

UNIVERSIDAD RICARDO PALMA
FACULTAD DE PSICOLOGÍA



TEMA DE INVESTIGACION:

LA IMPORTANCIA DEL APEGO EN LOS PRIMEROS AÑOS DE VIDA

TRABAJO ACADÉMICO PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE
SEGUNDA ESPECIALIDAD EN PSICOPEDAGOGÍA

AUTORA: LIC. ESPICHAN CANDELA, NORMA ISABEL

LIMA – PERU

2022

Índice

Índice.....	2
Introducción.....	3
Objetivos	5
Objetivo principal	5
Objetivos específicos	5
Concepto Del Apego	6
Generalidades.....	6
La situación extraña de Ainsworth.....	13
Estilos de apego	15
El apego Seguro	17
El apego Evitativo.....	19
El apego ansioso – ambivalente.....	21
El Apego Desorganizado	23
Apego y Estilos de Crianza.....	25
Función Del Apego	27
a. Búsqueda, seguimiento y mantenimiento de la proximidad a una figura de apego.....	28
b. Uso de la figura de apego como base segura	28
c. Búsqueda de una figura de apego como refugio en situación de peligro y momentos de alarma.	28
Transmisión intergeneracional del apego.....	29
Importancia Del Apego.....	31
Desorganización Del Apego y Psicopatología.....	34
El Apego y el riesgo psicosocial.....	38
La figura docente como agente de desarrollo emocional infantil	39
Conclusiones	42
Recomendaciones.....	45
Referencias.....	47

Introducción

Los seres humanos creamos relaciones afectivas desde el momento del nacimiento, relaciones que van a influir en nuestro desarrollo como seres pensantes y sintientes cimentando las más cercanas e intensas uniones donde acontecen los primeros aprendizajes, que a su vez se condiciona nuestro mundo afectivo como cognitivo. Estas particularidades han sido consideradas objeto de estudio desde hace más de medio siglo, donde constataron efectos ante la ausencia del progenitor en la salud mental del niño. No obstante, a partir de la década del sesenta, los aportes de Bowlby y Ainsworth, donde se formula una teoría sólida al respecto, explicando este vínculo afectivo como una de las necesidades primarias del ser humano (Portu & Eceiza 2012).

El presente tema para desarrollar está basado en una ardua exploración literaria la cual tiene como propósito principal exhibir la importancia del conocimiento de la Teoría del apego y todo lo que se relaciona en cuanto al mismo. Donde se comparó, procesó y separó la información en categorías como, teoría del apego, estilos de apego, características de los vínculos afectivos, formación del apego, función del apego, importancia del apego, desarrollo del vínculo afectivo en la infancia, desorganización del apego, y desarrollo emocional, para dar una comprensión más profunda y detallada respecto al tema de investigación.

El apego viene a ser un patrón de conducta y emociones que se incrementa con el tiempo a medida que el cuidador interactúa con su hijo. Y gracias a esta interacción que permite al menor madurar sus sistemas neurobiológicos, ya que están reguladas por estas experiencias que se llevan a cabo en los primeros años de vida, y es que el tipo o estilo de apego se establece entre las figuras cuidadoras, teniendo grandes efectos, ya sean funcionales y/o disfuncionales a lo largo del desarrollo neuropsicológico.

La relación que se desarrolla y se concreta entre niño y su cuidador, el apego es sumamente importante para su mantenimiento, según Papalia, Wendkos y Duskin (2010) “el apego es un vínculo emocional y duradero entre el infante y su cuidador...desde una perspectiva evolutiva, el apego tiene un valor adaptativo para los bebés ya que asegura la satisfacción de sus necesidades afectivas, cognitivas y físicas” (p. 189).

Así mismo, la ausencia o falta de una figura de apego o un cuidador, que le brinde los valores, la atención, seguridad emocional como estabilidad psicológica, traen consigo grandes y significativas consecuencias que a largo y mediano plazo repercuten tanto a nivel macrosocial como micro social que, a su vez, este tipo, estilo, o patrón de comportamiento trasciende generaciones familiares; siempre y cuando se realice una adecuada intervención profesional.

Determinadas investigaciones psicológicas han llegado a la conclusión, de que una de las responsabilidades más importantes de la familia, en relación con los cuidados de los hijos, es estimular apropiadamente en los niños, con la finalidad de hacer de ellos individuos capaces cognitivamente, ya que es necesario para formar relaciones convenientes con el mundo que le rodea.

Por lo tanto, el propósito de esta revisión literaria se inclina a develar la importancia que tiene el apego y el destacado rol que cumple al desarrollo infantil. Para tal fin, se revisará los antecedentes más destacados del estudio y su atribución dentro de los primeros años de vida.

Objetivos

Objetivo principal

Comprender la importancia del apego en los primeros años de vida del ser humano, por medio de contribuciones literarias y bibliográficas de diversos autores, recopilando y seleccionando información acreditada.

Objetivos específicos

- Describir antecedentes de la teoría del apego y sus características para una asimilación más profunda.
- Diferenciar los estilos de apego para una comprensión más detallada.
- Conocer la importancia que tiene la formación del apego en los primeros años de vida en el desarrollo humano.
- Concientizar a todo leyente e interesado en el tema, acerca de la relevancia del apego en el desarrollo infantil.

Concepto Del Apego

Generalidades

En la cuestión de construcción de la personalidad median múltiples variables que han sido objeto de estudio riguroso como el ambiente, predisposición genética, temperamento, la familia, educación, proceso de socialización, los acontecimientos vitales y muchas otras más, todas ellas contribuyen formal e informalmente al desarrollo humano, con una gran relevancia, pero existe una, a nuestro entender, y que se toma en esta investigación como objeto de estudio, junto a la predisposición genética se juzga que ha de ser destacada, que son las primeras relaciones que se establecen con el cuidador principal, ya sea madre, padre u otros, a la que se denomina El Apego.

No obstante, se le suele atribuir a Bowlby la propiedad intelectual del término de Apego, Wallin (2012), refirió que la teoría es obra de dos progenitores, por un lado, tenemos al clásico John Bowlby, y por otro lado Mary Ainsworth, si bien en diferentes ocasiones se le preguntaba sobre la participación y formulación del apego, esta mencionó que Bowlby es quien “hace la teoría”, y se cree que infravaloraba su propia participación en lo que fue una larga contribución teórica. En una entrevista al hijo de John Bowlby se le preguntó sobre el papel de Mary Ainsworth dentro de la creación de la teoría, Sir Richard Bowlby respondió que, desde la vista de su padre:

“...constituían un dúo dinámico. No era posible determinar quién hacía la teoría, de la misma manera que no se puede decir que este tramo forme parte de las escaleras y el de arriba no. La relación entre ambos fue una larga conversación. Sin Ainsworth mi padre habría sido una sombra ... aunque, sin mi padre, Ainsworth no habría sido nada.”

(Bowlby, comunicación personal, 2004).

El término del Apego, se llegó a desarrollar en sus inicios por el Psiquiatra infantil inglés John Bowlby en 1969, para designar aquellos fuertes lazos afectivos, que inicia entre el progenitor y el infante, siendo donde el infante se apega al progenitor y viceversa, las cuales tienen como finalidad otorgar determinado nivel de seguridad y protección, para con sus habilidades y capacidades de resolver problemas e interactuar en la sociedad; estas experiencias son internalizadas que pueden dar lugar a modelos o guías de comportamiento psicosocial. Es fundamental que este apego se desarrolle en condiciones favorables para un adecuado desarrollo emocional y cognitivo del menor, vigorizando su salud mental (Camps, 2014).

Zeanah y Shah (2010), sostienen que John Bowlby se crio bajo estrictas costumbres inglesas, costumbres que no propiciaban mucho contacto del niño hacia la madre, es así que sus cuidados y necesidades fueron atendidas por una niñera hasta los 4 años, edad en la que se produjo una separación de esta, equivalente a la pérdida de su madre, hecho que lo hizo sufrir intensamente. Así mismo, en conjunto con el trabajo que realizó con un grupo de “ladrones juveniles” a los que en la actualidad uno diría que se trata de “problemas de conducta”, a lo que distinguió un problema común al que denominó “carencia materna”, dedicó cuatro décadas de su vida a este trabajo examinando rigurosamente su hipótesis y teniendo como finalidad, la mejora de la calidad de vida de esos niños en términos de prevención, comprensión y tratamiento clínico. Una vez pasado los años, en su aporte sociolaboral a la comunidad, trabajando con menores infractores de la ley, siendo hasta 1958 que por primera vez uso el termino de apego, para tomar referencia a un comportamiento motivacional innato, independiente del sexo o alimentación, la cual nace en situaciones de gran necesidad para el menor, con la búsqueda de seguridad ante las condiciones de amenaza u hostilidades del medio. John Bowlby, sostiene que este comportamiento identifica a todo ser humano durante toda su vida, a su vez defiende tres postulados básicos del apego:

1.- Una persona espera contar con una presencia o soporte de la figura de apego siempre que necesite, así será menos propenso a experimentar miedos intensos a diferencia de otra persona que no albergue tal grado de confianza.

2.- Esta confianza va adquiriendo paulatinamente con los años de inmadurez, con tendencia a mantenerse por toda la vida.

3.- La accesibilidad de respuesta de la figura de apego son moldeados por diferentes sujetos y experiencias a través de los años de inmadurez, constituyendo un reflejo fiel a sus experiencias reales.

Ainsworth, se desarrolló como investigadora y psicóloga en la universidad de Toronto, donde destacó como especialista en diagnosis que la llevo a escribir un libro en colaboración con el experto Bruno Klopfer, experto en la prueba de Rorschach en su época. Luego de su matrimonio en 1950, se muda a Londres donde participa en una oferta laboral emitida por John Bowlby, quien solicita un investigador para estudiar el efecto psicológico de la separación de la madre en la primera infancia. Iniciando así, un proceso colaborativo que duró casi 40 años, siendo la investigación de Ainsworth que brindaron un gran aporte y transformación en la teoría del apego. Donde el más importante aporte que realizó es el descubrimiento de que el impulso innato y biológico del sistema de apego, es flexible y que las diferencias cualitativas en la conducta de apego de los individuos dependen de la diferencia de cuidadores que tengan los infantes en los primeros años de vida, es decir que la seguridad e inseguridad que se puede generar a consecuencia de un adecuado o inadecuado proceso de apego, reside principalmente en los patrones de comunicación tanto como comportamiento que se da entre las interacciones del niño y su cuidador. Es así que, este descubrimiento condujo a una clasificación de estilos de apego en la infancia y que a largo plazo orienta a un estilo de vida, en la adultez (Wallin, 2012).

