

NOMBRE: DELINA ESMERALDA PEREZ VILLATORO

PROFESOR: MARIA CORDERO



MATERIA: TALLER DE ELABORACION DE TESIS

NOMBRE DEL TRABAJO: TALLER DE ELABORACION DE TESIS

GRADO: 9

GRUPO B

DEDICATORIA

“Hay una diferencia entre querer a una persona y querer la idea que te has hecho de ella.”

“Pensaste que era el indicado, ¿verdad? Tus pensamientos futuros están llenos de él, pero en el presente, esta con alguien más, te frustraste ¿cierto? Te desgastaste día tras día para que viviera lo magnífica que eras, tenías fe en que todas esas noches en las que te quedaste dormida llorando iban a valer la pena. Pero, de tanto intentando que el viera lo perfecta que eras, olvidaste recordártelo a ti misma y entonces te perdiste”.

ÍNDICE

Antecedentes históricos de las relaciones amorosas

2.1 surgimiento del amor

2.1.1 origen mitológico del amor

2.1.2 Antecedentes de las relaciones amorosas durante la prehistoria

2.1.3 los cromagnon

2.1.4 occidente y oriente

2.1.5 Antecedentes de las relaciones amorosas en el antiguo Egipto

2.1.6 Antecedentes de la formación de relaciones amorosas en Grecia

2.1.7 Origen del complejo de Edipo

2.2 Antecedentes de relaciones amorosas en la antigua roma

2.2.1 Formación de las relaciones amorosas durante la edad media

2.2.2 Formación de las relaciones amorosas a mediados de la edad media

2.3 Época victoriana

2.3.1 Relaciones amorosas durante los siglos XVI al XVIII

2.3.2 Relaciones amorosas durante el siglo XIX

2.3.3 Relaciones amorosas en el siglo XX

2.3.4 Relaciones amorosas en los años 40's

2.3.5 Relaciones amorosas en los años 60's

2.3.6 Antecedentes de teorías de las relaciones amorosas en los años 60's

2.4 Origen de teorías psicológicas del amor durante los años 80's

2.5 Origen de la escala triangular

2.6 relaciones amorosas en la época actual

2.7 ¿Por qué nos enamoramos

2.8 Análisis personal

3. APROXIMACIONES TEÓRICAS AL ESTUDIO DE LA AFECTIVIDAD

3.1 Acercamientos clásicos al estudio de la afectividad

3.1.1 Los vínculos afectivos desde las teorías conductistas

3.1.2 Los vínculos afectivos desde la teoría psicoanalítica

3.1.3 La teoría de los afectos de Silvan S. Tomkissns

3.1.4 Aportaciones etológicas al estudio de la afectividad

3.2 La Teoría del apego

3.2.1 Orígenes de la teoría del apego: Jhon Wolby (1907- 1990)

3.2.2 Postulados básicos de la teoría del apego

3.2.3 Componentes del sistema del apego: cognición, conducta y emoción

3.2.4 Neurociencia de la emoción: desarrollo neuronal y regulación afectiva.

4.RELACIONES AFECTIVAS EN LA EDAD ADULTA

4.1EL VINCULO DE APEGO EN LA ETAPA ADULTA UNA NECESIDAD PRIMARIA DURANTE TODA LA VIDA

4.1.2LA FORMACION DE APEGO EN LA EDAD ADULTA

4.1.3TRASFERENCIA GRADUAL DE LOS COMPONENTES DE APEGO DE LOS PADRES A LOS AMIGOS Y LA PAREJA ROMANTICA

ADOLESCENCIA

1. EL PODER DE LOS BUENOS TRATOS BASES BIOLOGICAS, PISCOLOGICAS Y SOCIALES

1.1 LA ECOLOGIA SOCIAL DE LOS BUENOS TRATOS INFANTILES

1.2 RESILENCIA

1.3 LAS NECESIDADES INFANTILE

INTRODUCCIÓN

En la siguiente investigación hablaremos sobre las relaciones maritales que mujeres jóvenes mantiene con hombres que son casados o de mayor edad la cual será llevada a cabo en el municipio de las Rosas Chiapas.

En nuestra actualidad es algo que quizá para muchas personas sea común y quizá para otras no, pero ciertamente este tema es tan disertante que en nuestra actualidad suceda esto y no por lo que la sociedad indique o marque que es correcto, sino por la falta de desamor que una mujer pudo faltarle en la infancia, el desamor así su persona a desvalorizarse de tal manera de caer en un juego y aceptar así ser la persona que solo obtenga ratos que es consciente de que de esa relación no recibirá a cambio lo que realmente se merece, porque no romper estigmas, patrones porque aceptar tan poca cosa porque no quererte a ti misma, por que pensar que eso es lo mejor que puedes tener en tu vida y creer que si te vas no hay nada más allá afuera, pero no es tu culpa quizá no sabes cómo quererte y aprendiste desde pequeña a callar para que no se enojen, para que te quieran. Pero el día en que hables, y efectivamente se enojen y se aleje alguna gente, y veas que fue lo mejor que te pudo haber pasado, no vas a creer el tiempo que perdiste. Vas a ser libre, y no lo vas a cambiar por nada. ; Por lo que mis objetivos en la siguiente investigación son analizar por qué mujeres de corta edad mantienen una relación con hombres casados y mayores que ellas, que es lo que realmente buscan en ese tipo de parejas analizar y observar que tipo de vínculo afectivo predomina en ellas, que tipo de apego mantienen ya que existen tipos de apegos y cada uno de ellos depende de cierta manera de lo que aprendimos en la niñez y esto influye y se reflejada en la edad adultez.

Un apego es una tendencia de los seres humanos que tenemos para establecer vínculos afectivos sólidos con personas determinadas a través de la vida. El comportamiento de apego es todo aquel que permite al sujeto conseguir o mantener proximidad con otra persona diferenciada y generalmente considerada más fuerte y/o sabia, propio del ser humano, que motiva la búsqueda de proximidad entre el niño pequeño y sus padres o cuidadores. (Iusmenia, 2006)

Así mismo identificar qué tipo de amor es el que mantienen, si existe algún detonante en su infancia y que tan perjudicial puede ser para la vida de una persona.

Es por eso que esta investigación pretende analizar cada minio detalle y saber cuál es el impacto de sus emociones y apego si el apego que aprendieron en la infancia es sano e insano y como poder modificar lo ya aprendido para así poder ayudar a dejar este tipo de relaciones así también saber qué tipo de miedo predomina en este tipo de mujeres, que tienen miedo a dejar.

Ya que la siguiente investigación pretende ser una herramienta la cual sea de ayuda para aquellas mujeres que la lean y pueda provocar en ellas un Insight y

aprendan a quererse a sí mismas saber que siempre existe algo allá afuera que quizá lo que aprendimos en la infancia no fue bueno y de eso no tienes la culpa, pero si ser conscientes y tomar buenas decisiones en tu vida adulta ser independiente no codependiente de alguien o algo y sobre todo no tener miedo a la soledad comenzar por aceptar lo que no es sano para ti, lo que no te hace bien y por lo consiguiente aprender a quererte a ti misma para saber qué es lo que no mereces que es lo que estas dispuesta aceptar y lo que no, ser coherente con lo que dices y con lo que haces, aprender a ser asertivo.

CAPÍTULO 1 PROTOCOLO DE LA INVESTIGACIÓN

1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Actualmente vivimos en un mundo donde la mayoría de las personas mantiene vínculos afectivos insanos lo que se deriva de un estilo de apego que muy probable allá aprendido desde pequeño .La mayoría de las personas no saben que los vínculos comienzan desde que uno fue concebido y desde allí ya traemos un historial, nuestra historia de vida justo comienza allí, el apego está muy marcado en los primeros meses y años de vida en el cual nosotros no podemos valerlos por sí mismos y necesitamos de la figura materna por lo consiguiente vamos creciendo y también necesitamos de la figura paterna lo que nos conlleva a que comencemos una estructura y aprendemos maneras de vincularnos e ahí aun no es notorio el problema para la mayoría de las personas conforme vamos creciendo y llegamos a una edad en la cual tenemos fuertes problemas de pareja.

Tal es el caso de algunas mujeres de las rosas Chiapas que durante muchos años han mantenido una relación marital con personas mayores de edad que son casados.

En la actualidad es un tema preocupante y de gran interés ya que ellas aun no comprenden por qué mantienen ese tipo de relación y no pueden alejarse pero el problema he aquí es la manera de vincularse y el apego que desde pequeños aprendieron en casa la falta de la figura paternal que quizá el padre estuvo ahí pero jamás contaron con él y comenzaron en su inconsciente a idealizar un tipo de hombre que quizá dijeron que jamás querían tener pero al final del día esa parte se les quedo marcada en el inconsciente y fue guardado en el fondo como un iceberg.

1.2 PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN

¿Por qué las mujeres aceptan ser la segunda opción?

¿Qué tipo de fijación tienen estas personas que mantienen relaciones maritales con personas mayores y casadas?

¿Qué tipo de apego es el que predomina en estas relaciones?

Existe algo en la infancia que influya en estas relaciones

¿Cómo pueden dejar este apego destructivo?

¿Qué tipo de amor es el que predomina estas relaciones?

¿Cómo afecta y destruye la vida de una mujer el mantener una relación así?

1.3 OBJETIVOS

Objetivo general:

Conocer las causas del porque mujeres mantienen una relación marital con hombres casados.

Objetivos específicos:

1.- Determinar qué tipo de apego es el que predominan en relaciones maritales con hombres casados y mujeres

2.- Comprender qué tipo de amor es el que mantienen estas relaciones maritales con hombres casados

3.- Identificar si existe algún detonante en la infancia que influya en este tipo de relaciones.

4.- Analizar cómo afecta la vida de una mujer el mantener este tipo de relaciones

5.-Determinar cómo puede terminar este tipo de relaciones destructivas.

