puede constituir un R. incompatible con la conducta de apego.

Por otro lado, el apego no desaparece a pesar del periodo de desapego. Esto se ve en lo ñ pequeños que tras un periodo de no-reconocimiento de sus madres, manifiestan después, y con mayor intensidad, conductas de proximidad y de contacto.

Propuestas para un concepto comprensivo del apego

Están basadas en un p.d.v. etológico-evolutivo y se han formulado basándose en muchas investigaciones. Son las siguientes:

1. Apego no es lo mismo que conductas de apego: las conductas pueden aumentar o disminuir, están determinadas situacionalmente. Pero el apego está predispuesto biológicamente. Reconocerlo requiere de una observación a lo largo de un cierto tiempo; una observación poco duradera puede ser engañosa.
2. Las conductas de apego aumentan en situaciones percibidas como amenazantes (p.ej. la separación de la madre)
3. Cuando la conducta de apego se activa es incompatible con la conducta exploratoria. Pero es estar apegado, junto con la presencia de la figura del apego, puede facilitar la exploración.
4. Aunque la conducta de apego puede disminuir o desaparecer a lo largo de una prolongada ausencia, el apego no disminuye necesariamente; probablemente volverá a aparecer con intensidad plena o intensificada.
5. Las relaciones de apego son cualitativamente diferentes entre individuos. Estudiar estas diferencias cualitativas se sugieren más razonables que las cuantitativas (intensidad del apego)

¡Fin!