Chamorro (2012), señaló que, una vez que se da el milagro de la vida, desde el nacimiento existe un periodo de sensibilidad que se da gracias a la interacción del recién nacido con su progenitora, es decir su madre, dándose la mirada ojo a ojo, contacto piel con piel, las caricias, al hablarle o susurrarle, incentivando movimientos de respuesta en el niño, llegando al punto de la alimentación natural, en otras palabras, amamantar al niño que establece una comunicación más fluida todavía entre madre-hijo, convirtiéndolos en experiencias de vital importancia para el inicio del apego. El primer año de vida es donde el infante llega a interactuar con su entorno inmediato, medio ambiente, o en la mayoría de casos, su madre, que se da a través de cuatro sistemas relacionales o conductuales, donde el vínculo del apego es el que regula la función de estos otros sistemas, así que, desde el nacimiento, el infante posee un sistema exploratorio que le permite examinar el ambiente físico y social que lo rodea, a través de conductas como tocar, chupar y explorar todo lo que está a su alcance, sin embargo, no llega a establecer una relación directa con una persona o un objeto. Es así que, en los primeros seis meses de vida, interactúa con facilidad con las personas inmediatas de su entorno permitiéndose establecer e interesarse amigablemente por medio de un sistema afiliativo.

Entrando progresivamente en la segunda mitad del primer año de vida, el vínculo del apego se refuerza de manera gradual, por medio de una estrecha proximidad e interacción con sus cuidadores, paralelamente con el vínculo del apego en desarrollo, surge el miedo ante los desconocidos, la cual se define como una tendencia a relacionarse con mesura o de otro modo rechazar a personas que no conocen, iniciando así una valoración del menor en función al grado de relación que tenga con el desconocido. Es así que, al tener en presencia a un desconocido o persona extraña, le provoca una ansiedad a la separación, lo cual es posible que se dé hasta los 3 años de vida (Chamorro, 2012).

Gojman, et al. (2018) indica que el apego es un concepto de relaciones, donde se alude a la conexión emocional y la coordinación conductual entre el infante y el cuidador (su figura de apego), como una relación y no como característica del infante. Seguidamente hace referencia que un infante esta “apegado seguro”, cuando dicho sea de paso está seguro, que confía en su apego a ese cuidador en particular. Por lo tanto, este infante puede estar seguro en su apego con un cuidador y ansioso con otro.

“...todos los infantes se apegan si una persona se hace cargo constantemente de ellos, ya sea que ese cuidado sea adecuado o insuficiente. No se apegan débil o fuertemente. Solamente se apegan...” (Gojman, et al., 2018, p. 25)

La validez transcultural de la teoría del apego, según Gojman, et al, 2018, se sustenta en evidencias empíricas sustanciales donde la teoría del apego se mantiene a través de las culturas, pese al hecho de que las culturas difieren ampliamente, tanto en las prácticas de crianza como en conductas infantiles, como por ejemplo, en las culturas donde los infantes se mantiene el contacto físico con las madres, los primeros meses de vida, y en otras culturas los progenitores le hablan a los niños desde antes que empiecen a hablar por si solos. Entonces, muy independiente del tipo de cultura donde se dé este apego, en el núcleo de la teoría del apego, radica en la creencia de que una sola figura o una pequeña jerarquía de esta, sirve de fuente de protección, este fenómeno es aparentemente una constante en todas las culturas, y a su vez quedó demostrado que las diferencias individuales en la calidad del apego, están en relación con la capacidad de responder del cuidador, a las señales de los infantes por la necesidad de cuidado.

Luby (2012) mencionó que la teoría del apego se puede aprovechar para comprender mejor la naturaleza y origen de los vínculos afectivos uniendo lazos con la cognición social, es decir el proceso del cual el niño de forma activa e interactiva desarrolla la comprensión de su medio

ambiente social como representante pensante de este y no solo como catalizador de inputs sociales. A esto se suman diversos tipos de conductas que pueden ser consideradas “normales”, un camino desviado no determina necesariamente un resultado patológico de por sí, donde la mayoría de las veces existe la probabilidad de regresar a la normalidad, o en el peor de los casos desviarse aún más de ella, guardando dependencia de las circunstancias que rodean al individuo, cuanto más tiempo se ha seguido por el camino equivocado, más difícil resulta dejarlo.

Para Lafuente (2000) la relación afectiva paternofilial, es el asiento primordial de los sentimientos de seguridad e inseguridad que presiden respectivamente las vinculaciones de buena y mala calidad, donde numerosas investigaciones han comprobado que los infantes que desarrollan un apego seguro y estable generalmente son más inteligentes, presentando un mayor rendimiento académico, a diferencia de aquellos infantes que desarrollan un apego ansioso con sus cuidadores. El estilo afectivo, está en relación del trato recibido por las figuras de apego principales, que a su vez deriva de las características personales de las mismas (sensibilidad-insensibilidad, accesibilidad-inaccesibilidad, etc.), en interacción con el temperamento del menor (temeroso, irritable, adaptable., etc.). Adicionalmente cuando un protector o cuidador de conducta insensible puede resultar airoso con un hijo de temperamento fácil, y un progenitor sensible o empático, puede verse a prueba por un hijo cuyo temperamento es difícil.

“...el individuo con apego seguro, que como se ha podido apreciar a lo largo de las líneas, presenta una excelente disposición para explorar y aprender (bien motivado, curioso, interesado por cuanto le rodea, atenta a cosas y personas, persistente, con capacidad de concentración y disfrutando de sus actividades), procesa adecuadamente la información que recibe del medio ambiente...” (Lafuente, 2000, p. 170).

Por otro lado, antagónicamente, la falta de disponibilidad e interacciones disruptivas con la figura de apego, ocasionará que se experimente angustia, inconsistencia e inestabilidad, debido

a la fractura de las conductas de apego en la búsqueda de conexión, cercanía, amor o protección con su cuidador, padre o madre, teniendo en consecuencia una activación de una serie de procesos mentales y conductuales que pueden vulnerar el bienestar, ajuste personal, satisfacción con las relaciones sociales y estabilidad, empero si se llegara a percibir que al recrear dichas conductas de búsqueda de apego es castigado con inatención, rechazo u hostilidad, puede llegar a considerar que esta búsqueda de la figura de apego será vista como peligrosa y amenazante (Mikulincer & Shaver, 2016).

Erickson y Uhler (2010) sustentaron que parte de los desafíos en la primera infancia es el perfeccionamiento del sentido de confianza básica frente a la desconfianza básica, que se edifica hasta los 18 meses. Adicionalmente sugieren que, si el infante no desarrolla una relación de confianza, no podrá ser capaz de establecer relaciones saludables para satisfacer sus necesidades fundamentales.

Posada (2018) describió que Bowlby propuso de manera específica, que el apego se organiza en la infancia como un sistema de control que se origina de la interacción entre sesgos en las habilidades de aprendizaje infantil y lo que él llamó “ambiente de cuidado ordinario esperado”. Este sistema de control mantiene un equilibrio entre el comportamiento de apego y el comportamiento exploratorio, en el que situaciones de emergencia tiene como resultado predecible causar proximidad hacia la madre o cuidador.

La situación extraña de Ainsworth

En el paso de las cuatro décadas, las cuales se dedicó Ainsworth a comprobar, refutar y experimentar las hipótesis de Bowlby, desarrolló una investigación experimental controlada a la cual denominó “la situación extraña” en 1969, con la única finalidad de evaluar el tipo y calidad de apego que un niño ha desarrollado con su progenitora, este experimento se estructuró en un laboratorio con una estimado de veintiún minutos de duración, donde examina como el infante reacciona ante dos personas, por un lado a su madre y por otro lado a una desconocida. Siendo un total de tres estresores a los cuales se sometió al menor, para que se ponga en marcha sus conductas de apego, que como se dio a entender anteriormente incitan al menor a responder ante las conductas desconocidas o de amenaza para salva guardar su integridad tanto física como emocional; es así que se realiza el estudio procediendo en primera instancia, introduciendo al niño en una situación no conocida, seguido de la interacción del niño con una desconocida, prosiguiéndose con una breve separación de su madre. Adicionalmente, se analiza cómo responde cuando su madre se aleja de la sala y deja a su infante con la extraña y como la recepciona cuando regresa al lugar pasado unos minutos. A continuación, se detallan los 8 incidentes en los que se subdivide la situación experimental original de Mary Ainsworth, cada episodio dura aproximadamente 3 minutos, a excepción del primero que es breve:

Incidente 1: la madre y el niño entran en el cuarto experimental donde se acomodan un par de sillas y varios juguetes. La madre se sienta en el suelo con su hijo y comienzan a jugar.

Incidente 2: la madre se sienta en una silla y empieza a leer una revista, al mismo tiempo que el niño esta con los juguetes.

Incidente 3: pasados los 3 minutos, entra en la sala una desconocida que se sienta en la otra silla. La extraña empieza a hablar con la madre. Posteriormente, habla con el niño y pasado un minuto, la madre se levanta del suelo y se retira de la habitación dejando a su hijo con la extraña.

Incidente 4: la extraña y el niño están solos en la habitación. Si el niño llora, la extraña intenta distraerle con los juguetes tratando de calmarlo.

Incidente 5: la madre se aproxima a la puerta y habla lo suficientemente alto como para que el niño se dé cuenta y escuche. Abre la puerta y se detiene para observar la reacción del niño. En caso de que el niño llore, procede a consolarlo, y la extraña sale de la habitación. En caso de que el niño llore, la madre se volverá a sentar en la silla como en el episodio 2. Transcurrido los tres minutos, se da la señal a la madre para que abandone la habitación dejando solo al niño.