1.4 JUSTIFICACIÓN

Desde una preocupación particular el tema me parece interesante y de suma importancia ya que en nuestra actualidad la suma de mujeres que mantienen una relación marital con hombres casados día con día va aumentando, el interés de esta investigación o importancia es saber por qué estas mujeres aceptan mantener relaciones de este tipo que existe detrás de este tipo de amor, relación y que patrón es el que siguen estas mujeres y si tienen algo en común que es lo que estas mujeres esperan de este tipo de relaciones lo cual creo que podría ayudar o mejorar en la sociedad dar a conocer este suceso y como poder evitar o ayudar a personas que pasan por este tipo de relaciones.

Mi investigación considero que es importante para dar a conocer que existe detrás de todas aquellas personas que mantienen relaciones de este tipo que son insanas independientemente de la manera en que la ve la sociedad puede aportar para que mujeres que pasan o estén pasando por este tipo de circunstancia se vean reflejadas y puedan saber qué es lo que realmente están buscando detrás de esta relación y que es lo que necesitan sanar para poder salir de este tipo de relaciones insanas.

1.5 HIPÓTESIS

1.- Determinar qué tipo de apego es el que predominan estas relaciones

El tipo de apego que predomina en las relaciones maritales entre hombres casados y mujeres solteras es el apego ansioso ambivalente.

1.6 VARIABLES

Variable independiente: apego

Variable dependiente: apego ansioso ambivalente

1.7 METODOLOGÍA

La presente investigación será realizada con base en el método científico, puesto que el método científico según (Tamayo, 2003) El método científico es un procedimiento para descubrir las condiciones en que se presenta sucesos específicos, caracterizado generalmente por ser tentativo, verificable, de razonamiento riguroso y observación empírica.

Paradinas nos dice: “método de trabajo científico es la sucesión de pasos que debemos dar para descubrir nuevos conocimientos o, en otras palabras, para comprobar o dispostrar hipótesis que implican o predicen conductas de fenómenos, desconocidos hasta el momento.

El método científico no es otra cosa que la aplicación de la lógica a las realidades o hechos observados.

Por lo tanto, el método científico es un conjunto de procedimientos por los cuales se plantean los problemas científicos y se ponen a prueba las hipótesis y los instrumentos de trabajo de investigación.

El método científico rechaza o elimina todo procedimiento que busque manipular la realidad en una forma caprichosa, tratando de imponer prejuicios, creencias o deseos que no se ajusten a un control adecuado de la realidad y de los problemas que se investiguen.

Tipo de método: analítico - deductivo

Es un método deductivo, ya que se empieza de lo particular a lo general se comienza hablando desde la raíz del problema o tema hasta llegar a una probable solución.

Es un modelo de método científico que se basa en la experimentación y la lógica empírica, que, junto a la observación de fenómenos y sus análisis estadísticos, es el más usado en el campo de las ciencias sociales y en las ciencias naturales

Tipo de investigación: documental y de campo

Enfoque metodológico: cualitativa

La investigación cualitativa, se plantea, por un lado, que observadores componentes y cualificados pueden informar con objetividad, claridad y precisión acerca de sus propias observaciones del mundo social, así como de las experiencias de los demás. Por otro los investigadores se aproximan a un sujeto real, un individuo real, que está presente en el mundo y que puede, en cierta medida, ofrecernos información sobre sus propias experiencias, opiniones, valores...etc. Por medio de un conjunto de técnicas o métodos como las entrevistas las historias de vida, el estudio de caso o el análisis documental, el investigador puede fundir sus observaciones con las observaciones aportadas por otros. (Alvarez, 2011)

La siguiente investigación se realizará con un enfoque metodológico cualitativa para poder observar el porqué de estas relaciones que influye en ellas, las razones o circunstancias, cualidades y características.

Corriente epistemológica: la siguiente investigación se realizará con una corriente psicoanalítica de Sigmund Freud el psicoanálisis es un método creado por el médico y neurólogo austriaco Sigmund Freud que tiene como objetivo la investigación y el tratamiento de enfermedades mentales. Se basa en el análisis de los conflictos sexuales inconscientes que se originan en la niñez.

Técnicas de investigación:

Recopilación de información de manera documental y entrevistas.

Ubicación:

La siguiente investigación será realizada en las rosas Chiapas con mujeres de 17 a 24 años y de 30 a 45 años lo cual se realizará en un tiempo de 4 a 6 meses.

Capítulo II origen y evolución del tema.

ANTECEDENTES HISTÓRICOS DE LAS RELACIONES AMOROSAS

2.1 Surgimiento del amor

Desde el inicio de los tiempos siempre ha habido la necesidad de que los dos sexos (mujer y hombre) se relacionen con la finalidad de que en un futuro se casen y así la especie pueda perdurar, lo cual es un instinto. El apego a sus allegados se demostraba en la consideración que tenían con los muertos y la decoración del acto fúnebre, y el amor propio se notaba en sus vestimentas además de la preocupación por sus ornamentas. Por eso se puede afirmar que fue la base para la creación y el surgimiento del amor para lo cual necesitaban de la comunicación.

El amor es una construcción cultural y cada período histórico ha desarrollado una concepción diferente del amor. Y es muy importante mencionar que el tipo de amor que se presenta durante las relaciones amorosas es el amor romántico es cual se define como una manifestación de atracción física, entre dos personas, como la afinidad compartida por dos individuos, también podríamos decir que el amor es un sentimiento que comparten dos personas aleatorias que se encuentran y no pueden evitar atraerse entre sí. A pesar de que las relaciones amorosas de los adolescentes no siempre han tenido el mismo significado, siempre han estado presentes, y no solo durante la adolescencia, sino también en las otras etapas de la vida humana, pero en los tiempos actuales, la adolescencia es la etapa donde mayormente se generan los noviazgos y es también donde se centra la problemática de la investigación que se realiza.

2.1.1 Origen mitológico del amor

Cuando la Tierra era plana, las nubes estaban hechas de fuego y las montañas alcanzaban el cielo. En ese entonces, reinaban seres con dos pares de piernas, dos pares de brazos y con dos caras unidas a una misma cabeza gigantesca. Estas caras nunca interactuaban entre sí, aunque podían ver todo alrededor, nunca conversaban y tampoco sabían nada del amor.

Estos seres tenían 3 sexos distintos; unos tenían la apariencia de dos hombres unidos y eran llamados "Hijos del Sol". Las "Hijas de la Tierra" eran similares, pero ellas tenían la apariencia de dos mujeres unidas; y por último, se encontraban los "Hijos de la Luna", eran parte Sol y parte Tierra, hombre y mujer.

Los Dioses asustados por el poder y la fuerza que estos seres tenían, decidieron acabar con ellos, ya que ellos no les temían a pesar de su superioridad. Así pues, Thor dijo: “Los mataré a todos con mi martillo, tal como hice con los gigantes”. Zeus opinaba distinto y les dijo “No, usaré mis rayos y los cortaré a la mitad. Así como corté las piernas de las ballenas y reduje a los dinosaurios a lagartijas”.

Y así lo hizo, cayeron bolas de fuego del cielo mientras Zeus lanzaba sus rayos afilados como cuchillas a los hijos del Sol, Luna y Tierra. En ese momento algún dios hindú, se abrió paso colocando un pequeño orificio en el vientre de los recién formados seres, al cual llamaron ombligo.

Éste, sirve como recordatorio de lo sucedido; un suceso que seguramente se repetirá si dejamos de respetar a esos Dioses que nos vigilan. Por tanto, terminaríamos saltando en un solo pie, con un solo brazo y viendo al mundo con un solo ojo. Mientras tanto, Osiris y los dioses del Nilo crearon una gran tormenta, un huracán que alejó a una mitad de otra.

Hubo dos seres recién formados que se encontraron, los acaban de dividir. Se miraron y no pudieron reconocerse, ya que se encontraban llenos de sangre. Por su expresión, algo en ellos les indicaba que el dolor de sus almas era el mismo; ese dolor que llegaba directo al corazón, ese que llamaron amor. Se acercaron el uno al otro y se abrazaron fuertemente, tratando de volver a unirse consumaron un acto que denominaron hacer el amor.

Fue una noche fría y oscura hace ya mucho tiempo, cuando nos convertimos en criaturas solitarias con dos piernas, dos brazos y un solo rostro. Cuando nació el amor.

2.1 Antecedentes de las relaciones amorosas durante la prehistoria

Las relaciones amorosas tienen su aparición desde hace aproximadamente unos 5 o 7 millones de años, y se suele imaginar a los hombres prehistóricos como unas bestias peludas que arrastraban a sus mujeres por las piojosas cabelleras y que las incitaban al amor a puro garrotazo, pero no es así, cuando nuestros primeros ancestros que eran unos primates comenzaron a poblar la tierra, ellos vivían organizados en comunidades, aunque los conceptos de pareja, familia y fidelidad no existían todavía. Lo más normal de esos tiempos era la poligamia, es decir que una hembra mantenía relaciones con varios machos y los machos mantenían una competencia despiadada y feroz para copular con todas las hembras de la tribu. Las hembras entonces se preocupaban del cuidado de las crías y los machos de la protección del grupo. En aquellos tiempos nuestros antepasados eran unos nómadas puesto que se trasladaban y cambiaban de

lugar de asentamiento constantemente. Por lo cual, el sistema polígamo fue la norma principal durante ese periodo de tiempo.

Concretamente, cuando nuestros antepasados empezaron a caminar sobre las piernas, los bebés se volvieron más frágiles al nacer antes, por lo que se prestó especial atención al cuidado de los niños. Las crías humanas necesitaban del cuidado de los adultos para desarrollarse. Y surgió así el principio de monogamia, puesto que al macho empezó a interesarle quedarse con una sola hembra para cuidar a la cría hasta que fuese más autosuficiente. Y para perpetuar la especie el hombre comenzó a organizar su vida en torno al bebé.

