

El apego las perdidas

Psic. Adriana Tejada

- El modelo propuesto por Bowlby se basa en la existencia de cuatro sistemas de conducta relacionados entre sí: el sistema de conductas de apego, el sistema de exploración, el sistema de miedo a los extraños y el sistema afiliativo .

- Bowlby definió la conducta de apego como *“cualquier*

forma de comportamiento que hace que una persona alcance o conserve proximidad con respecto a otro individuo diferenciado y preferido.

□ *En tanto que la figura de apego permanezca accesible y responda, la conducta puede consistir en una mera verificación visual o auditiva del lugar en que se halla en el intercambio ocasional de miradas y saludos.*

Es importante de recordar es:

1. El apego es la primera relación del recién nacido con su madre o con un cuidador principal que se supone es constante y receptivo a las señales del pequeño o el niño de pocos años.

2. El apego es un proceso que no termina con el parto o la lactancia. Es un proceso que sirve de base a todas las relaciones afectivas

Cuando se desarrolla una relación de apego saludable, se satisfacen las necesidades físicas y psíquicas del niño y éste desarrolla un sentimiento de seguridad.

La experiencia de que la figura de apego (el cuidador) es accesible y responderá si se le pide ayuda, suministra un sentimiento de confianza que

facilita la exploración tanto del mundo físico como del social.

las funciones primordiales de apego son:

- a) Mantenimiento de la proximidad
- b) Base segura desde la cual explorar el mundo
- c) Refugio seguro en el que buscar consuelo y seguridad ante el peligro o la amenaza.

- El conjunto de metas del sistema de comportamiento de apego es la de mantener un vínculo con una figura de apego accesible y disponible. «Alarma» es el término usado para la activación del sistema conductual del apego causado por el miedo o el peligro. «Ansiedad» es la anticipación o el miedo de ser descartado por la figura de apego. Si la figura no está disponible o no responde, ocurre la angustia de separación.

- En los recién nacidos, la separación física puede causar ansiedad y rabia, seguida por tristeza y desesperación.
- A los tres o cuatro años de edad, la separación física no es más una amenaza a los vínculos del niño con la figura de apego.
- Surgen amenazas a la seguridad en los niños mayores y adultos a partir de la ausencia prolongada, interrupción en la comunicación, indisponibilidad emocional o signos de rechazo o abandono.¹⁶

Seguro	Utiliza el cuidador como una base segura para la exploración. Protesta contra la partida del cuidador y busca proximidad, y es consolado por la espalda, volviendo a la exploración. Puede ser consolado por extraños, pero muestra una clara preferencia por el cuidador.	Reacciona de forma apropiada, rápida y consistente a las necesidades. El cuidador formó, con éxito un vínculo paternal seguro con el niño.
--------	--	--

Ansioso	Ceñido, incapaz de hacer frente a las ausencias del cuidador. Busca garantías constantemente.	Excesivamente protector del niño, y no puede permitir la toma de riesgos, y da paso hacia la independencia.
---------	---	---

<p>Ambivalente/Resistente</p>	<p>No se puede utilizar el cuidador como una base segura, buscando la proximidad antes de que ocurra la separación. Se irrita con la separación con ambivalencia, rabia, renuencia a acurrucarse al cuidador y enseguida volver a jugar. Se preocupa por la disponibilidad del cuidador, buscando contacto, pero resistiendo furiosamente cuando es alcanzado. No es aliviada fácilmente por extraños. En este relacionamiento, el niño siempre se siente ansioso porque la disponibilidad del cuidador nunca es consistente.</p>	<p>Inconsistente entre las respuestas apropiadas y negligentes. Por lo general, reacciona sólo después de aumento de la conducta de apego del recién nacido.</p>
-------------------------------	---	--

<p>Evitativo</p>	<p>Poco intercambio afectivo en el juego. Poca o ninguna irritación con la salida, poca o ninguna respuesta visible al volver, ignorando o alejándose sin ningún esfuerzo para mantener contacto, se asegura. Trata al extraño de manera similar al cuidador. El niño siente que no hay apego, por lo tanto el niño es rebelde y tienen baja autoimagen y autoestima.</p>	<p>Pequeña o ninguna a la irritación del niño. Desalienta el lloro y alienta la independencia.</p>
------------------	---	--