Incidente 6: el menor se queda solo en la habitación. Se observa como el niño despide a la madre y que hace cuando se queda solo.

Incidente 7: la extraña se aproxima a la habitación y habla alto, de tal manera que el niño le pueda escuchar. Abrirá la puerta para entrar. Vemos si el menor busca consuelo en la extraña, si es calmado por ella y comparamos esta respuesta ante su madre.

Incidente 8: la madre regresa a la habitación y la extraña abandona discretamente la sala. La madre responde en función de lo que el niño le solicite.

Siendo este experimento controlado como finalidad, el análisis y estudio, de las variadas reacciones del niño ante este experimento como el distanciamiento físico y retorno de la madre, cuidador o figura de apego, respecto a un escenario que podría ser cualquier otro; los resultados a

los que concluyó Ainsworth de la situación extraña fueron que los modelos de apego o tipos apego, que se observan en dicho estudio a la edad de un año aproximadamente, se mantienen en la edad adulta con un 70% de los casos evaluados (Guerrero, 2018).

Estilos de apego

Guerrero (2018) dice que “...Ainsworth desarrolla esta situación experimental para poder evaluar el tipo y la calidad del apego que el niño ha desarrollado con su madre. Su objetivo era estudiar el vínculo de apego entre bebés de aproximadamente un año y sus madres en un contexto de laboratorio...”, es decir que, gracias al experimento, Mary Ainsworth, pudo desarrollar con mayor precisión tres estilos diferentes de apego que se forma en el menor por medio de las interacciones cotidianas con su cuidador, y que en un 70% de los casos, estos tipos o estilos de apego se mantienen al largo de la vida de las personas hasta la edad adulta.

Wallin (2012) expresa en su libro: “El apego en la Psicoterapia”, que “Las investigaciones de Ainsworth ... atrajeron a numerosos alumnos de talento extraordinario que decidieron colaborar con ella, entre los que se cuentan Inge Bretherton, Jude Cassidy, Alicia Lieberman, Everett Waters y, sobre todo, Mary Main... que hizo... casi 20 años después del estudio pionero de Ainsworth, un patrón que anteriormente había pasado desapercibido: el apego desorganizado/desorientado.”, dando a entender que a través de las décadas el desarrollo de la teoría del apego y sus estilos, basados en la calidad o medio de crianza, fue gracias al aporte de múltiples profesionales enfocados en el trabajo arduo para que sea posible este trabajo.

Continuando con esta descripción e investigación, nos damos cuenta de que existe un total de cuatro estilos de apego diferentes, que se forman o desarrollan en función a la respuesta sensible o no sensible por parte del padre o los padres ante las necesidades de sus hijos.

Continuando con Guerrero (2018) en su libro “Educación emocional y Apego”, nos explica que el estilo de apego tiende a ser transgeneracional, en otras palabras, nos quiere decir que, aunque no esté genéticamente relacionado el tipo de apego que va a desarrollar un niño, hay evidencia de una importante transmisión entre los padres y sus hijos. Considerándolo de este modo, si unos padres muestran un estilo de apego seguro, es bastante seguro que sus hijos desarrollen en igual medida este tipo de apego, sucediendo del mismo modo con aquellos estilos de apego inseguros como lo son el evitativo, ansioso-ambivalente y desorganizado.

En total existen cuatro tipos de apego, de las cuales tenemos un único apego seguro y tres clases de estilos de apegos inseguros. Chamorro (2012) nos comenta que cuatro de cada diez niños, tienen alguno de los tres tipos de apegos inseguros, siendo una medida porcentual muy alta, incentivando a hacer algo para favorecer y promover el estilo de apego más seguro posible, sin llegar a la sobreprotección, John Bowlby en sus textos, jamás se expresó respecto a que un apego inseguro, cualquiera sea su variante, fuese una causa irrevocable como irreparable de presencia psicopatológica en el niño o en el adulto, sino en su lugar lo describió como un factor de riesgo que debe ser prevenido. Es así que, se debe tener en cuenta que uno de los apegos inseguros como una probabilidad todavía mayor de dificultad o trastorno en el menor, mientras que, en su lugar, tomándolo así al apego seguro, sería un factor de protección ante diversas y determinadas patologías.

De las consecuencias que presente un apego inseguro va a guardar relación con una serie de variables, tomando la palabra de Bowlby de que el apego inseguro es un factor de riesgo, entre las que se destacan son las siguientes:

1. Edad del menor, en el momento que se produce una alteración del vínculo con su cuidador.

2. Existencia o no de figuras reparadoras del vínculo, es decir un mediador que ejerza el rol de conciliador a quien pueda contarle sus dificultades aparte del padre o madre, cuando el menor presente un apego inseguro.
3. Resiliencia del menor, definida como la capacidad que tiene cada persona de adaptarse a las diferentes circunstancias que lo rodean (Puig, 2021).
4. Motivo de la alteración del vínculo.
5. Duración de determinada situación, ¿estamos considerando una situación aislada traumática o es algo repetitivo que se da al largo de los meses o años?

A continuación, explicare las características básicas de los cuatro tipos de apegos que serán desarrollados:

El apego Seguro

Según Wallin (2012) los infantes con un apego seguro acceden al impulso de explorar cuando se sienten a salvo, buscando consuelo en el vínculo cuando perciben alguna amenaza. Ainsworth en sus investigaciones llegó a la conclusión que las reacciones de los infantes ante el reencuentro era lo que, develada la seguridad del apego o su inseguridad, que por mucho que los niños se angustiaban por la separación, se llegan a tranquilizar de inmediato al reanudar el contacto con su progenitor y seguidamente volvían al juego o exploración.

Verete y Dallos (2012) expresaron que las conductas de las madres tendían a reflejar la sensibilidad mucho antes que una falta de sintonía, la aceptación antes que el rechazo.

Es así que, un niño tiene un apego seguro porque sus padres o cuidadores han retroalimentado de modo empático, responsable y madura a las necesidades emocionales de su hijo, independientemente de si su hijo exprese emociones agradables o desagradables, ayudando a

identificar sus emociones poniéndole un nombre, donde el niño se siente aceptado de manera incondicional.

Guerrero (2018) dijo “Los padres que son capaces de generar un apego seguro en sus hijos se muestran sensibles a sus necesidades, sintonizan fácilmente con sus emociones y sensaciones y son responsivos. Se muestran preocupados e interesados de manera sincera por el cuidado y la expresión de las emociones de sus hijos...Tienden a vincularse de manera sana y a ser empáticos con sus hijos.”, teniendo en cuenta esto, los niños que desarrollan un apego seguro se adaptan mejor a las situaciones estresantes y desagradables que puedan experimentar.

Este tipo de apego muestra determinadas características según Campos (2020) las cuales son:

- **Protección y seguridad**, como principal característica del apego seguro, la cual se basa en el hecho de la supervivencia tomando en cuenta que, al nacer, en otras palabras, al ser un bebé recién llegado a este mundo estamos desprotegidos, con una nula capacidad de decisión, dependiendo totalmente de nuestros padres que nos proporciona protección y seguridad.
- **Autonomía**, la cual consiste en dejar al niño o menor que haga y experimente las cosas por sí solo, de esta manera se está estimulando y reforzando la curiosidad de nuestros hijos. Por ejemplo, estamos favoreciendo esta autonomía al dejar que gatee por la sala de nuestra casa o de la casa de un conocido, sin embargo, se fomenta la autonomía, pero con sentido común, es decir, que al gatear está cubriendo la necesidad cognitiva al recorrer una sala manipulando y observando todo, para lo cual no permitiremos que meta los dedos al enchufe, obviamente, se fomenta la autonomía, pero no se va a dejar que los niños hagan lo que quieran.

- **Decodificación**, la cual consiste en explicarle todo al niño, puesto que son buenos captadores de información, pero malos intérpretes de esta, es así que, con un lenguaje adecuado a la edad del menor, de manera imprescindible le vamos a explicar y les daremos una respuesta clara a todas y cada una de sus dudas o confusiones. Y recordando que los prejuicios y los tabúes son del mundo de los adultos, mas no de nuestros hijos.
- **Ser visto**, cuando nuestros hijos o hijo, son vistos le dedicamos el cien por ciento de nuestro tiempo, una dedicación plena, para consolidar su autoestima por medio de la atención que le pongamos, pero que sea visto también implica varias cosas. Por ejemplo, la atención que le brindamos al darle tiempo de calidad en sus tareas, juegos e intereses, en ese momento es lo más importante para nosotros; el afecto con el que se debe tratar a los niños, enfatizando en cómo le decimos y hacemos, abrazando o diciéndole que lo amamos; las normas y límites, decir no de vez en cuando se presenta una situación o lugar peligroso, implícitamente decimos <te quiero> al querer mantenerlo a salvo y seguro.
- **Responsividad**, muy aparte de responsabilidad, la responsividad consiste en dar una respuesta a cada necesidad de nuestros hijos, que no es lo mismo que dar una respuesta a sus deseos y caprichos.

El apego Evitativo

Según Guerrero (2018), el apego evitativo está definido por el hecho que los cuidadores no atienden las necesidades emocionales del menor, por lo tanto, no son capaces de satisfacerlas. El apego seguro implica responder a las carencias afectivas, en cambio, el apego evitativo, implica una negación o evitación del mundo afectivo del menor. Padres que no llegan a comprender o

sienten incomodidad ante las necesidades emocionales de sus hijos, dando a entender a sus hijos que una de las cosas que puede hacer ante estas ausencias es evitar o inhibir sus propias necesidades de cariño y proximidad con su figura de apego, ya que experimentó que es un lugar que no puede o no va a entrar. En las palabras de Guerrero tenemos que “la mejor manera que tengo de asegurarme el contacto y cuidado de las personas de las que dependo y que pueden aumentar considerablemente mis probabilidades de supervivencia es no mostrarme necesitado, no pedir cariño Si me comporto de esta manera... mis padres, ellos estarán tranquilos y yo obtendré la cercanía que preciso, ya que si les pido constantemente cariño y tranquilidad, se alejarán de mí...” (p. 100), dicho sea de paso, recordemos que el fin último del ser humano es asegurar su supervivencia.