2.1.3 Los cromagnon

El hombre de Cromagnon fue uno de nuestros antepasados, que habitó la Tierra hace unos 50.000 años. Vivían en cuevas que habitaban durante gran parte de sus vidas, ya que eran seres sedentarios que raramente cambiaban de vivienda. Eran cazadores y recolectores. Las mujeres se encargaban de la recolección mientras que los hombres se ocupaban de cazar. Tenían nuestro mismo cerebro y por lo tanto experimentaban las mismas emociones, sentimientos, celos, deseos y pasiones que actualmente experimentamos durante nuestras relaciones amorosas.

2.1.4 Occidente y oriente

Los primeros poblados aparecieron aproximadamente hace unos 10.000 años a. C. El hombre se había hecho agricultor y criaba animales. Quería, además, transmitir la tierra a sus hijos, para lo cual tenía que asegurarse de que realmente eran hijos suyos. Y para tener la certeza de que así era, se inventó una organización social de la pareja. Se necesitaban entonces unos sistemas sociales que garantizaran una estabilidad. A partir de ahí surgió en Occidente y posteriormente en otras partes la idea del reparto estricto de las labores entre hombres y mujeres y éstas se centraban cada vez más en las labores domésticas.

El amor pasional es una construcción de Occidente. En Oriente y en buena parte de nuestro pasado es concebido como placer, como simple voluptuosidad física, y la pasión, en su sentido trágico y doloroso, no solamente es escasa, sino que, además, y sobre todo, es despreciada por la moral corriente como una enfermedad frenética.

2.1.5 Antecedentes de relaciones amorosas en el antiguo Egipto

Comenzando por los habitantes del país del Nilo, en el antiguo Egipto se separaba el concepto de matrimonio, que para ellos consistía en un contrato redactado en pie de igualdad por ambas partes, de los hábitos sexuales (esta mentalidad veremos que tiende a ser una constante en todo el mundo antiguo hasta bien entrada la edad moderna). Los egipcios no se preocupaban por el hecho de que los hijos fuesen legítimos o no, por el contrario, lo único que les importaba era la fertilidad y la capacidad de procrear. Para los antiguos egipcios el sexo era tan propio de la condición humana que no merecía grandes discusiones, era simplemente un aspecto más del día a día y por lo tanto formaba gran parte de sus relaciones amorosas que entablaban día con día; y al comparar esto con lo que actualmente ocurre durante las relaciones amorosas de los adolescentes no hay gran diferencia puesto que es muy normal dentro de las parejas actuales.

2.1.6 Antecedentes de la formación de relaciones amorosas en Grecia

En la antigua Grecia la mujer carecía de derechos políticos. Su vida se orientaba a su función primordial, la de tener hijos, preferentemente varones. Recibía la educación imprescindible en casa (labores domésticas, tejer, y otras diversiones) hasta que se hacía mayor y podía acudir a la escuela. Cuando la niña tenía alrededor de los 13 y 15 años, los padres concertaban un matrimonio, eligiendo al pretendiente más adecuado. La chica iba con una dote, destinada a protegerla en caso de que el matrimonio fracasara por cualquier motivo, y el novio debía a su vez comprar y hacer regalos a la familia. Tras la boda, tocaba estar encerrada en la zona de la casa para mujeres o gineceo y criar a los hijos, y por supuesto llevar y arreglar la casa. Cuanto más alta la clase social de los esposos, más duro era este régimen: las mujeres de clases bajas aún podían salir a la calle, incluso sin ir acompañadas de un hombre, ir al mercado o regentar algún negocio. Aun así, no podían acudir a los espectáculos deportivos y mucho menos participar dentro de estos a excepción de las espartanas. En tan estimulante vida no tenía cabida el amor entre esposos, tal como lo conocemos en la actualidad. En la mentalidad griega, dentro del matrimonio, como mucho, podía aparecer en ocasiones lo que llamaban philía, que significa cariño. Pero el arrebató sexual, la pasión desatada o eros, eso se daba fuera de la institución familiar. La esposa sólo acudía a la cama de su marido cuando éste la requería, era frecuente en los varones helenos el uso de esclavas o concubinas, si era muy rico y se las podía permitir, o en su defecto acudiendo a la amplia oferta de prostitución a su disposición en las polis. Mientras que las esposas eran para tener una descendencia legítima y para que fuesen las guardianas fieles del hogar. Por lo que el hombre podía tener una vida sexual muy diversa, pues podía tomar cuanto quisiera para satisfacer sus necesidades sexuales.

Por lo tanto se puede mencionar que las esposas desde ese momento al ser rechazadas por su esposos, ser privadas de la libertad de amar a quienes ellas querían realmente y ser sustituidas por otras mujeres presentaban algunos problemas psicológicos tales como los celos, baja autoestima, trastorno de la personalidad, dependencia patológica, frustración, depresión, odio y en los casos más extremos donde la mujer llegaba a sentir algo de cariño por su esposo pero él la rechazaba ella se mataba.

El matrimonio era una obligación para los ciudadanos. La ley perseguía a los solteros porque no cumplían con su deber el cual era que tenían que casarse para tener muchos hijos y, por ende, muchos soldados para el imperio. Y todo esto estaba bajo el control de los padres de los futuros esposos. El matrimonio era un contrato familiar a efectuar entre dos familias (ambas llegaban a un entendimiento y hacían una especie de juramento). En muchas ocasiones, en cuanto nacía la niña o el niño, ya se sabía con quién se iba a casar y a menudo los futuros esposos se conocían durante la ceremonia. El matrimonio griego era como una empresa y tenía que cerrar un buen trato entre las dos familias: la familia del chico le entregaba a éste una parcela de tierra y la familia de la chica le entregaba a ésta muebles u otros bienes. Era una conjunción de intereses en la que cada quien aportaba lo que le faltaba al otro y la pareja conseguía sobrevivir en el seno de la comunidad. El padre, al entregar a su hija al futuro esposo, consentía que éste se convirtiese en el dueño de ella. Y la mujer tenía la obligación de serle fiel a su esposo y si no cumplía con su compromiso ella, se enfrentaba a la repudiación de su esposo, padres y sociedad; mientras que en el caso del hombre no ocurría así; incluso tenían un pequeño aren en casa a su disposición.

2.1.7 Origen del complejo de Edipo

El complejo de Edipo es un concepto que surge de las teorías clásicas de Sigmund Freud. Este término psicoanalítico tiene su origen en una obra de la antigua Grecia, donde Edipo, hijo del rey de Tebas, acaba por matar a su padre y ocupar su puesto, casándose con la reina Yocasta, su madre. Freud se sirvió de esta obra para explicar una de las primeras etapas del desarrollo psicosexual del niño, que ocurre entre los tres y los cinco años de edad, en la cual se produce una modificación de su conducta, de tal modo que idealiza a la madre, aflorando hacia ella un sentimiento de amor, y mostrándose acaparador con ella, en competición con cualquier otro varón que le quite su atención y rivalice con su cariño, normalmente el padre, quien se convierte en objeto de sentimientos de alejamiento y odio.

Los sentimientos positivos orientados hacia la madre se expresan con mayores atenciones, con un comportamiento ejemplar, buscando tenerla siempre contenta, y compartir más tiempo juntos, casi como un enamorado, con expresiones como “Soy quien más te quiere en el mundo” o, dirigiéndose al

padre, “El novio de mami soy yo, no tú”, además de darla regalos hechos por él mismo, cartas y notas con corazones, o flores que recoge en el parque de camino al cole.

Por el contrario, muestra profundos sentimientos negativos hacia el padre, que es el competidor más directo del cariño de su madre. Estos sentimientos se expresan en forma de enojos y rabietas, sin hacerle caso y con comportamientos de desobediencia que buscan provocar y enfadar al padre, todo ello para expresar su desacuerdo con que le esté quitando protagonismo delante de la madre.

Este complejo, según el padre del psicoanálisis, es universal y afecta a todos los pequeños entre los tres y cinco años de edad, y su resolución se produce de forma natural con el paso del tiempo, desapareciendo en torno a los seis años, sin mayores consecuencias. Es por ello que con un correcto conocimiento de esta etapa por parte de los padres se evitarán malos entendidos y preocupaciones innecesarias.

2.2 Antecedentes de la formación de relaciones amorosas en la antigua roma

En la antigua Roma la mentalidad y costumbres de los helenos, serán reinterpretadas y adaptadas. En lo que al matrimonio y el establecimiento de un núcleo familiar se refiere, la mecánica era similar a la que ya hemos visto. La boda era concertada, generalmente un poco más tarde que los griegos, alrededor de los 18 años, por el jefe del clan familiar, el páter familias, que entregaba una dote a la muchacha. Formalmente, el padre o tutor cedía sus derechos sobre la novia al marido, y la dote cumplía la función de garantía económica de la chica. Igual que en Grecia, el papel que se esperaba que cumpliera la mujer romana es el de matrona; concebir hijos preferiblemente varones y ejercer de abnegada esposa totalmente supeditada a su marido. Sin embargo, las romanas sí tenían derechos políticos, ya que poseían la ciudadanía que se les negaba a las griegas, aunque se les consideraba una especie de menores de edad. Pero una vez casadas, podían incluso salir a la calle sin necesidad de ser acompañadas por un hombre, acudir acompañadas al teatro o algún banquete y ocasionalmente visitar a las amigas. En el plano sentimental, los romanos compartían la distinción griega entre el afecto por la esposa por una parte y las bajas pasiones por otro. El matrimonio tenía como objetivo perpetuar el linaje, y en las clases altas, forjar alianzas políticas y sociales. En ese aspecto, el amar a la esposa era algo que estaba fuera de lugar, nadie se lo tomaba en serio. Por otra parte, como uno se puede imaginar, la proliferación de esclavos domésticos tuvo un efecto multiplicador en las posibilidades de tener encuentros sexuales al alcance de los ciudadanos romanos, sobre todo los acomodados. Las mujeres casadas podían recibir visitas libremente, siempre y cuando mantuvieran una serie de códigos morales y sociales determinados, se dice que algunas mujeres romanas

acomodadas pagaban cantidades desorbitadas por pasar la noche con un gladiador o con un atleta musculoso. Todo esto no fue óbice para que floreciese la prostitución, que curiosamente no tenía nada de escandaloso en el mundo antiguo. Se trataba en este caso de una costumbre habitual de los romanos de clases bajas que no podían costearse esclavos, la mayoría de burdeles se concentraban en los barrios populares y se encontraban mujeres que eran pobres y no tenían ningún futuro para tener una vida digna.

