

El desarrollo del apego en el niño: La teoría etológica de Bowlby

La teoría que argumenta que el apego es la perspectiva más aceptada del lazo emocional del niño hacia el cuidador es la “Teoría Etológica de Bowlby”.

Definiendo el apego, podríamos decir que es el lazo afectivo fuerte que sentimos por personas especiales en nuestra vida que nos lleva a sentir placer y alegría cuando interactuamos con ellas y nos alivia su cercanía en momentos de estrés.

La teoría etológica de Bowlby parte de la idea de que muchas conductas humanas han evolucionado en nuestra perspectiva a lo largo de la historia porque facilitan la supervivencia. El vínculo de apego que propone Bowlby tiene fuertes raíces biológicas, por lo que se puede entender mejor dentro de un marco evolutivo en el que la supervivencia de la especie es de primerísima importancia.

Según Bowlby (1969, 1973, 1980), lo que permite desarrollar nuestra manera de ser y relacionarnos con el entorno es una necesidad biológica innata: **la relación de apego**. El sistema comportamental de apego es un mecanismo evolutivo diseñado para aumentar la probabilidad de supervivencia y éxito reproductivo. Como tal, el sistema de apego se considera un componente de la programación genética humana (Bowlby 1969/1982). Este conjunto de respuestas innatas de apego, instintivas ante la amenaza y la inseguridad del entorno se demuestran en tres tipos de comportamientos:

1. **Búsqueda, control e intentos de mantener la proximidad con una figura de apego**, a través de las conductas de llorar, llamar o pegarse al adulto. Se trata de un repertorio biológicamente organizado del niño para establecer la proximidad con el cuidador y asegurarse su protección y cuidado.
2. Uso de la **figura de apego como base segura desde la que explorar ambientes y experiencias no familiares** (Ainsworth, 1963). El sistema comportamental de exploración permite al niño sentirse libre de explorar

el entorno y, cuando se encuentra temporalmente ausente, necesita de que la figura de apego se encuentra disponible como base segura para proporcionar protección, apoyo y recarga emocional.

3. Recurrir a una **figura de apego como base segura (*safe heaven*) en situaciones de peligro o de alarma**. Los seres humanos, al sentirse amenazados, buscan la seguridad no en un lugar específico, sino en la compañía de personas consideradas más fuertes o sabias (Bowlby, 1979).

Para Bowlby la relación del niño con un adulto empieza con una serie de señales innatas que el bebé da al adulto para atraerlo. Al pasar el tiempo, se va desarrollando un vínculo afectivo verdadero entre el bebé y la figura de apego que se ve apoyada por nuevas capacidades cognitivas y emocionales del bebé y por una historia de cuidado sensible por parte de la ya mencionada figura de apego.

El desarrollo del apego, Bowlby lo divide en cuatro fases:

1. **La fase del preapego (nacimiento a 6 semanas).**

En esta fase el punto clave es que el bebé utiliza una serie de señales internas para establecer un contacto cercano con otros humanos de su alrededor que ayudaría posteriormente a fomentar el apego en la fase siguiente. En esta fase, por tanto, no están todavía apegados al cuidador. Estas señales podrían ser: sonreír, llorar, coger, mirar a los ojos del adulto.

Ejemplo de esta fase sería cuando el niño llora porque tiene hambre o mire a los ojos del adulto cuando le está acariciando porque es agradable para él.

2. **La fase de formación del apego (6 semanas a 6-8 meses).**

Aquí el bebé ya empieza a responder de forma diferente dependiendo de si es un cuidador conocido o un extraño, por lo que el apego ya empieza a formarse entre

el bebé y el cuidador, definiendo este apego ya en la siguiente fase. El punto a destacar en esta fase, es que el bebé aprende que sus conductas influyen en las conductas de las personas que están a su alrededor, por lo tanto, ya empieza a desarrollar expectativas de que el cuidador responderá cuando él lo solicite. Por lo tanto, el vínculo afectivo entre el bebé y el cuidador empieza a fortalecerse.

Ejemplo en esta fase sería que el niño suele calmarse más rápidamente cuando su madre lo coge que si lo hace un extraño o que el bebé sonríe y balbucea con más libertad con el cuidador.

3. La fase del apego bien definido (6-8 meses a 18 meses-2 años).

En esta fase ya si es evidente un apego del bebé con el cuidador conocido, presentando en este periodo ansiedad en la separación. Esta ansiedad de separación aparece universalmente después de los seis meses aumentando hasta alrededor de los quince meses. Esta ansiedad ante la separación nos deja claro que los niños ya son capaces de entender de que el cuidador sigue existiendo aun cuando no lo ve, por lo tanto, presentan esta ansiedad porque están disgustados porque el adulto a quien han llegado a confiar se marcha.

Un ejemplo sería la madre que está en el salón junto a su bebé, se tiene que ir un momento a la calle a atender un compromiso, lo deja con la vecina y el bebé no para de llorar y patear ante la ausencia de su madre.

4. Formación de una relación recíproca (18 meses a 2 años en adelante).

Gracias al crecimiento rápido de la representación y del lenguaje, el niño comprende que las idas y venidas del cuidador no significa su abandono y entra en la predicción de del regreso de la madre, por lo que la protesta por la separación disminuye. Ya en esta fase los niños empiezan a negociar con el cuidador, utilizando peticiones para alterar los objetivos del éste.

Ejemplo de esta fase es cuando el niño le pregunta a la madre que a donde va, ella le dice que a comprar comida a la calle y que cuando vuelva comerán juntos. Esta

explicación alivia al niño ya que entiende que la madre va a volver y que luego estarán juntos otra vez.