Wallin (2012) citando a Ainsworth et al. (1978) descubrió que las madres de bebés seleccionados como evitativos o elusivos, habían rechazado de manera activa y periódica los intentos de conexión o cercanía de sus hijos, esta aversión al contacto física y su brusquedad eran signos característicos de progenitores que producían niños con apego evitativo, en otras palabras, las figuras de apegos rechazan las necesidades físicas y emocionales de sus progenitores cuando éstos se presentaban y requerían una retroalimentación oportuna.

En cuanto a las características de los niños con un estilo de apego evitativo, según Campos (2020) tenemos las siguientes:

- Rara vez pide ayuda, ya que se les ha enseñado que deben ser desproporcionadamente independientes.
- No demanda atención emocional, ya que se les enseñó a no mostrar sus necesidades afectivas, y de esta forma el niño se aleja y no presta atención a lo que siente lo que le llevaría al éxito o aceptación con su figura de apego.

- Ocupados, es decir que son aquellos niños que están implicados en múltiples actividades para evitar ser conscientes de sus emociones.
- Se relacionan mejor con personas mayores que él, ya sea adulto o niños de su misma edad.
- Excelente rendimiento académico, suelen ser alumnos destacados a nivel académico, y en el ámbito cognitivo donde destacan, sin embargo, a nivel social tienen muchos amigos, pero pocas relaciones íntimas.

El apego ansioso – ambivalente

Guerrero (2018) explica que un apego ambivalente o para el desarrollo de este, se basa en la impredecibilidad de la respuesta de los padres ante las necesidades o carencias de sus hijos, donde en ocasiones responden de manera exagerada o suelen depender del estado de ánimo que experimente en ese momento el progenitor, para el niño no existe una lógica o conexión entre lo que necesita y la respuesta que le da su figura de apego, primando el cambio e inconsistencia. "... para seguir el ejemplo del genial Miguel Gila, "voy a abrigar a mi hijo porque yo tengo frío, no porque él lo tenga" (citando a Gila, 1999). Compensa una relación excesivamente íntima con sus figuras de apego, tanto que llega a ser invasiva, dando respuestas tan polarizadas debido al miedo que los mismos padres tienen, están sobrecargados de emociones que no son capaces de gestionarlo con eficacia, por lo tanto, suelen tener estallidos de miedo, rabia, tristeza, puesto que, se les dificulta contenerlas.

Verete y Dallos (2012) citando a Ainsworth (1978) identificaron a dos tipos de niños ambivalentes, por un lado, a quienes se enfadaban y los pasivos. Cuando los que se enfadaban se separaban de su figura de apego, estaban demasiado preocupados por la búsqueda de su madre

como para explorar sanamente su entorno, reaccionaban con una angustia abrumante ante esa separación. Una vez dado el reencuentro con la figura de apego, los niños descritos como enfadados oscilaban entre apertura al contacto y expresiones de rechazo, desde la evitación del abrazo hasta una rabieta extrema. Por otro lado, niños clasificados como pasivos, daban la impresión de manifestar tenues conatos de consuelo, como si estuvieran superados por la impotencia, impidiendo acercarse a su madre. Desgraciadamente el reencuentro no atenuaba la ansiedad de los niños ambivalentes, mucho menos detenía la búsqueda de su madre por la ansiedad. Ainsworth, también se dio cuenta que aquellos niños ambivalentes, tenían madres que solo estaban disponibles de forma ocasional, pese a nunca rechazar a sus hijos, pues eran insensibles ante las necesidades afectivas de sus hijos. Destacando que estas madres obstaculizaban la autonomía del menor de manera sutil o explícita.

Según Guerrero (2018) las características más resaltantes del apego ansioso – ambivalente son:

- Inconsistencia ante las necesidades del menor, donde los menores son atendidos por medio de pautas imprevisibles, por un lado, responden de la manera adecuada cubriendo las necesidades y otras se ven superados o superados por el miedo, hasta tal punto donde ignoran a menor. Este tipo de interacciones hace que el menor tenga incertidumbre sobre lo que va a suceder en su medio ambiente y como responderán sus cuidadores ante sus atenciones. Sin embargo, el niño, tiende a aprehender que, si insiste en sus necesidades, tarde o temprano, pueden ser cubiertas.
- Las figuras de apego o cuidadores están más pendientes e hiper atentos de sus propias necesidades y sus deseos, que la de su propio hijo. Generalmente usan a sus hijos para incentivar su propia calma y satisfacción, comprometiendo la exploración, autonomía, y

curiosidad del menor. Llegando a considerar que los padres del menor también pueden tener un apego ansioso – ambivalente, no aportando seguridad a sus hijos.

- Aquellos menores que exteriorizan un apego ansioso – ambivalente se caracterizan temerosos, hiper vigilantes, hiperactivos, deseosos de aprobación constante, y suelen tener diversas contradicciones e incertidumbres; a razón de la incongruencia de la crianza emocional de los padres, el menor se queda con un mensaje mental parecido al de que si sus figuras de apego no se acercan a él, quiere decir que no es lo suficientemente valioso para que lo hagan o se interesen en él.

El Apego Desorganizado

Guerrero (2018) nos explica que aquellos niños que presentan un apego desorganizado, suelen ser producto de padres en exceso negligentes, e incompetentes, donde usualmente alguno de ellos padecen de algún trastorno psicopatológico a consecuencia de una infancia similar, refiriéndose en palabras propias de Guerrero: “la metáfora que suelo utilizar para hablar del apego desorganizado es la de un edificio en ruinas... donde hay cierta estructura, pero mucho dolor... el niño no puede distanciarse ni convivir de manera armoniosa y tranquila con sus figuras de apego, pues la realidad es que, todo niño depende de sus padres” (p. 121).

A diferencia del apego evitativo y ansioso ambivalente, el menor puede hacer poco o nada para reducir su miedo y ansiedad, teniendo relativa calma, a consecuencia que el adulto o figura de apego deja de ser una fuente de cuidado, convirtiéndose en la causa de sus miedos, sin embargo, pese a este comportamiento repetitivo de descuido e incompetencias, el menor sigue necesitando a sus figuras de apego, para poder sobrevivir, ya que es esencialmente dependiente.

Verete y Dallos (2012) expresan que el apego desorganizado se da en un sistema familiar que está enfermo y fracturado, y no el niño, quien es consecuencia y producto de lo que vive tanto como experimenta en el seno familiar.

Wallin (2012) dice que el apego desorganizado, en el estudio de Main y Solomon (1990) que brindó sus aportes a Ainsworth, pasó por inadvertido por un tiempo ya que este tipo de conductas no duran más de 10 o 30 segundos, recibiendo así una clasificación errada de apego seguro, elusivo o ambivalente, en el experimento de la Situación Extraña, tratándose de un apego desorganizado. Y es que este apego desorganizado no ofrece escapatoria alguna al menor tratándose de dependencia a los padres provocando una “paradoja biológica” ya que lo que debió ser la figura de apego se percibe no solo como refugio sino como origen de peligro.

Wallin (2012), citando a Carlson et al., (1989), en su estudio contando con la participación de niños maltratados por sus progenitores, se clasificó un 82% como apego desorganizado -donde se encontraban familias acarreadas por la pobreza, enfermedad psiquiátrica o abuso de sustancias- a diferencia del 18% del grupo de control. Sin embargo, identificó un porcentaje donde esta desorganización se daba en niños que no eran maltratados ni presentaban alto factores de riesgo. Sugiriendo que esta desorganización puede producirse de una interacción del menor con su figura de apego, cuando esta figura reacciona retraído, aterrado o disociado, ante sus necesidades afectivas.

Chamorro (2012) nos menciona que este tipo de apego como los anteriores presentan un listado característico propios de la desorganización, en algunos casos asociados a un trastorno psicológico:

- Somatizaciones, malestar emocional no expresado de manera verbal, se manifiesta a nivel corporal como dolor de cabeza o malestar general.
- Trastorno de personalidad, pudiendo desarrollar algún tipo de trastorno de personalidad como lo es, el trastorno de personalidad límite, trastorno de personalidad narcisista, etc.
- Trastornos disociativos, expresados como mecanismo de defensa ante experiencias dramáticas en la infancia, que parecen aturridos y desorientados ante el reencuentro con su figura de apego.
- Carencia de estrategias para afrontar el estrés, expresando una faceta aturrida, deprimida o apática.

Apego y Estilos de Crianza

Velásquez, (2020) citando a Berryman, Power y Hollit (2016) definen la crianza como un conjunto de formas de comportamiento de los progenitores, con los que inculcan a sus hijos las reglas, normas y valores culturales, preparándolos funcionalmente para poder enfrentarse a las exigencias sociales, en otras palabras, son una manera de educar a los hijos para que sean personas de bien, que puedan contribuir de la mejor manera a su sociedad. A esto se le suma un conjunto diferente y distintivo de como cada padre inculca herramientas de interacción social a sus hijos:

Seitun y Di Bartolo (2019) expresan que un estilo de crianza democrático o que ejercen bien su autoridad, ponen límites adecuados, mas no impiden el desarrollo funcional de las habilidades sociales de sus hijos, con el tiempo los niños aprenden que su libertad termina donde empieza la de mamá o papá, o en otro caso la de la figura de apego. Nava (2005) sostiene una correlación del estilo de crianza democrático y el estilo de apego seguro, debido a que tanto las madres como infantes seguros, se da dentro de una relación donde los miembros se interesan en

las necesidades y deseos, en este caso de su hijo, por lo tanto, estos hijos tienden a ser personas independientes, sociales, competentes y seguros de sí mismo.

Velásquez (2020) citando a Darling y Steinberg (1993), en cuanto al estilo de crianza negligente, hace referencia a aquel o aquellos padres donde expresan un patrón de conducta que no logran o no les place involucrarse en el rol de padres, desinteresados en las actividades de sus hijos, de tal manera que no existen normas y reglas impuestas por los padres adicional a no mostrar afecto o cariño.