2.2.1 Formación de las relaciones amorosas durante la edad media

Un poco más adelante, en la Edad Media, la consideración de la mujer sigue sin cambiar demasiado; también se ve como una especie de posesión imprescindible para fundar una familia, por lo que los matrimonios siguen la línea patriarcal que ya hemos visto en la Antigüedad. La boda la pactan los padres de la muchacha, que fijan la dote y reciben una cantidad estipulada por parte del novio en concepto de la “compra” del poder paterno sobre la chiquilla. Si la boda es sin consentimiento paterno, se paga el triple. Si no se casa con la novia pactada, se paga una multa estratosférica a la familia afectada. Si se finge un secuestro, curiosamente sólo el doble, pero es que la muchacha pasa a ser oficialmente adúltera. El concepto de amor matrimonial tampoco cambia en exceso, dentro del mismo, sólo había lugar a un sentimiento de “caritas” y las relaciones sexuales se limitaban a la “honesta copulatio” con vistas a engendrar. El amor, que define la pasión y el instinto, es siempre extraconyugal. En esta época también aparece la idea del amor cortés que suponía una concepción platónica y mística del amor, era una forma de amor secreta (en muchos casos implicaba adulterio), generalmente no se practicaba en parejas formales (solía darse entre miembros de la nobleza). Los hijos bastardos llegarán a ser muy comunes en la Edad Media, la prohibición de tener relaciones previas al matrimonio y el atractivo de la dote (a menudo falsa) empujaban a los esposos – y a sus interesadas familias – a casarse jóvenes, así que el efecto se agravaba; esa combinación de factores facilitaba el fracaso matrimonial, y si lo juntamos con la escasa eficacia de la represión sexual eclesiástica, tendremos completo el cuadro de relaciones ilícitas frecuentes y en última instancia, la comentada abundancia de hijos ilegítimos.

2.2.2 Formación de las relaciones amorosas a mediados de la edad media

Unos años más en la Edad Media, la Iglesia cristiana tomó el poder y empezó a imponer su ley dentro de las relaciones de pareja: por primera vez en la historia, el hombre tenía que casarse para toda la vida. Y este vínculo no se podía romper, ya que todo estaba bajo la atenta mirada de Dios por lo que las parejas no se podían romper, por muy mal que fuese la relación. Incluso, como

los hombres no podían volverse a casar, lo que hacían era matarla para romper ese vínculo conyugal. La Iglesia también impuso la fidelidad a los esposos, por lo que el adulterio era un delito tanto para hombres como para mujeres. También se llegó a criminalizar el placer (el cual fue considerado pecado). La sexualidad sólo servía para concebir hijos y fue eliminado de la vida conyugal. En definitiva, amor y matrimonio no estaban necesariamente relacionados. Incluso cuando en la época de los trovadores el amor empezó a idealizarse, este sentimiento no se relacionaba con el esposo o la esposa. Andrés el Capellán, que formaba parte de la corte de María de Francia que era la condesa de Champagne, una de las grandes promotoras del amor cortés, escribió en su obra *De amor* una serie de 31 reglas sobre este asunto, entre ellas, que “el matrimonio no era una excusa para no amar”. Es decir, que estar casado o casada no eximía de amar a alguien distinto de la pareja. El amor, por tanto, se identificaba con el adulterio. De hecho, Andrés escribió que estas reglas habían sido traídas a la corte francesa por un caballero bretón de la corte del rey Arturo, cuyo amor exaltado y adúltero por la reina Ginebra condujo al desastre al reino ideal de Camelot. Por otro lado se encontraban Pedro I de Portugal e Inés de Castro, quienes vieron truncada su pasión por el deseo del padre del enamorado. Éste, al ver que el futuro rey Fernando I de Portugal era un niño frágil mientras que los hijos bastardos de doña Inés eran más robustos y en el futuro reclamarían sus derechos monárquicos, decidió cortar por lo sano y terminar con la enamorada. Lo siguiente fue intentar conciliar el amor con el matrimonio, aunque dicho “amor” se concebía como el “amor a Dios”, un amor puro, casto, caritativo, que nacía después del matrimonio. Esto daba sentido al matrimonio entre personas que no se conocían. Pero no todos quedaron satisfechos, ya que los campesinos no tenían herencias que transmitir. Sin embargo, los tiempos cambiaron. No lo hacían porque socialmente no se valoraba el amor, pero los jóvenes deseaban enamorarse y casarse con la persona amada, por lo que este ideal empezó a propagarse.

2.3 Época victoriana

La Era Victoriana fue un tiempo en el que el amor romántico se percibía como un requisito del matrimonio, pero había reglas estrictas sobre cómo había que perseguir ese tipo de lazos.

El cortejo era muy formal, con incluso más reglas a medida que los amantes escalaban en la escala social. De hecho, muchas parejas no podían verse sin la presencia de un acompañante y las propuestas de matrimonio se hacían frecuentemente por escrito.

2.3.1 Relaciones amorosas durante los siglos XVI al XVIII

Entre los siglos XVI y XVIII continuaban existiendo de forma simultánea el matrimonio de conveniencia y el amor romántico no sexual (cuyo origen era el amor cortés medieval). En los últimos 200 años de nuestra historia se ha sufrido

cambio de mentalidad abismal en las sociedades occidentales, que va a modificar por completo la concepción del amor romántico y la sexualidad, lo cual no es nada sorprendente si tenemos en cuenta que esta época está marcada por revoluciones de todo tipo, que transformarán radicalmente la forma de vivir y de concebir el mundo de los humanos. Había historias románticas en la Edad Media, pero la gente no pensaba en casarse por amor. Tampoco pensaban que fuera aceptable divorciarse sólo porque no te gustaba tu pareja. Lo fundamental en la familia no era el amor. Lo principal era crear una unidad económica que protegiera al individuo. No es que el amor romántico apareciera de repente, sino que pasó de ser algo marginal a ser algo fundamental

En Europa, a finales del siglo XVIII e inicios del XIX a primera vista persiste el modelo tradicional de familia con su división de roles; la mujer como una especie de menor de edad histórica incapaz de controlar sus emociones, dedicada únicamente a procrear y criar hijos. Oficialmente, por tanto, el sexo se circunscribe al ámbito del matrimonio. Pero a pesar del machismo imperante incluso entre los ilustrados, las cosas empiezan a moverse en otra dirección. La sociedad se transformó, y el modelo clásico estamental ya no sirve. El romanticismo, representó un movimiento ideológico durante la primera mitad del siglo XIX que ubicó en primer lugar las fuerzas irracionales, las intuiciones, los ensueños, los instintos y la pasión amorosa.

La mentalidad cambio, los hombres modernos, los liberales, demandaron libertad y derechos universales, racionalidad científica y fe en el progreso humano. En esta búsqueda de libertades arrastraron también, aunque de un modo tangencial, a la mujer. Es el caldo de cultivo idóneo para ideas tan novedosas como la del matrimonio por amor; por toda Europa aumento el número de matrimonios realizados desde ese prisma, empieza a florecer el concepto de amor romántico. Favorecido también por el desarraigo que provoca la emigración a la ciudad para trabajar en las nuevas fábricas y telares: las personas ya no tienen la imperiosa necesidad de ligarse a una comunidad mediante la vía matrimonial, así que casarse toma otro sentido, más personal e íntimo.

El amor romántico incidió más en las mujeres debido a la promoción moderna del ideal de felicidad individual y la legitimación progresiva del matrimonio por amor. Muchas vieron en esta institución (del matrimonio) la posibilidad de alcanzar una autonomía, de lograr la libertad a través del amor, de sumergirse en la armonía y la felicidad conyugal.

Ello propició lo algunos denominan la “primera revolución sexual”, que se acompaña de una mayor atención hacia los propios sentimientos, un compromiso femenino más completo con la relación amorosa, una “sexualidad afectiva” que privilegia la libre elección de la pareja en detrimento de las consideraciones materiales y de la sumisión a las reglas tradicionales.

2.3.2 Relaciones amorosas durante el siglo XIX

A finales del siglo XIX, en Europa el estado proponía una versión laica de las obligaciones y deberes que la Iglesia había impuesto durante mucho tiempo. En Francia, el código napoleónico regulaba el matrimonio: la pareja era una familia con un cabeza de familia que tenía todo el poder. La función de la mujer era tener hijos y era propiedad del hombre. Los esposos se debían fidelidad mutua y, mientras que el marido debía proteger a su mujer, ésta debía obedecer a su marido. El divorcio seguía siendo prácticamente imposible y el placer seguía siendo un tabú. No obstante, algunas mujeres empezaron a aventurarse algo más que lo habitual en el terreno de las infidelidades conyugales.

2.3.3 Relaciones amorosas en el siglo XX

Avanzado el siglo XX aparecieron las primeras demostraciones públicas del sentimiento amoroso. Los jóvenes vivían y trabajaban en las ciudades, lejos de sus familias, tomando las riendas de su vida. Empezaron entonces a desafiar las normas establecidas, criticando la ley, la tradición y los matrimonios arreglados. Fue cuando se empezó a hablar de pareja tal y como hacemos hoy en día. Los jóvenes empezaron a enviarse postales y cartas románticas. También era la primera vez que el hombre y la mujer empezaban a elegirse y fue el principio del fin de los matrimonios arreglados.