<p>Desorganizado</p>	<p>Vuelven los <u>estereotipos</u> como si tuviera frío o se balanceara. La falta de una estrategia coherente de apego demuestra comportamientos contradictorios y / o confundidos, cómo acercarse, pero con el rostro boca abajo.</p>	<p>Comportamiento asustado o asustador, intrusión, retiro, negatividad, confusión de roles, errores de comunicación afectiva y los malos tratos. Muy a menudo asociado a muchas formas de abuso infantil.</p>
----------------------	--	---

Ainsworth encontró claras diferencias individuales en el comportamiento de los niños en esta situación. Estas diferencias le permitieron describir tres patrones conductuales que eran representativos de los distintos estilos de apego establecidos:

- 1. Apego seguro
- 2. Apego inseguro-evitativo
- 3. Apego inseguro-ambivalente
- 4. desorganizado-desorientado

Apego seguro

- En el apego seguro aparece ansiedad de separación y reaseguramiento al volver a reunirse con el cuidador. Se interpreta como un Modelo de APEGO,
- Las personas con estilo de apego seguro son capaces de usar a sus cuidadores como una base segura cuando están angustiados. Saben que los cuidadores estarán disponibles y que serán sensibles y responsivos a sus necesidades.

apego evitativo

En la situación extraña los niños con estilo de apego evitativo no lloran al separarse de la madre, sin embargo, hay evidencia de que se dan cambios

en su sistema nervioso notables en la aceleración del ritmo cardíaco y otras

alteraciones (Botella, 2005). Debido a su conducta independiente en la Situación del Extraño y su reacción carente de emociones ante la madre,

podría interpretarse como una conducta saludable. Sin embargo, Ainsworth

intuyó que se trataba de niños con dificultades emocionales; su desapego era

semejante al mostrado por los niños que habían experimentado separaciones

dolorosas (citado en Oliva, 2004).

Apego inseguro-ambivalente

- el niño muestra ansiedad de
- separación pero no se tranquiliza al reunirse con la madre o cuidador, según
- los observadores parece que el niño hace un intento de exagerar el afecto para
- asegurarse la atención

- Estos niños se mostraban tan
- preocupados por la ausencia de la madre que apenas exploraban en la
- Situación del Extraño. Sus respuestas emocionales iban desde la irritación, la
- resistencia al contacto, el acercamiento y las conductas de mantenimiento de
- contacto (Oliva, 2004). En este tipo de apego parece que la madre o cuidador,
- está física y emocionalmente disponible sólo en ciertas ocasiones, lo que hace
- al individuo más propenso a la ansiedad de separación y al temor de explorar el
- mundo. Para Mikulincer (1998), es evidente un fuerte deseo de intimidad, pero
- a la vez una sensación de inseguridad respecto a los demás.

desorganizado-desorientado

- Se trata de niños que muestran
- la mayor inseguridad y cuando se reúnen con la madre o el cuidador principal
- tras la separación, muestran una variedad de conductas confusas y
- Contradictorias
- pasan
- por una situación de colapso de sus estrategias conductuales.

- El estilo de apego inseguro comporta un factor de riesgo en cuanto a la
- manifestación de problemas psicológicos, mientras que el apego seguro
- constituye un factor de resiliencia psicológica que fomenta el bienestar
- emocional, la competencia social , el funcionamiento cognitivo y la capacidad
- de superación frente a la adversidad (Siegel, 1999).

- Bowlby fue el primero en examinar el rol que juegan los estilos de apego
- en la experiencia de rabia y enfado. Según este autor, la rabia es una
- respuesta funcional de protesta dirigida a otros, y aquellos con estilos de apego
- inseguro logran transformar esta respuesta en otra que resulta disfuncional.
- Mikulincer (1998) a este respecto concluyó que las personas con estilos de
- apego seguro, presentan menos propensión a la rabia, expresan su enfado de
- manera controlada, sin señales de hostilidad a otros y siempre buscan resolver
- la situación una vez que están enfadados. Las personas con estilos de apego
- ambivalente y evitativo tienen más propensión al enfado, caracterizándose por
- metas destructivas, frecuentes episodios de enfado y otras emociones
- negativas (Buchheim y Mergenthaler, 200