Mientras que el estilo de crianza permisivo, caracterizan a los padres que no interfieren en el comportamiento de sus hijos, de modo que en casa tampoco hay normas ni reglas, de tal modo que los menores deciden como administrar sus actividades, provocando que el menor empiece a mostrar problemas en su rendimiento académico y de conducta, al no tener un adecuado límite o control conductual ni regulación emocional. A esto encontramos en Nava (2005) que el estilo de crianza negligente o un estilo de crianza permisivo, se relaciona con un estilo de apego evasivo y/o ambivalente, caracterizando a aquellas figuras de apego por no presentar una proximidad o interés hacia sus hijos, los niños en este caso suelen tener poca confianza en ellos mismos, con pocas probabilidades de tener interacciones sociales positivas, orientándolos hacia la agresividad y poca responsabilidad emocional como social.

Velásquez (2020) citando a Steinberg (1993) define al estilo de crianza autoritario donde los padres o figuras de apego muestran un control excesivo sobre sus hijos, siendo primordial la obediencia y el respeto hacia las normas sin objeción alguna, así mismo para que estas normas se cumplan llegan a aplicar la fuerza o el castigo físico, llegando a ser poco afectivos, ya que no saben cómo acercarse a sus hijos para brindarles apoyo afectivo ante alguna circunstancia agradable o difícil. Por otro lado, Nava (2005) indicó una relación entre el estilo de crianza autoritario y el

apego ambivalente ya que estos padres son más desprendidos y menos amorosos con sus hijos. De igual modo, con un estilo de apego evasivo, sin embargo, no es concluyente al tener pocos datos e información que concrete con mayor fuerza esta correlación.

Velásquez (2020) citando a Darling y Steinberg (1993) definen el estilo de crianza inconsistente o mixto, como aquellas características o patrones de conducta fusionados como permisivo, negligente, autoritario y democrático de tal modo que confunden a sus hijos, al no saber cómo reaccionarán sus padres ante ciertas conductas adecuadas o inadecuadas que muestren, siendo impredecibles, provocando inseguridad, rebeldía e inestabilidad en sus hijos. Encontrando también cierto nivel de relación con un estilo de apego desorganizado, elusivo o ambivalente.

Función Del Apego

Mantini (2015) citando a Bowlby, expresó que su más grande aporte respecto al apego consistió en dar visto a la necesidad evolutiva del niño respecto a su escasez de independencia, por lo cual habría falta la presencia de un cuidador, tomada como una necesidad de carácter biológico, así mismo, este apego funciona como sistema de motivación, que se mantiene arraigado en una necesidad absoluta del menor para mantener no solo una proximidad física a su cuidador, sino para lograr así su supervivencia. Recordando que, en entornos naturales en los que nuestros antepasados se tuvieron que adaptar por necesidad, hicieron improbable que un niño separado de sus padres pueda sobrevivir ante una serie de depredadores y otras amenazas. Así pues, Bowlby lo denomina, *sistema conductual del apego*, que tiene como finalidad incrementar la probabilidad de supervivencia ante las amenazas externas y éxito reproductivo. Describiendo al sistema de apego, como un componente tan importante como el apareamiento y la alimentación, producto de una programación genética.

Es así que este compendio de respuestas innatas que nos protege de las amenazas e inseguridad del entorno, se manifiestan en tres tipos ejemplares de conductas:

- a. Búsqueda, seguimiento y mantenimiento de la proximidad a una figura de apego.

Por lo usual, o en la mayoría de sus veces la figura de apego es un familiar, como un tío, tía, primo, prima o padrinos, no necesariamente el padre o la madre u otro cuidador. Dando a concebir que cualquier familiar que se relaciona con el niño puede ocupar la cúspide en la jerarquía de apego, sin embargo, este lugar privilegiado se suele reservar para la madre. Es así que, el llanto, aferrarse, el llamado a las figuras de apego o reptar, es decir el desplazamiento por medio del arrastre del suelo hacia un objetivo específico en este caso el cuidador; conforman el repertorio biológico conductual para establecer seguridad de la proximidad.

- b. Uso de la figura de apego como base segura.

Tomemos de ejemplo, cuando el menor tiene a su figura de apego que bien sería, su padre o su madre en el mejor de los casos, esta figura le proporciona confianza, familiaridad y seguridad, ya que recibe protección y apoyo de ser necesario; además se siente libre para explorar; de lo contrario si esta figura está temporalmente ausente, la exploración cesa de forma abrupta. Es decir, que el menor entra en mayor confianza cuando tiene a sus padres, o uno de ellos presente en el momento para poder estar al tanto, con toda seguridad de todo lo que se encuentra en su entorno y conocerlo con libertad.

- c. Búsqueda de una figura de apego como refugio en situación de peligro y momentos de alarma.

Cuando los animales de la naturaleza, que se desplazan por el suelo, perciben una amenaza que atenta su seguridad e integridad, buscan una madriguera, escondite o una guarida donde puedan

protegerse, caso contrario ocurre con nosotros, los seres humanos, no solemos correr a un escondite, acudimos a la compañía de una persona a la cual se le considera como la más fuerte o la más apta para protegernos de las posibles amenazas internas o externas como la oscuridad, ruidos fuertes, entornos desconocidos, etc., así mismo la separación provisional o inminente de la madre, suscitan la marcha hacia la búsqueda de la proximidad, signo característico de la conducta de apego.

Desde el punto de vista personal, la finalidad y función de las conductas de apego, es buscar seguridad y confianza. El sujeto, buscará a la figura de apego porque con ellas se siente seguro, caso reverso, la pérdida o ausencia estará vista como una amenaza. Es por ello, que las figuras de apego tienen como fin, en palabras de Bowlby, no solo brindar protección del peligro, sino también tranquilidad correlacionada a una continua disponibilidad del cuidador.

Wallin (2012), citando a Sroufe y Waters (1977), mencionó que el cuidador puede estar presente a nivel físico para su hijo, sin embargo puede estar al mismo tiempo ausente en el plano emocional, esta dimensión interna del apego, añadió que era y es crucial la valoración que el niño hace acerca de la disponibilidad de su cuidador, valoración que está en relación en gran medida a la experiencia interna que haya tenido el niño con su cuidador en el pasado, como su propio estado de ánimo, condición física, imaginación, etc.

Transmisión intergeneracional del apego

Holmes (2019) citando a Benoit y Parker (1999) luego de la investigación en el experimento de la Situación Extraña de Ainsworth, por medio de un análisis concluyó que, por lo general, aquel niño con apego seguro llegaba a ser un adulto seguro que, a su vez, como padre, formaba a niños con apego seguro. Así mismo, el niño elusivo que llegue a ser un adulto con el

mismo estilo de apego tiende a formar hijos con el mismo estilo de apego, así sucesivamente con el resto de los estilos de apego. Es decir, que esta evolución y herencia del estilo de apego tiende a darse a lo largo de tres generaciones. Ahora, el cómo y por qué se producen este tipo de transmisión intergeneracional del apego, es una pregunta cuya respuesta tiene implicaciones significativas para investigadores, clínicos y crianza de los hijos.

En las investigaciones de Mary Main, identificó que el apego seguro es consecuencia de la flexibilidad de la crianza de los padres, lo cual propagaba esta misma flexibilidad en los hijos. En cuanto al apego inseguro en cualquiera de sus estilos, detectó y entrevistó a aquellos padres, donde preocupados se comportaban de maneras inconscientes para preservar sus propios estados anímicos. Estos padres inseguros, formaban reglas que tenía como fin, proteger su estado de ánimo inseguro, es así que lamentablemente estas restricciones de conducta socavaban sus propias capacidades de ser sensibles a las señales de necesidad de sus hijos, y a consecuencia, sus hijos adoptaban estas normas o reglas que reflejaban la de sus padres. Es así que, los niños de apego elusivo le restan importancia a la conducta de apego, e incrementa la exploración del entorno no humano o fraternal, de modo contrario con los estilos de apegos preocupados, donde maximizan las conductas de apego y minimizan la exploración del entorno. Por otro lado, los niños de apego desorganizado, al mantener una experiencia aterradora con sus padres a razón del maltrato que les infligían, pero a veces porque en la relación padre e hijo, se mostraban disociados y/o despavoridos. En la investigación de Main, se descubrió que los padres desorganizados eran y suelen ser víctimas de experiencias no resueltas o atendidas, de traumas en el pasado, las cuales no fueron procesados a nivel conscientes, perdurando un estado de disociación latente, susceptible de activarse ante determinados contextos que perturbaban su estado emocional, lo cual desencadenaba una conducta aterradora para los niños, quienes se encontraban atrapados en una

contradicción paralizante, ya que acudían a los padres en búsqueda de seguridad, al mismo tiempo que el miedo hacia estos, les infundía el deseo de huir. Estas reiteradas experiencias durante la infancia suelen generar una conducta controlada de inversión de roles hacia los padres como único medio para “resolver” la contradicción del apego que experimentaron. Es así que este trauma no abordado funcionalmente por parte de los padres generaba en sus hijos un trauma encapsulado aún más difícil de remediar, pero no imposible. Para una mayor comprensión sobre la transmisión de este tipo de traumas de padres a hijos, Main (1995) presumió acerca de la fuerza y necesidad del apego, siendo esta tan importante para el desarrollo, que los niños responden con el fin de preservar el statu quo psicológicos de las figuras de apego, dicho sea de paso, a medida que los hijos o el hijo del padre, crecen, estos padres contribuyen a mantener los esquemas de interacción que refuerzan aún más los estados de ánimo colaborados (Wallin, 2012).

Importancia Del Apego

El primer archivo que aparece sobre la importancia de las relaciones tempranas se debe a un médico y psicoanalista, René Spitz. Éste emprendió su trabajo observando el desarrollo de los niños desamparados y rechazados por sus madres que llegaban a centros para huérfanos. En su libro “El primer año de la vida de un niño” (1887), trata sobre los efectos agresivos que origina en un niño la escasez afectiva en la etapa infantil, y, según sus indagaciones, cuanto más adelantada y dilatada es la separación de sus figuras de apego, más acusados son sus efectos (Palomero, 2011).