2.3.4 Relaciones amorosas en los años 40's

En los años 40, después de la II Guerra Mundial, Europa necesitaba niños y la política familiar estaba en pleno apogeo: existían leyes muy estrictas que regulaban la vida privada (promoción de la maternidad y prohibición del aborto). La familia era lo primero y lo más importante. El niño era la razón de ser de la pareja, una vez más. Los hombres trabajaban para llevar dinero, mientras que la mujer se quedaba en casa (incluso muchos defienden que su misión era mantener la casa coqueta para que su marido tuviese ganas de volver a casa después del trabajo, encontrándose así un entorno familiar confortable y agradable). De la mujer se esperaba que, al poco de casarse, estuviese embarazada. Por otra parte, no podía trabajar sin la autorización de su marido (éste era quien le daba una cierta cantidad de dinero cada mes). En aquel momento, a los ojos de la ley, la mujer debía obediencia a su marido. El modelo era la autoridad del hombre (en el matrimonio y fuera de él). El divorcio seguía estando mal visto; de hecho, era propio de "mujeres sin principios" y los hijos de padres divorciados estaban prácticamente "condenados al fracaso". Nadie recibía a divorciadas, porque estaban solas y se corría el riesgo de contrariar al marido. Se tenía muy en cuenta la opinión del marido, ya que éste representaba el bien y el valor económico. El matrimonio era para toda la vida y no había que divorciarse por los hijos.

2.3.5 Relaciones amorosas en los años 60's

A finales de los años 60 se produjo una revolución en Occidente: se protestó contra el orden establecido bajo todas sus formas. De repente empezó a tambalearse un modelo que se había venido manteniendo desde hacía miles de años. Era un momento clave en el que se pasó de la noción de familia a la de pareja. El ideal de la pareja se convirtió en el de dos individuos que querían ser felices y desarrollarse juntos, sobre todo sexualmente. Tal es el caso del movimiento de mayo de 1968, en el que se reivindicaba que los chicos y chicas pudieran ir a los campus universitarios femeninos y masculinos, respectivamente. Muchos estudiosos consideran este movimiento como una reivindicación del propio cuerpo y de la propia sexualidad (tanto del hombre como de la mujer, pues hasta el momento ambos habían tenido que afrontar sus correspondientes prohibiciones). Entonces el placer empezó a no ser pecado y se defendía la libertad en todos sus sentidos. Las prácticas sexuales previamente perseguidas, prohibidas, reprobadas y calificadas de perversas, se convirtieron en prácticas lícitas. Constituyó, pues, una auténtica revolución que fue posible también, en parte, gracias a la comercialización de la píldora anticonceptiva. Esto liberó a la pareja, eliminando la angustia ante la posibilidad de un embarazo no deseado. Para las feministas fue el resultado de una larga lucha. Se podía decidir sobre la maternidad y sobre el placer. También coincidió con el descubrimiento del papel del clítoris en la sexualidad de femenina. Por lo que la familia ya no era un paso obligatorio: la pareja podía existir con o sin niño. Al mismo tiempo, el marido fue perdiendo la autoridad histórica que tenía sobre la mujer; ante la ley, el hombre ya no era el cabeza de familia. A partir de entonces, la mujer podía trabajar sin la autorización del marido, por lo que también constituyó el principio del fin de las amas de casa. Básicamente, se rechazaba la autoridad y las jerarquías (como la de la pareja y la de la familia, en las que normalmente había un jefe (esposo) y por debajo el resto (esposa e hijos). A partir de este momento, una pareja la constituirían un hombre y una mujer a partes iguales. De hecho, todavía se siguen valorando todas las consecuencias de este cambio.

Y a lo largo de las últimas décadas en la cultura occidental esta relación se ha ido estrechando cada vez más, llegando a considerarse que el amor romántico es la razón fundamental para mantener relaciones matrimoniales y que "estar enamorado /a" es la base fundamental para formar una pareja y para permanecer en ella, de modo que el amor romántico se hace popular y el matrimonio aparece como elección personal.

2.3.6 Antecedentes de teorías de las relaciones amorosas en los años 60's

Hace casi cinco décadas William Goode, planteó que la importancia teórica del amor descansaba en que es un elemento de la acción social y, en consecuencia, de la estructura social. Este autor se interesó en encontrar los

modos en que el amor romántico se ajustaba a la estructura social, esto es, al sistema de estratificación por medio de la elección de la pareja. Partió del supuesto general de que el amor tiene un amplio potencial disruptivo del orden social. Este potencial disruptivo ha generado que en diversas culturas se creen varias medidas de control. Si el amor no fuera controlado, el orden social podría trastocarse continuamente: "permitir el apareamiento al azar significaría un cambio radical en la estructura social existente. Si la familia como unidad básica de la sociedad es importante, entonces también lo es la elección de pareja". Goode distinguió cinco tipos principales de "control del amor" presentes en diversas culturas:

- a) el matrimonio infantil
- b) el matrimonio obligado o restringido
- c) el aislamiento de los jóvenes de parejas potenciales mediante la segregación social y física
- d) la supervisión de los parientes cercanos (pero no segregación social real) y la inculcación de valores como la virginidad
- e) las presiones y normas sociales de padres y pares mediante la limitación de la sociabilidad, aunque en un marco formal de elección libre de la pareja.

Estos razonamientos culminaron en una hipótesis que señala que los estratos altos darán menos importancia al amor y, por lo tanto, menos libertad para elegir al cónyuge que los estratos bajos de cualquier sociedad, porque los primeros tienen más que perder si no controlan el amor y la elección de la pareja. Estos planteamientos han generado estudios empíricos sobre el mercado matrimonial, la elección de pareja y la movilidad social.

Las ideas de Goode sobre el amor como un sentimiento potencialmente subversivo del orden social y sobre las formas de control siguen vigentes. A pesar de que en gran parte de las sociedades contemporáneas el amor es reconocido como el motivo más legítimo para emparejarse, de que la elección de la pareja se realiza con mayores libertades y tiempo para experimentar o de que se ha normalizado el divorcio, se puede afirmar que todavía prevalecen en las sociedades modernas las formas de control d y e establecidas por este autor. El control del enamoramiento y de la elección de la pareja, o las parejas, sigue siendo necesario para mantener las diferencias derivadas de la estratificación social, sin importar la creciente aceptación de valores democráticos como la tolerancia o el reconocimiento del otro. No olvidemos que, si bien el amor es un sentimiento que estimula las uniones matrimoniales, también suele ser "causa" de divorcios, infidelidades, suicidios, homicidios, rupturas con la familia de origen, conflictos étnicos o raciales, o de clase social. El amor tiene implicaciones

sociales y estructurales de carácter macro y micro social, como ha establecido la investigación de Goode.

Asimismo, Theodore Kemper es uno de los autores que ha otorgado importancia a las estructuras en el estudio del amor. Este autor señala que el amor es una emoción que emerge de una relación social fundamental que depende de los principios del poder y el estatus. El poder es comprendido en el sentido weberiano como la capacidad de hacer lo que uno quiere, aun en contra de los intereses de los demás; y el estatus, como la capacidad no coactiva que tiene cada uno para conseguir aprecio, admiración, favores, atenciones, etcétera, de los demás.

La relación de amor se define "como aquella en la que al menos un actor otorga, o está preparado para otorgar, cantidades extremas de estatus a otro actor", asumiendo que el poder puede variar en las relaciones amorosas. A partir de esta definición de la relación amorosa, el autor construye siete versiones típico-ideales de concesión real o potencial de estatus:

- 1) adulación por fans
- 2) amor ideal
- 3) amor romántico
- 4) amor divino, parental o mentor
- 5) amor infiel
- 6) amor no correspondido
- 7) amor padres-hijos

Estas categorías sirven para estudiar la vida íntima en términos de estructuras sociales en una agenda de investigación abierta para comprobar la teoría.

El estudio de Kemper sobre el amor se basa en su teoría más amplia sobre las emociones que ha estado cultivando desde finales de la década de los setenta. Como el amor, todas las emociones serían un resultado real o imaginado de las relaciones sociales, dado que la posición que ocupan los actores sociales implica distintas dotaciones de poder y estatus, las cuales generan emociones específicas. De modo que las dotaciones de poder se asocian con sentimientos de seguridad y las dotaciones de estatus generan sentimientos de satisfacción.

Desde la visión estructural del amor se argumenta que los determinantes de las relaciones amorosas son las estructuras sociales, sean macro o micro, más que las normas culturales. Esta perspectiva contrasta con otras visiones sobre el amor que enfatizan su carácter de construcción lingüística y cultural.

2.4 Origen de teorías psicológicas del amor durante los años 80's

En 1986, Sternberg planteo un esbozo de teoría general sobre las relaciones amorosas, en un intento por abarcar tanto los aspectos estructurales como la dinámica de los mismos y en la que tengan cabida las distintas expresiones o tipos de amor. Señala tres componentes fundamentales que son intimidad, pasión y la decisión o el compromiso que, siguiendo una metáfora geométrica, ocuparían los vértices de un supuesto triángulo. El área del triángulo nos indicaría la cantidad de amor sentida por los sujetos (adolescentes), su forma geométrica dada por las interrelaciones de los elementos expresaría el equilibrio o el nivel de carga que cada uno de los componentes.

De esta manera, las relaciones amorosas estarán definidas tanto por la intensidad como por el equilibrio de los elementos. Los triángulos de amor variarían en tamaño y forma y ambos aspectos definirán cuánto y cómo se siente una persona hacia la otra.

2.5 Origen de la escala triangular

Aparecida en 1988, desarrollada por Sternberg, esta escala tiene como objetivo la elaboración de un instrumento que permita la evaluación de las relaciones de pareja.

Analizando las respuestas de los dos miembros en los tres elementos básicos, así como la puntuación de conjunto, se obtiene tanto el índice de amor de cada persona como el estilo de relación, esto es, la forma del triángulo de cada sujeto. La predicción y el diagnóstico se realizará comparando los niveles de amor y los estilos de ambos.

La escala consta de 45 ítems, 15 para cada uno de los tres componentes; está construida en formato tipo Likert, con un rango de 1 a 9 en el original.