Habiendo aclarado anteriormente la tendencia del ser humano hacia instituir un vínculo con su cuidador de carácter innato, mas no aprendida, ya que parte de una necesidad primordial para todo individuo sentirse seguro y contar con esa seguridad que le garantice supervivencia, puesto que a diferencia de otros mamíferos no contamos con garras, colmillos u otras habilidades para defendernos de potenciales amenazas. El apego según Guerrero (2018) es un proceso, no es

algo que surja o aparezca de la noche a la mañana, ni inmediatamente después del parto. Nos caracterizamos por ser seres sociales, deseosos de la interacción social, a razón de que esta interacción social nos permite poner en diálogo saberes específicos que caracterizan a cada persona desde lo académico, familiar, religioso, político, etc. En todas las formas de interacción donde se presentan los niños, no hay manera que ninguna sea de presencia neutra, es decir o bien facilitan la relación de apego o interfieren negativamente. De ahí se puede sugerir que todas las experiencias y circunstancias conducen a una estructura o bien sana o patológica, dependiendo de las situaciones que experimenten los niños, de la familia que tengan para enseñarles a cómo y cuánto ayuden a encauzar determinadas de estas experiencias. Es la familia, la primera “escuela” que tenemos desde niños donde aprendemos a gestionar las emociones. Una particularidad que comparten todos los niños es su baja tolerancia a la frustración y poca capacidad de espera, que si no son educados de la manera más adecuada o si no hay nadie quien lo oriente, o si hay alguien que puede hacerlo, pero no le presta la atención que se merece, difícilmente van a poder desarrollar una buena adquisición de otras diferentes habilidades emocionales. También es importante que los padres sepan cómo gestionar sus propias emociones, ya que son ellos que actúan como modelos y expertos para sus hijos, ocurre lo mismo cuando un padre es capaz de enseñar una receta o una madre a nadar a su hijo, lo hace porque es un buen cocinero o una buena nadadora, para que esta regulación emocional se dé, es necesaria que la figura de apego sepa como autorregular sus emociones y de esa manera educar emocionalmente a sus primogénitos

Seguidamente, la teoría del apego ha probado tener una gran relevancia a nivel clínico, en primer lugar, permite comprender la etiología de los problemas y su urgencia, a partir de las relaciones tempranas. En segundo lugar, se enfatiza en la prevención e intervención temprana, donde actualmente existe una gran cantidad de intervenciones basadas en el apego, como David

Wallin (2012) lo explica en su libro “El apego en psicoterapia”, ya sea por psicólogos clínicos o psicólogos infantiles, entre otros profesionales especializados en la psicología infantil; estas intervenciones a nivel clínico se ajustan a las representaciones internas de las experiencias negativas que está interfiriendo con una adecuada crianza, y orienta al progenitor a establecer más redes de apoyo para un mejor desarrollo y formación de habilidades sociales.

En tercer lugar, tenemos un camino hacia la terapia basada en la relación, donde Bowlby señaló, cinco tareas principales de la terapia, en primera tenemos como la más importante donde el terapeuta debe establecer como “una base segura” para el paciente, para que de este modo se permita atender la segunda tarea, es decir examinar al paciente, respecto a sus expectativas en relación a sí mismo y a los demás, de las cuales derivan lógicamente de la historia de la experiencia vivida, socavando relaciones actuales, raíces de muchos trastornos de la personalidad. A consecuencia la tercera tarea es la de examinar la relación terapéutica actual. A la cuarta tarea es la de examinar los orígenes familiares y los patrones de relación previos, convirtiéndolo en una tarea muy difícil, ya que puede ser doloroso, habiéndose presentado un tabú para hacer estas conexiones. Es así que Bowlby, postula que muchos de los trastornos de la personalidad, se produce por un conflicto entre lo que se insistió a los niños y lo que sus experiencias reales sugieren. Una vez atravesado las tareas preparadas, la quinta tarea se someterá a volver a evaluar estas expectativas largamente sometidas (Gojman, et al., 2018).

Holmes (2019) indica que es de vital importancia que los progenitores satisfagan las necesidades que tienen sus hijos, constituyéndolo en algo muy básico y necesario para la supervivencia de estos, el apego es clave para el desarrollo psicológico de un niño como en su formación de su personalidad, teniendo en cuenta que la calidad del apego influye mucho en el comportamiento que desarrolle el menor y en su futuro, brindándole al menor, seguridad,

autoestima, confianza, autonomía y efectividad a la hora de hacerle frente al mundo que le rodea, es decir que todo ser humano al estar en las etapas iniciales de la vida, tienen carencias básicas que todo padre o madre está en la obligación moral de cubrir las ya que el niño aún está iniciando esta nueva experiencia que es vivir y relacionarse en una comunidad, por lo tanto lo convierte en inexperto que no puede cubrir determinadas necesidades por sí solo, y estas necesidades son tales como, seguridad, confianza respeto, gestión emocional, adquisición de habilidades sociales, educación, cultura, etc. Así mismo, teniendo en cuenta que nosotros como adultos responsables somos quienes debemos ser aquellos en cumplir las carencias de nuestros hijos y no ellos las nuestras, si en algún momento consideramos que tener un hijo va a resolver algún problema emocional o carencia afectiva, pues estamos equivocados, podríamos condenar al menor a padecer nuestras dolencias. Los dos únicos estados que no son reversibles son la muerte y ser madre o padre, que es para siempre y maravilloso.

Desorganización Del Apego y Psicopatología

En determinadas ocasiones padres o hijos no expresan sus emociones, acarreado un problema a nivel psicológico y conductual, teniendo en cuenta que sentir y expresar no son sinónimos ya que todos podemos experimentar o sentir emociones, sin embargo, no todos las expresamos debido a que, no sabe que emoción debe expresar, o no quiere expresarla por miedo al que digan los demás, o en casos diferentes no puede hacerlo a razón de severas dificultades para gestionar y expresar esas emociones. Generalmente, se tiene más problemas para expresar emociones desagradables como el miedo, tristeza o vergüenza, a diferencias de las agradables como la alegría o sorpresa. Holmes (2019) expresa que no se debe evitar expresar emociones desagradables como las ya mencionadas, puesto que el niño entenderá que, si su padre o madre

evitan estas situaciones, esta es la forma en como se deben afrontar las situaciones, aumentando las probabilidades de transmitir ese miedo disfuncional a los hijos, ya que una de las cosas que determina la madurez en las figuras de apego, es la tolerancia a la frustración y la propia capacidad para hacer duelos y aceptar pérdidas.

Adicionalmente, este desarrollo de competencias emocionales y autorregulación en los menores disminuye la probabilidad de caer en el consumo de drogas tener conductas delictivas, comportamiento agresivo y además, es un factor de protección contra el suicidio, considerando que este es la segunda causa de muerte en adolescentes (Holmes, 2019)

Donde Gojman, S. et al, (2018) citando a Bowlby (1973) plantea el hecho de experiencias malignas como un posible origen a los trastornos mentales y psicológicos, el modelo de funcionamiento del mundo, un aspecto clave de quienes son sus figuras de apego y como espera que respondan antes sus necesidades. Así mismo, el modelo del funcionamiento del ser, en donde el menor percibe qué tan aceptable e inaceptable es a los ojos de su figura de apego. Estos modelos se desarrollan de manera complementaria. Por lo tanto, un hijo no deseado, es probable que no solo se sienta no deseado por sus progenitores, sino que se entienda esencialmente que no es deseable, es decir, que no es querido por nadie.

Camps, S., Castillo, J. y Cifre, I. (2013), en su estudio con el objetivo de determinar la correlación entre el apego y su psicopatología en jóvenes que han sufrido de maltrato, con una muestra de 40 participantes, los resultados del estudio muestran que el apego inseguro, sobre todo el subtipo evitativo, es el más prevalente. Algo más de la mitad de la muestra (67.5%) presenta sintomatología clínicamente significativa, en especial hostilidad, obsesión-compulsión, ideación paranoide, psicoticismo y sensibilidad interpersonal, sea de tipo evitativo (37.5%), preocupado (20%) o temeroso (10%). y donde tres de cada uno de los participantes (32.5%), presentan apego

seguro. Los estilos de apego con una visión negativa del self, preocupado y temeroso, tienden a presentar más sintomatología psicopatológica.

Dreyfus (2019) indica que cuando las relaciones de apego temprano con sus cuidadores respectivos no son positivas, estas se distorsionan afectando el comportamiento hacia los otros como por uno mismo respecto a la autopercepción y la identidad. En diversos estudios indican la estrecha relación entre el apego y la psicopatología, donde consideran que para el estudio de esta relación es muy importante tomar en cuenta las diversas historias de apego, marcadas por un apego inseguro, los cuales forman relaciones negativas que se caracterizan por una gran falta de confianza, ausencia de autoestima y autovalía, muy contrario a lo que ocurre con una historia de apego seguro donde se experimentan sentimientos de seguridad, confianza y bienestar.

Dreyfus (2019), citando a Bowlby (1980), planteó que las múltiples alteraciones psicológicas y de la personalidad como la ansiedad, depresión, entre otros, pueden ser explicados por la teoría del apego, como es el caso del apego no resuelto o desorganizado. Así mismo se relaciona el estilo de apego elusivo con los trastornos depresivos, distimia, desórdenes esquizoafectivos y esquizofrenia. Por otro lado, se encontró una proporción significativa de infantes cuyas madres que tenían un trabajo fuera del hogar, fueron asignados a un estilo de apego inseguro evitativo, indicando de la misma manera, un grado mayor de psicopatología, haciendo al menor más vulnerable y predispuesto a este estilo de apego inseguro.

Dreyfus (2019) citando a Farkas et al. (2008), indica que “las relaciones entre apego y psicopatología deben ser tomadas con cautela” (p. 67) ya que las investigaciones no son concluyentes al tener contradicciones en los datos, sin embargo, no son suficientes para desmentir una relación entre el apego inseguro y la probabilidad de una psicopatología a futuro. Otro aspecto para tener en cuenta es el desarrollo de un apego en menores en situación de pobreza, donde pocos

niños tienen un apego seguro, ya que quienes los cuidan, es decir los padres, suelen tener un apego inseguro y son portadores de esa inseguridad, predisponiendo junto a otros factores con una mayor vulnerabilidad en los niños de escasos recursos, corriendo el riesgo de desarrollar un menor capital psicológico.

O.M.S (1992), nos detalla que el vínculo debe ser aprendido, en el hecho que se basa en la experiencia con otra persona, es decir, que en el caso del menor al no saber lo que le depara esta nueva experiencia en el mundo, son los padres quienes están responsabilizados de enseñarles todas sus habilidades sociales y métodos de gestión de emociones, desarrollándose de esta interacción un vínculo afectivo estable, en otras palabras, un apego saludable que le brinda seguridad y confianza al menor. Así mismo, nos plantea que de no producirse esta vinculación tendríamos por otro lado un trastorno de la vinculación en la infancia (TVI), el CIE-10 lo incluye en los trastornos del comportamiento social de comienzo habitual en la infancia, con dos categorías diagnósticas: TVI reactivo (F94.1) y TVI desinhibido (F94.2). Teniendo en cuenta esta alteración conductual, nos explica que se caracteriza por una relación social alterada e inapropiada en la mayor parte de los contextos sociales, que se inicia antes de los 5 años, asociada a una crianza patológica. El tipo reactivo que se manifiesta por anormalidades constantes en el patrón de relaciones sociales que se asocian con perturbaciones emocionales, como temerosidad e hipervigilancia, agresión contra los demás o sí mismo; y el tipo desinhibido, donde se observa un patrón de vínculos poco claros y conciso, el menor exhibe una sociabilidad indiscriminada con acusada incapacidad para manifestar vínculos apropiados, como una excesiva familiaridad con extraños.

La familia posee una función eminentemente protectora y socializadora. Dentro de ésta, el niño establecerá nexos con el mundo exterior, haciéndose patente a través de la seguridad que

se vaya solidificando según las relaciones que tienen los miembros de la familia (García, O., et al. (2018).

El Apego y el riesgo psicosocial

Moya, et al. (2015) en su estudio sobre “los efectos del apego seguro en los problemas psicosociales infantiles de problemas interiorizados y exteriorizados” donde se analizó la participación del mediador o en este caso la figura de apego, y las relaciones entre el contexto de riesgo psicosocial de los menores. Así que, se presencia un nivel elevado de problemas interiorizados y exteriorizados de conducta con la pertenencia a contexto de crianza de riesgo, indicando así un menor nivel de apego seguro. Para lo que, en palabras de Moya et al., “hallábamos una correlación negativa robusta entre la aparición de problemas interiorizados y exteriorizados y el nivel de apego seguro...” (p. 10). En este sentido, la interiorización del sentimiento de seguridad, confianza de sí mismo y los otros, son algunos de los beneficios de haberse desarrollado en un entorno en el que la figura de apego se ha mostrado sensible y empático con las necesidades emocionales y cognitivas del niño. Llegando a una conclusión en el que pertenecer a un grupo, sentirse aceptado y valorado como un adecuado nivel de apego, suelen predecir la presencia o ausencia de problemas de conducta, en especial de aquellos problemas que se interiorizan, es decir, que aquellos menores que crecen en ambientes riesgosos son más propensos a desarrollar problemas de ajuste psicosocial, como aquellos que generaron apegos menos seguros tienen más altas probabilidades de presentar estos problemas. Entendiéndose de otro modo, se sugiere que los contextos de desarrollo de riesgo llegan a entorpecer la construcción de un apego seguro en menores, como también todo lo contrario, incidiendo en la formación un tipo de apego.

La figura docente como agente de desarrollo emocional infantil

Moreno (2010) nos refiere que, a nivel biológico, los infantes muestran habilidades innatas para crear un vínculo de apego hacia los adultos, ya que pasan la mayor parte del tiempo con ellos, o es como debería ser, puesto de que deben estar al tanto de su bienestar. Dicho sea de paso, los niños necesitan y buscan establecer una relación especial con sus cuidadores, uno de ellos suele ser sus docentes en los colegios, tomados como segundos padres, gracias a la proximidad física y afectiva al pasar una gran parte del día interactuando con estos, esta relación puede ser beneficiosa para suministrar una base segura que permita explorar y evite la rigidez conductual.

Moreno (2010) citando a Ainsworth (1989), expresó cierto nivel de incertidumbre al poder considerar a los docentes como figura de apego ya que, para discurrir un apego como tal, se tenía que cumplir en primer lugar determinadas condiciones específicas como, por ejemplo, lazos afectivos de larga duración en el tiempo, cuidados y cumplimiento de necesidades básicas proporcionando seguridad y tranquilidad. Tiempo después, Ainsworth (1999) citado por Moreno (2010), reconsideró sus criterios y pasó a tomar en cuenta otros nuevos criterios de apego extrafamiliar, tres para ser específicos, que se deben cumplir para identificar figuras de apego que se dan fuera de una relación padre-hijo: suministrar cuidado emocional y físico, presencia física sólida e invertir emocionalmente en el menor.

Aunque los padres sean figuras de apego principales, determinados y esperados en toda familia, cuando estos no puedan cumplir adecuadamente su rol, los niños pueden contar con otras figuras de apego disponible. Siendo así, otros autores como Amar y Berdugo (2006) indican en su investigación otros posibles participantes activos en la formación del apego en el menor, en donde influye un contexto afectivo de referencia en la vida emocional del niño. Estas figuras

suplementarias de apego pueden ser personas fuera del núcleo familiar, como los maestros en este caso, que ofrecen afecto, confianza, seguridad e interés por el menor.

Según, Sierra y Moya (2012) cuando la formación del apego entre el menor y su progenitor es infructífera, nos indica que el menor puede llegar a generar un sentimiento de seguridad y confianza a través de un apego secundario en que se le brinde calidez, sensibilidad, cimentando un adecuado vínculo afectivo, es decir, que si el menor no puede confiar en su progenitor para su supervivencia, por diversas razones, este puede formar un vínculo emocional secundario con alguna persona ajena a la familia, en este caso, un docente que le proporcione las condiciones necesarias favoreciendo el sentimiento de seguridad y bienestar. Llegando a ser un aliado fundamental para el desarrollo psicológico del menor. Por lo tanto, los docentes no necesariamente se llegan a percibirse como un distribuidor de conocimiento, sino que a su vez pueden verse como proveedores de cuidado, generando confianza en el menor para que puedan establecer algún vínculo social y afectivo en especial que le permita un adecuado desarrollo, aliviando un apego inseguro entre el niño y sus progenitores.

Maldonado y Carrillo (2006) nos indican que los maestros tienen un rol fundamental en la vida emocional de los niños, una vez integrado al medio educativo, y que relación que se forma puede llegar a tener un dominio sólido en la adaptación socio educativo del menor. Por otra parte, es un poco atrevido mencionar que los maestros pueden generar el mismo nivel de apego, como lo haría los progenitores en su lugar, es decir que el docente puede proporcionar cierto nivel de confianza y seguridad al menor, pero no al mismo nivel que lo harían los padres en su lugar. Además, los mismos antecedentes familiares, pronostican que de darse una relación de apego seguro con los padres pueden desarrollar una relación óptima entre el profesorado y su mentorado.

O'Connor y Mc Cartney (2007) señalan que aquellos niños que no han podido establecer una relación de apego segura con sus padres, y si lograron formar una relación de apego seguro con sus docentes, están preparados para desenvolverse de manera social, emocional y académicamente. Adicionalmente, nos muestra puntos significativos a considerar para obtener este tipo de relación entre maestro y alumno:

- Usar una voz agradable, calmada y lenguaje sencillo para comunicarse con el niño.
- Mostrar atención en los intereses del niño, así como iniciativa en el juego.
- Corregir a los estudiantes cuando presentan un comportamiento inapropiado.
- Escuchar al menor y motivar a escuchar a los demás.
- Reconocer los logros del menor y felicitando su esfuerzo al realizar una buena acción.
- Ponerse a la altura del menor para interactuar cara a cara.

Conclusiones

Concluyendo esta investigación, el objetivo principal de este estudio es comprender la importancia del apego en los primeros años de vida del ser humano, para que este trabajo sea dado en lo posible, fue necesario detallar y diferenciar algunos aspectos, por lo que se ha realizado una revisión exhaustiva de información integral de otros diversos estudios que rindieron su aporte al estudio.

Es así como, Camps (2014) nos detalla que la definición del apego según Bowlby, J. (1993), es cualquier forma de comportamiento que hace que una persona alcance o conserve proximidad con respecto a otro individuo diferenciado y preferido. Teniendo en cuenta que la tarea principal del cuidador es ser responsable y pendiente del infante para que pueda desarrollar un apego seguro, y una personalidad funcional, siendo capaz de establecer buenas relaciones más adelante, es decir, el apego es un sistema conductual inherente al ser humano, la cual está conformado en primer lugar por la búsqueda de seguridad y estabilidad en el soporte y atención de una persona adulta que puede ser un padre, una madre, un tío, una tía, un abuelo o una abuela, cualquier familiar adulto que sea más fuerte e inteligente, capaz de brindarle consuelo y protección para poder crecer sano y seguro.