2.6 Relaciones amorosas en la época actual

En la actualidad, aunque aún persisten en determinados países y regiones menos influenciadas por la mentalidad occidental las uniones de pareja concertadas parece que tienden a desaparecer en nuestro modelo social y de pareja. Parece que estamos viviendo un apogeo del amor romántico nunca visto en la historia de la humanidad, un simple ejemplo, actualmente el 91 por ciento de las estadounidenses y 86 por ciento de los estadounidenses no se casarían con una pareja, aunque tuviera todas las cualidades que buscan si no estuvieran enamorados de ella, el estudio es fácilmente extrapolable actualmente para otros grupos sociales y países de cultura occidental. Y es que actualmente la gente alrededor del mundo, quiere estar enamorada de la persona con la que se casa.

Se comprueba que el desarrollo económico y social de un entorno permite a la persona valorar más los aspectos subjetivos que los prácticos, motivo por el cual este desarrollo reforzará la importancia del amor pasional como criterio y requisito para elegir pareja íntima y formar una familia (mientras que las situaciones de carencia se pondrían sobre la mesa necesidades de tipo práctico y, por tanto, otros criterios de elección). En términos generales, los resultados de diferentes estudios confirman que efectivamente en los países menos desarrollados, de relaciones sociales desiguales y jerarquizadas predomina el estilo amoroso pragmático y de compañeros, mientras que en los países occidentalizados más desarrollados e individualistas, con relaciones sociales más igualitarias aumenta la importancia del amor como requisito para la formación de la pareja.

La cuestión es que cuando ya nada se impone ni por la familia, ni por la Iglesia, ni por el estado, cada cual ha de decidir sobre sí mismo, inventando “su propio modelo”. Asimismo, el hecho de que en los últimos años hayan acontecido tantos cambios ha “despistado” a muchas personas, quienes no saben muy bien cómo actuar o comportarse. Por otra parte, hay casos de todo tipo y hay personas que encuentran la felicidad bajo modelos o tradiciones que uno mismo no compartiría, por eso es preciso respetar a los demás y “abrir la mente” ante tanta diversidad que nos rodea.

2.7 ¿Por qué nos enamoramos?

Amar y ser amado enriquece nuestras vidas. Cuando la gente se siente sentimentalmente cerca de otra persona está más contenta e incluso más sana. El amor nos ayuda a sentirnos importantes, entendidos y seguros.

Pero cada tipo de amor tiene sus rasgos distintivos. El tipo de amor que sentimos por nuestros padres es distinto del que sentimos por nuestro hermano menor cuando todavía es un bebé o por nuestro mejor amigo. Y el tipo de amor que sentimos en las relaciones románticas tiene unas características muy particulares.

Nuestra capacidad de sentir amor romántico se desarrolla durante la adolescencia. Los adolescentes de todo el mundo experimentan sentimientos de atracción apasionados. Incluso en las culturas donde no está permitido expresar públicamente este tipo de sentimientos, siguen estando ahí. Desarrollar sentimientos románticos y sentirse atraído por otras personas forma parte del proceso natural de crecimiento. Estos nuevos sentimientos pueden ser excitantes y emocionantes —o incluso crear cierta confusión al principio. (Hidalgo, 2018)

Análisis personal.

Como podemos observar los orígenes del amor han evolucionado con el tiempo pero quizá nadie sabía cómo realmente había comenzado esta historia realmente es asombroso y magnifico el poder saber que detrás de todo esto hay una historia en la cual podemos observar que el origen del amor y las relaciones no es de ahorita si no que comienza desde la prehistoria, continuando así con lugares reconocidos por su tipo de cultura como por ejemplo Egipto, Grecia y Roma así también con la ubicación temporal de la edad media y los siglos continuos que están de la siguiente manera XVI, XVIII, XIX, y XX; para finalizar y observar los cambios en las relaciones amorosas en los años 40's 60's y 80's.

Es notorio que desde tiempos y épocas remotas ha existido la necesidad de tener contacto con otro ser e interactuar lo que hacían en épocas anteriores era reproducirse para que la especie pudiese perdurar en ese instante todo lo que ellos hacían era por instinto porque ellos no sabían realmente absolutamente nada sobre el amor ha existido pero para esto era necesaria la comunicación que en ese entonces era un poco complicado, no sabían expresar amor por medio de palabras pero si por medio de hechos ya que ellos demostraban esta parte cuando alguien cercano a ellos fallecía por lo que procuraban que el evento fúnebre estuviera decorado de una manera bonita para ellos se preocupaban por la vestimenta y los adornos he aquí donde se cree comienzan los indicios del amor, también podemos observar que el amor es una construcción cultural debido a que el significado de amor cambia dependiendo a la cultura y contexto.

Se cree que cuando la tierra era plana y en el universo no existía nada, las nubes eran de fuego y las montañas quedaban cerca de ellas he aquí reinaban seres sorprendentes los cuales poseían dos pares de brazos, piernas y dos rostros. Ellos podían observar todo a su alrededor, pero no podían interactuar entre sí y no sabían nada respecto al amor estos seres únicos contaban con tres sexos los cuales unos eran hijos del sol he aquí ellos tenían la fisionomía de un hombre también las hijas de la tierra ellas poseían la fisionomía de una mujer y por último los hijos de la luna he aquí ellos poseían la fisionomía del cuerpo de una mujer y un hombre. Los dioses que habitaban en los cielos al ver que estos seres eran realmente sorprendentes y magníficos se molestaron por lo que uno de ellos dijo: los destruiré pero Zeus decidido partarlos por la mitad como ya había hecho con las ballenas y cocodrilos que habitaban en el mar fue entonces cuando Zeus lanzo sus rayos afilados cortando así por la mitad a los seres que existían fue cuando un dios hindú en ese preciso momento intervino asiendo un orificio en el vientre de estos seres que llevaba por nombre ombligo fue en ese momento en el cual otros dioses se encargaron de hacer una tormenta casi tan fuerte como un huracán y este alejo a todos estos seres de su otra mitad fue entonces que dos seres recién formados se encontraron los cuales acaban de dividir pero no se reconocieron porque estaban llenos de sangre entonces se miraron y algo dentro

de ellos sabía que ese dolor que ambos sentían era el mismo y lo llamaron amor, así fue que se abrazaron tan fuerte intentando pegarse pero fue imposible entonces consumaron un acto que lo denominaron como hacer el amor, fue entonces una noche tan fría y oscura en la que nos convertimos en seres solitarios que tienen dos brazos dos piernas y un solo rostro y fue aquí donde nació el amor.

Las relaciones amorosas tienen ya 5 o 7 millones de años he aquí podemos imaginarnos un sinnúmero de cosas pero realmente quizá todo lo que nos podemos imaginar es totalmente obsoleto ya que nuestros ancestros los cuales comenzaron a poblar la tierra vivían como en tribus organizados he aquí no conocían la fidelidad ya que las hembras tenían múltiples parejas sexuales para así poder reproducirse y los machos siempre estaban en competencia para ver quien se acostaba con más hembras en ese lapso de tiempo los nómadas se trasladaban de un lado a otro por lo que la poligamia era un sistema para ellos con el paso del tiempo los machos comenzaron a darse cuenta que necesitaba estar con una sola hembra ya que al reproducirse era necesario que esta cuidara de los bebés por lo que comenzó ahí a surgir monogamia y comenzaron a acomodar su vida entorno a la crianza y vida del bebé. También existieron los cromagnon ellos eran personas sedentarias las cuales habitaban en cuevas y muy raras veces se trasladaban a otro lugar así también mientras los machos se dedicaban a la caza las hembras se dedicaban a la recolecta de algunos alimentos por lo que ellos tenían nuestro mismo cerebro y por lo tanto sentían lo mismo que nosotros sentimos después de eso vinieron los primeros poblados en occidente y oriente en los cuales el hombre se había vuelto agricultor y heredaba las tierras a sus hijos pero para que esto se pudiese llevar a cabo los hombres tenían que asegurarse que eran hijos de ellos y establecían como una organización y los hombres y mujeres se dedicaban a los labores domésticos así se fue extendiendo en otros lugares. Por lo que el amor pasional fue una construcción de occidente, en oriente y parte de nuestro pasado es concebido como placer por lo que el placer poco a poco fue desapareciendo ya que la moral lo vio como enfermedad frenética.

En cambio para los egipcios era un contrato el cual ellos establecían y el sexo para ellos era tan normal que formaba parte del día a día a ellos no les preocupaba si sus hijos eran de ellos o no lo único que les importaba era la fertilidad

En Grecia la mujer no tenía más derechos que ser único objeto de procreación, principalmente ellos pedían hijos varones pues en estas épocas era de vital importancia ya que ellos serían soldados y guerreros que defenderán a la familia y al reino en el que se encontraban, mientras que los hombres podían tener una vida sexual muy amplia ya que estos incluso podían tener derecho de tener prostitutas siempre y cuando estos tuvieran la suficiente economía para comprarlas, por ende tanto como el hombre y la mujer tenían un amplio propósito

de tener relaciones sexuales para así tener una amplia descendencia por la cual incluso eran tratados como traidores aquellos solteros que aún no tenían hijos pues estos pedían que hubieran más hijos en especial hombres pues entre más hombres hubieran mayor poder militar podía tener dicho reino, como en los días actuales para solicitar a la mujer frente a la familia el hombre tenía que entregar una parcela de tierras mientras que la mujer podía dar muebles de la casa.

Mientras tanto en la antigua roma era bastante similar a lo que ya habíamos visto anteriormente, pero en esta era el padre quien daba el derecho de la mujer ante el hombre que pedía dicha mujer pero a diferencia de los griegos aquí las mujeres tenía más derecho que las griegas pues incluso estas podían asistir pero al igual que los griegos estos también eran para procrear nada más, pues también estos pedían principalmente a hijos hombres para así aumentar el poder militar de esto, pero en roma había un aumento en la prostituciones ya que a las mujeres que no tenía futuro tenía que recurrir a los prostíbulos encontrados en los barrios pobres, pero en algunas ocasiones estas mujeres estaban con gladiadores o atletas para procrear mejores hijos.