Por otro lado, tenemos a Wallin (2012), donde nos detalla que Bowlby, no fue el único que desarrollo esta teoría del apego como se cree a primera vista, por supuesto que fue quien dio un punto de partida, sin embargo, tuvo mucha suerte y ayuda de parte de Mary Ainsworth quien pasó a formar parte de esta travesía intelectual al cruzarse con una oportunidad de trabajo, es así que a través de su experimento denominado “La Situación Extraña”, logró identificar diferentes estilos de apego, como el apego seguro, el apego ambivalente, el apego evitativo y como nadie es perfecto,

siempre se va necesitar apoyo de un colega profesional, ya que el trabajo en equipo es mucho más eficiente que uno individual, fueron Main y Solomon (1990), quienes reconocieron el apego desorganizado, habiendo pasado por inadvertido ante los ojos y experticia, de nuestros primeros prodigiosos psicólogos en el transcurso del desarrollo de la teoría del apego. En otras palabras, John Bowlby, en el transcurso de cuatro décadas, no fue el único que dio vida y forma a lo que hoy conocemos como la teoría del apego, sino que necesitó el apoyo de diferentes miembros intelectuales, trabajando en equipo, dando a tallar que, así como los niños necesitan de otros, es decir de sus padres para poder salir adelante ya que solo no pueden, Bowlby, necesitó el apoyo de otras personas para pasar a la historia con un gran aporte científico e intelectual.

Seguidamente, Holmes (2019) citando a Benoit y Parker (1999), nos detalla de una “transmisión intergeneracional” del estilo de apego, donde un niño que desarrolle un estilo de apego seguro, lo más probable es que sea un adulto, en este caso su padre o su madre o ambos, con el mismo estilo de apego que le halla inculcado este estilo de conductas y así mismo, a este adulto haya sido criado por padres del mismo estilo de apego seguro, es decir que incluso los demás estilos de apego como el apego ambivalente – ansioso, evitativo o hasta el desorganizado tiene un

Por último, el apego es clave para el desarrollo psicológico del niño como en la formación de su personalidad, siendo la familia, su primera “escuela” donde deben atender de una manera responsable sus necesidades emocionales, así como enseñar a manejar sus emociones, por tanto, es imprescindible que los padres posean un equilibrio emocional y de esa manera formar a sus hijos en un hogar estable. En consecuencia, esto brindará seguridad, autoestima, confianza, autonomía, efectividad para enfrentarse al mundo que le rodea.

El maestro podría fungir como figura compensatoria para aquellos estudiantes con una base de apego inseguro, llegando a ser un aliado fundamental para el desarrollo psicológico del menor. De

esta manera puede proporcionar las condiciones necesarias favoreciendo el sentimiento de seguridad y bienestar en el menor. Por ello, según O'Connor y Mc Cartney, es necesario considerar puntos significativos como: voz agradable y calmada; lenguaje sencillo, atención a los intereses del niño, iniciativa en el juego, corregir ante una conducta inapropiada, capacidad de escucha activa, motivación y reconocimiento al esfuerzo, para así obtener una relación de apego seguro entre maestro y estudiante.

Recomendaciones

A raíz de la gran cantidad de información literaria respecto a la investigación del Apego y su latente importancia, se recomienda en primera instancia el diseño de programas encaminados a la educación, protección y acrecentamiento de la salud psicológica, con el fin primordial de promover una serie de competencias socioafectivas permitiendo el desarrollo saludable y funcional educativo.

Se recomienda a los directivos académicos de las instituciones educativas, proponer una programación anual de actividades encaminadas a la educación, prevención y acrecentamiento de la salud psicológica, con el propósito de suscitar una serie de aptitudes socio emocionales que faciliten un desarrollo eficaz, sano y óptimo de los menores del hogar.

Se aconseja adicionar al rol del docente, que desde el salón de clases, se oriente a proporcionar afecto, confianza y seguridad al menor, generando un entorno seguro y previsible, dándole importancia a la comprensión de las emociones que permitan ser reconocidas en el momento que los sucesos las provocan, con la finalidad de constituir personas emocionalmente fuertes con valores sólidos y habilidades sociales suficientes que les permita convivir en sociedad y así enfrentarse al mundo que le rodea.

Se sugiere de igual modo, no dejar de lado el desarrollo de nuevas prácticas profesionales, educativas y familiares para el perfeccionamiento de una personalidad funcional en los pequeños del hogar, quienes son el reflejo de casa en la escuela, sociedad y grupos de homogéneos. Permitiendo en un futuro a largo o mediano plazo, aportar adecuados sentimientos de seguridad como confianza en sí mismo, auto valía, independencia y estrechas relaciones padre e hijo,

garantizando en un determinado porcentaje de estabilidad emocional y psicológica, todo esto por medio de una buena instrucción con base en el apego seguro. Así mismo teniendo en cuenta una pregunta que todo padre y madre debe recordar siempre ¿Qué futuro le quiero dar a mi hijo?

Referencias

- Campos, D., Herrera, P., Navarro, M., Martínez, L., Quero, S. y García, J. (2020). *Manual auto aplicado de la terapia de compasión basada en los estilos de apego para la promoción del bienestar*. Prensas de la universidad de zaragoza.
- Camps, S., Castillo, J. y Cifre, I. (2013). Apego y psicopatología en adolescentes y jóvenes que han sufrido maltrato: implicaciones clínicas. *Clínica y Salud*. 25(1), 67-74.
- Casullo, M. y Fernández, M. (2005). *Los estilos de apego, teoría y medición*. JVE Ediciones.
- Chamorro, L. (2012). El apego. Su importancia para el pediatra. *Pediatra (Asunción)*, 39(3), 199-206. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4221475>
- Chamorro, L. (2012). El apego. Su importancia para el pediatra. *Pediatra. (Asunción)*, 39, (3), 199-206.
- Dallos, R. y Verelle, A. (2012). *Apego y terapia narrativa: un modelo integrador*. Ediciones Morata.
- Dreyfus, H. (2019). La importancia del apego en el desarrollo del niño. *Consensus*, 24(2), 183-194. [10.33539/consensus.2019.v24n2.2327](https://doi.org/10.33539/consensus.2019.v24n2.2327)
- Erickson, E., y Uhler, L. (2010). *Red state uprising: How to take back America*. Simon and Schuster.
- Fonagy, P. (2004) Teoría del apego y psicoanálisis. *Scielo*. 19(1). 131-134. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1130-52742008000100007

- García, O., Serra, E., Zacarés, J. y García, F. (2018). Estilos de crianza y resultados de socialización a corto y largo plazo: un estudio entre adolescentes y adultos mayores españoles. *Intervención psicosocial*, 27 (3), 153-161.
- Gojman, S., Herreman, C. y Sroufe, L. (2018). *La teoría del apego. Investigación e intervención en distintos contextos socioculturales*. Fondo de cultura económica.
- Guerrero, R. (2018). *Educación emocional y apego*. Libros Cúpula.
- Holmes, J. (2019). *Apego en la práctica terapéutica*. Desclee de Brouwer
- Lafuente, M. J. (2000). Patrones de apego, pautas de interacción familiar y funcionamiento cognitivo (de la década de los 70 a la década de los 90). *Revista de psicología general y aplicada: Revista de la Federación Española de Asociaciones de Psicología*, 53(1), 165-190.
- Lafuente, M. y Cantero, M. (2010). *Vinculaciones Afectivas: Apego, Amistad y Amor*. Pirámide.
- Luby J, Barchs D, Belden A, Gaffrey M, Tillman R, Babb C, et-al. (2012). Maternal support in early childhood predicts larger hippocampal volumes at school age. *Proc Natl Acad Sci U S A*, 109(8), 2854 - 2859. <https://doi.org/10.1073/pnas.1118003109>
- Mantini, L. (2015). *Teoría del apego y relaciones de pareja*. Dunken.
- Marrone, M. (2009). *La teoría del apego: un enfoque actual*. Psimática.
- Mikulincer, M. y Florian, V. (1999). Vínculo materno-fetal, estrategias de afrontamiento y salud mental durante el embarazo: la contribución del estilo de apego. *Revista de psicología social y clínica*, 18 (3), 255-276.

- Mikulincer, M. y Shaver, P. (2016). Adult attachment and compassion: Normative and individual difference components. *The Oxford handbook of compassion science*, 79-90.
- Moya, J., Sierra, P., Del Valle, C. y Carrasco, M. (2015). Efectos del apego seguro y el riesgo psicosocial en los problemas infantiles interiorizados y exteriorizados. *Tendencias Pedagógicas*, 26, 163-178.
- [.https://revistas.uam.es/tendenciaspedagogicas/article/view/2131](https://revistas.uam.es/tendenciaspedagogicas/article/view/2131)
- Musitu, G. y Allatt, P. (1994). *Psicosociología de la familia*. Albatros.
- Musitu, G., Buelga, S., Lila, M. y Cava, M.J. (2001). *Familia y adolescencia*. Síntesis.
- Nava, M. (2005). Evitación al Éxito, Estilos de Crianza y Estilos de Apego [Tesis de licenciatura, Universidad de las Américas Puebla]. Repositorio de la Universidad de las Américas Puebla. http://catarina.udlap.mx/u_dl_a/tales/documentos/lps/nava_a_me/
- Palomero, J. (2011). Sobre la construcción del vínculo del apego. (23 de agosto de 2021). AUFOP BLOG. <http://aufop.blogspot.com/2011/02/la-psicomotricidad- como-eje-del.htm>
- Papalia D., Wendkos S. y Duskin R. (2010) *Desarrollo humano*. McGrawHill/Interamericana editores.
- Portu, N. y Eceiza, M. (2012). El apego con el padre y la madre en la segunda infancia y su relación con la autoestima. *Redalyc* 1(1), 177 – 187. <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349832342018.pdf>
- Puig, G. (2021). *Tutores de resiliencia*. Gedisa Edit.
- Schore, A. (2001). Effects of a secure attachment relationship on right brain development, affect regulation, and infant mental health. *Infant Mental Health Journal*, 22 (1- 2), 7- 66.

Seitún, M., y Di Bartolo, I. (2019). *Apego y crianza: Cómo la teoría del apego ilumina la forma de ser padres*. GRIJALBO.

Vargas, J. y Arán, V. (2013). Importancia de la Parentalidad para el desarrollo cognitivo infantil: una revisión teórica. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 12 (1), 171-178.

Velásquez, M. (2020). *Estilos de crianza: una revisión teórica*. Tesis de licenciatura, Universidad Señor de Sipan]. Repositorio institucional de la Universidad Señor de Sipan. <https://hdl.handle.net/20.500.12802/7286>

Wallin, D. (2012). *El apego en psicoterapia*. Desclee de Brouwer.