En la edad media hubo un gran cambio en las relaciones conyugales ya que en esta época lo primero que hace resaltar es que era obligatorio casarse con una mujer por toda la vida, es decir que está prohibido que tanto como la mujeres como el hombres tuvieran otro tipo de relaciones con personas ajenas a su matrimonio, por lo cual muchos de estos hombres llegaban hasta el punto en el cual mataban a su pareja para así poder tener relaciones con otras personas sin que haya tantos problemas con la iglesia católica, pero al igual que en las épocas pasadas en esta también se buscaba únicamente la procreación de hijos para así por ultimo formara a la familia

En el siglo XVII y el siglo XVIII comenzó una nueva época para las relaciones de matrimonio pues en estas épocas comenzaban las actividades de cortejo las cuales constaban en conseguir la aceptación de la mujer no solo económicamente si no también sentimental pues esta parte dependía de que el hombre lograra conquistar a la mujer para que llegaran posteriormente a la relación conyugal.

En el siglo XVIII el código napoleónico regulaban las relaciones del matrimonio pues estas aún era imposible el divorcio pero en esta parte el hombre protegía y servía para su mujer, pero la mujer tenía que obedecer a su esposo de forma incondicional pero todo esto vino a dar un giro en el siglo XIX pues en esta época pues la relaciones de afecto ya eran un poco más públicas pues aquí ya podían estar en las vías públicas y aquí las mujeres ya tenían más derechos de selección de la pareja además de que ya habían eran más notorias las actividad de cortejo en lugares con mayor cantidad de población presente.

Años posteriores de la segunda guerra mundial se dio un gran giro para las relaciones de matrimonio ya que habían en esta parte formas jurídicas en las

cuales se podían divorciar pero esto generaba problemas sociales ya que a diferencia de épocas pasadas en esta la mujer ya podía trabajar pero para esto la mujer tenía que estar casada pues en esta época el hombre era quien daba aun el valor social y económico de la mujer si esta ya era soltera esta poseía este tipo de valor delante de la sociedad por lo cual las mujeres y hombre se mantenía unidos al matrimonio únicamente por su valor social y económico que les daba él está casados así también del por cuidar y cuidar los hijos que estos tuvieran pues de la misma forma a diferencia de las otras épocas aquí se podía escoger si la mujer quedaba o no embarazada antes o después del matrimonio. Otra de las diferencias que se pueden encontrar en estas épocas más recientes son que se podía disfrutar más las prácticas de placer en las relaciones coitales pues anteriormente estas eran mal vistas y como un tabú, pero aquí ya no ya se les podía otorgar todo el derecho de placer y de disfrute de placer en estos actos.

CAPÍTULO III MARCO TEÓRICO

3. APROXIMACIONES TEORICAS AL ESTUDIO DE LA AFECTIVIDAD

La teoría del apego postula la existencia de una predisposición innata para la formación de vínculos afectivos, asumiendo que esta necesidad de formar vínculos emocionales, y más aún, de conseguir un sentimiento de seguridad mediante una relación afectiva de apego, son necesidades inherentes a la condición humana. La idea de que las personas nacen predispuestas hacia la generación de relaciones de apego implica considerar los afectos como una parte integral y necesaria para el desarrollo humano.

Si nos centramos en la etapa infantil, parece existir un acuerdo generalizado sobre la necesidad de que el bebé genere vínculos de apego. Este hecho está ampliamente sustentado por cuestiones biológicas como son la supervivencia y las necesidades fisiológicas del neonato. Sin embargo, ¿estas necesidades son meramente físicas o puede hablarse de una necesidad básica de afecto y cariño por parte del niño y no como respuesta a otros estados de necesidad? Pero, además, ¿podemos considerar que esta necesidad se mantiene a lo largo de toda la vida de las personas?, es decir, ¿siguen existiendo necesidades afectivas más allá de la etapa infantil?, asumir esta cuestión ¿implica considerar al adulto como un ser no autónomo, dependiente? La teoría del apego, y nosotros así nos posicionamos, considera los afectos como necesidades constantes a lo largo de todo el desarrollo, si bien, la forma en que éstas se manifiestan y su nivel de activación varían en forma e intensidad de una etapa a otra. Esta teoría describe cómo los modelos mentales o esquemas de procesamiento de la información generados, principalmente, en la infancia se mantienen relativamente estables a lo largo del tiempo, y cómo afectan al modo en que las personas se manejan en su mundo afectivo. Desde este posicionamiento teórico, consideramos de vital importancia analizar las implicaciones que la teoría del apego tiene en el estudio de los aspectos emocionales y dinámicas de interacción en el marco de la relación de pareja.

Comenzaremos este capítulo con un recorrido por los principales acercamientos teóricos que ofrecieron explicaciones sobre la afectividad: conductismo, psicoanálisis y la teoría de los afectos de Tomkins. Posteriormente, se analizarán los estudios que, desde la etología, tuvieron una clara repercusión en el desarrollo de la teoría del apego, para continuar con la explicación de los orígenes y conceptos claves formulados por John Bowlby. En el análisis de esta teoría, se desarrollarán sus funciones principales, los componentes del sistema

de apego y la estabilidad de los modelos mentales de relación. El capítulo finaliza con un recorrido por los últimos avances alcanzados desde la neurociencia.

3.1 Acercamientos clásicos al estudio de la afectividad

El estudio sobre la importancia de las emociones en el desarrollo psíquico del niño y sus consecuencias sobre el desarrollo adulto posterior, tiene su origen en las teorías psicoanalistas de principio de siglo. Hasta ese momento, la psicología, en su afán por conseguir la objetividad de sus postulados, apenas consideraba las cuestiones de índole emocional en sus investigaciones. Por ello, como veremos posteriormente, el estudio de las vinculaciones afectivas desde la teoría del apego, se origina y nutre en un principio de los estudios relacionados con la afectividad y la sexualidad iniciados por los investigadores de la teoría psicoanalítica. En este apartado, se describe la interpretación que las principales teorías psicológicas clásicas han dado sobre el proceso de la vinculación afectiva.

3.1.1 Los vínculos afectivos desde las teorías conductistas

Desde las teorías conductistas, el vínculo afectivo y el desarrollo humano en general, se explican como consecuencia de la respuesta del organismo a la estimulación ambiental. En concreto, el conductismo clásico explica la génesis de la afectividad como consecuencia de procesos asociacionistas, mientras que el condicionamiento operante se centra en los refuerzos obtenidos contingentemente a la conducta emitida por la persona. Desde estos postulados, el vínculo afectivo se entiende como un proceso secundario, que surge como consecuencia de la asociación que el niño realiza entre la presencia de la madre y el bienestar experimentado por la satisfacción de las necesidades primarias del bebé. En los estudios sobre la motivación humana, Hull (1943, 1952), formuló su teoría de la reducción del impulso, señalando la existencia de un número limitado de impulsos primarios fisiológicos (alimento, bebida, sexualidad y calor) capaces de motivar la conducta. Desde sus planteamientos, basado en los principios del aprendizaje asociativo, la vinculación se produce cuando la reducción del impulso fisiológico primario es satisfecha de forma repetida por la madre. Esta asociación, y la reducción de tensión fisiológica consecuente, hacen que el cuidador pase a ser un reforzador secundario (o aprendido), produciéndose así un proceso de condicionamiento clásico, que genera el impulso de dependencia del niño hacia la madre. Por otra parte, dentro asimismo de los planteamientos conductistas, encontramos la explicación de la formación y mantenimiento del vínculo realizada desde el principio de condicionamiento operante de Skinner. Para este

investigador, el estímulo que actúa como reforzador (la madre) no reduce el impulso fisiológico tal y como postulaba Hull, sino que el incremento en las conductas fomentadoras del vínculo (sonrisas, demandas de atención, etc.) son consecuencia del refuerzo contingente a las mismas, principalmente la interacción social ofrecida por la madre o el cuidador principal. En resumen, desde los postulados conductistas, el apego es reducible a las conductas manifestadas por los niños en función de las contingencias ambientales. Dicho de otro modo, las respuestas emitidas por los padres ante determinadas conductas infantiles las refuerzan (Gewirtz, 1972a y 1972b), generando unos patrones interactivos típicos de la diada que definen su patrón de conductas de apego (Gewirtz 1969). La respuesta parental es, por tanto, un determinante claro del apego en el niño.

En la edad adulta, los enfoques conductistas entienden las relaciones afectivas adultas como aspectos secundarios en el desarrollo personal. Asumen que el origen de las dificultades en las relaciones personales, son debidas a un aprendizaje disfuncional, por lo que su tratamiento se centra, principalmente, en el aumento de las interacciones satisfactorias (aumento de conductas positivas, entrenamientos en habilidades de comunicación, resolución de conflictos, etc.), pero no en el análisis de cuestiones relacionadas con la afectividad, tal y como son definidas desde la teoría del apego. Sin embargo, los planteamientos conductistas se han mostrado insuficientes en la explicación de la génesis y el mantenimiento de los vínculos afectivos. Estas teorías no explicaban por qué si, de acuerdo con los principios conductistas, la conducta se extingue al cesar el estímulo, o cuando se aplica un estímulo aversivo, los vínculos afectivos persisten aún en ausencia de refuerzo o a pesar de la existencia de conductas de maltrato.

Debido a estas y a otras limitaciones, los terapeutas y teóricos conductistas, conscientes de la importancia de las variables mediacionales en la comprensión del ser humano, comenzaron a incluir aspectos procedentes del cognitivismo en sus planteamientos. En concreto, dentro de esta corriente psicológica, se entiende que los desórdenes afectivos se producen por la asunción de creencias disfuncionales y por los errores en el procesamiento de la información (Beck, 1964, 1976, 1983; Beck, Rush, Shaw y Emery, 1979; Ellis, 1958, 1962, 1985; Ellis y Grieger, 1981; Ellis y Harper, 1961/1997). Así, desde las teorías basadas en el paradigma cognitivoconductual, los problemas emocionales de las relaciones de pareja se abordan desde la evaluación de los esquemas de procesamiento, las atribuciones, los procesos de atención selectiva, las expectativas sobre la relación, etc. (Epstein y Baucom, 2002; Epstein, Baucom, Daiuto, 1997), basando su tratamiento en la modificación de esquemas cognitivos disfuncionales o ideas irracionales que generen conductas y emociones adaptadas y/o racionales. El objetivo de estas terapias es, por tanto, fomentar el cambio de creencias y esquemas de procesamiento desde una demanda exigente a un deseo que no

genere malestar emocional. De este modo, se incrementa la tolerancia a las posibles frustraciones existentes en toda relación y disminuyen los sentimientos excesivamente intensos e inapropiados y, en consecuencia, los comportamientos y las reacciones emocionales disfuncionales en el marco de la relación. En un extracto del best seller "Sentirse Bien" David Burns (1980) afirma: "Si eres más independiente, no estás obligado a estar solo, simplemente posees la capacidad de sentirte feliz cuando te encuentres solo" diferenciando así entre el deseo de estar con alguien y la necesidad. Sin embargo, una vez iniciado el tratamiento, en la fase de discusión, donde el objetivo es generar una alternativa de pensamiento racional y adaptada, se relega la afectividad a un segundo plano afirmando que, "el amor no es una necesidad del adulto humano (...) al igual que el amor, la compañía y el matrimonio no son necesarios para la felicidad y la autoestima, y tampoco son suficientes" (centrando la modificación de esquemas en el fomento de la autosuficiencia emocional, equiparando vínculo afectivo a dependencia emocional. Albert Ellis, teórico principal de la terapia racional emotiva (RET), comenta:

RET da apoyo a aquellos que no están demasiado interesados en relaciones de amor, o que eligen un estilo atípico de vida, como la devoción al trabajo o a una causa. Ayuda al cliente a resistir algunas presiones sociales. Ayuda a la gente a evitar sentimentalizaciones sin causas, a parar de sacralizar sus emociones y a no tomarse asimismo y a su vida marital demasiado seriamente. (Ellis, Sichel, Yeager, Dimattia y Digiuseppe, 1989.

En consecuencia, la ampliación de los planteamientos conductuales clásicos, con la teoría cognitiva, si bien sigue siendo la terapia más eficaz en el tratamiento psicológico (Christensen y Heavey, 1999), tampoco ha satisfecho, desde nuestro punto de vista, la consideración de la afectividad como parte integral del desarrollo humano obviando, por ejemplo, las disfunciones que origina la autosuficiencia emocional y confundiendo la necesidad de vinculación con dependencia.

3.1.2. Los vínculos afectivos desde la teoría psicoanalítica

El psicoanálisis, originado por Sigmund Freud, es una teoría que revolucionó la concepción de la psicología en el s. XIX, principalmente, en lo que respecta al estudio de la afectividad. En este apartado resumimos algunas de las aportaciones surgidas desde las principales corrientes psicoanalíticas.

El psicoanálisis de Sigmund Freud (1856-1939)

La teoría psicoanalítica de Freud fue la primera teoría psicológica que tuvo en consideración la afectividad y la sexualidad como aspectos fundamentales en el desarrollo del individuo. La obra de Freud, altamente determinista, consideraba las experiencias intrapsíquicas como base del desarrollo posterior. Limitada la influencia de los aspectos culturales y sociales, Freud propuso la existencia de una serie de pulsiones instintivas que se activarían para aliviar las necesidades internas, asumiendo de este modo que el organismo funciona por el principio del placer. Freud denominó a la pulsión sexual “libido” y señaló que esta energía era la principal responsable del funcionamiento psicológico.

Desde este marco teórico, se consideraba que el vínculo que se formaba entre el niño y el cuidador principal (o en las relaciones interpersonales en general), era secundario a la gratificación de los impulsos primarios tales como hambre, sed, eliminación, sexo, dolor, etc. Freud sostiene en su teoría de la reducción de impulsos que él bebe está motivado por impulsos primarios; cuando uno de estos impulsos se activa instintivamente, busca su satisfacción inmediata y es la reducción de esta insatisfacción, lo que produce estados de placer que reestablecen el equilibrio biológico inicial. La búsqueda de placer se convierte así en un principio básico de la existencia. Por lo tanto, desde el psicoanálisis la vinculación afectiva se produce hacia quienes reducen la incomodidad y proporcionan placer. En concreto, Freud alegaba que un apego sano se forma cuando las prácticas de alimentación satisfacen las necesidades de seguridad, alimentación y gratificación oral; por el contrario, un apego insano ocurre cuando el niño es privado de alimentación y placer oral o cuando es sobrealimentado. Poco antes de su muerte, en 1939, Freud escribía: “el amor tiene su origen en el apego a la satisfacción de las necesidades de nutrición”

Freud propuso que el impulso sexual incluía todos aquellos impulsos cariñosos y amistosos “para los cuales se aplica el excesivamente ambiguo término amor” (Freud, 1925; La aplicación de la teoría freudiana a las relaciones de pareja se basa en la creencia de que las personas proyectan en el otro sus anhelos y necesidades no satisfechas, manteniendo intactos los modos de funcionamiento generados en la infancia. Freud señalaría (1939) que la relación del niño con la madre es el prototipo de las relaciones amorosas posteriores donde “descansa la raíz de la importancia de la madre, única, sin paralelo, establecida inalterablemente para toda la vida como el primer y más fuerte objeto de amor, y como el prototipo de todas las relaciones amorosas posteriores, para ambos sexos”.

De los planteamientos iniciales del psicoanálisis ortodoxo de Freud en lo que respecta a la afectividad, derivaron dos líneas de pensamiento principales: los teóricos del yo, que siguen la línea discursiva de la relación de dependencia como fuente de gratificación de las necesidades primarias y los teóricos de las relaciones objétales, que reconocen la importancia de las relaciones con el objeto por sí mismas. A continuación, se amplían estas líneas de pensamiento.

Aportaciones de las teorías Psicoanalíticas del Yo al estudio del desarrollo interpersonal

Las teorías Psicoanalíticas del Yo, a pesar de mantenerse fieles al enfoque estructural de Freud (yo, ello y superyó), amplían sus estudios a las interacciones del individuo con su entorno, considerando los aspectos relacionales de la infancia y la adaptación evolutiva. Entre los autores más representativos de esta corriente se encuentran René Spitz, Edith Jacobson y Eric Erikson. A continuación, se resumen las principales aportaciones al estudio de la afectividad de cada uno de ellos.

René Spitz (1959, 1965) dio una importancia esencial al afecto de la madre en su función como regulador del homeostasis emocional del niño y a la internalización posterior que el niño hace de ello, identificando ciertos “organizadores psíquicos” responsables de la formación de las estructuras mentales. Fonagy (1999a) en su revisión de las similitudes entre el enfoque psicoanalítico y la teoría del apego, relaciona estos conceptos definidos por Spitz, con la teoría del apego formulada por Bowlby, al señalar la regulación afectiva como un aspecto fundamental del vínculo de apego y por la importancia concedida a las estructuras mentales generadas en las interacciones. Sin embargo, a pesar de la importancia que concede al afecto de la madre, en su discurso, continúa fiel a la consideración del vínculo como proceso secundario. Bowlby (1958) recoge el pensamiento de Spitz en lo relativo a la dialéctica entre impulso primario o secundario:

“A través del mundo occidental el contacto corporal entre madre e hijo ha sido progresiva y artificialmente reducido en un intento de negar la importancia de las relaciones madre-hijo”; sin embargo, como Bowlby continúa explicando “la elección del objeto está determinada por la dependencia original del niño de la persona que lo alimenta (...). La necesidad que es satisfecha es la necesidad de alimento”. (Spitz, 1957; citado en Bowlby.

Por otra parte, Edith Jacobson (1954, 1964) introdujo en la teoría psicoanalítica el concepto de imagos o representaciones del self y de los otros, determinantes del funcionamiento mental y que son adquiridas por el niño (como bueno/amoroso o malo/agresivo) dependiendo de las experiencias de gratificación o frustración con el cuidador (Fonagy, 1999.

Para finalizar las aportaciones de los teóricos de la Psicología del Yo, comentaremos brevemente la obra de Eric Erikson (1950, 1959) quien indicó que los factores personales, sociales y biológicos interactúan durante el desarrollo individual y son cruciales en el desarrollo de la personalidad. La importancia de la obra de Erikson radica en que destacó la influencia de los agentes sociales en el desarrollo psíquico, si bien su teoría, a diferencia de la teoría del apego, estuvo centrada en la consecución de la identidad del self más a nivel individual que relacional. Frente a la visión determinista de la teoría pulsional, Erikson señala que el desarrollo se produce a través de la adaptación del yo a las demandas sociales presentes en cada etapa de la vida. La capacidad del yo para superar las crisis emocionales presentes en cada etapa depende del éxito y los recursos adquiridos en las etapas anteriores. En concreto, en Infancia y Sociedad, Erikson (1950) describe el desarrollo psicosocial como una progresión de ocho etapas, donde cada una de ellas gira en torno a una tarea psicoevolutiva determinada o crisis. Dentro de estas 8 etapas, resultan especialmente interesantes por su relación con la teoría del apego, las etapas “confianza básica vs

desconfianza” e “intimidad vs. aislamiento”. Con respecto a la primera etapa, ésta sucede durante el primer año de vida y cobra especial relevancia la relación con la madre, de cuya capacidad de cuidado, surgirá el sentimiento de confianza en sí mismo y en los demás. Erikson sugirió que la intrusividad del cuidador y la ruptura del apego con el mismo durante esta etapa, dificultaban el desarrollo de una personalidad sana. No obstante, a diferencia de la teoría del apego, Erikson incluyó esta etapa dentro del desarrollo psicosexual de la fase oral. Posteriormente, la etapa de juventud adulta “intimidad vs. aislamiento” se refiere a la capacidad de mantener una relación sentimental, es decir, al establecimiento de una relación amorosa como necesidad psicosocial donde la sexualidad cobra una especial relevancia. La teoría de Erikson ha sido ampliada desde diferentes perspectivas. Así, Bakan (1966) formuló que el ser humano evoluciona en función del deseo de independencia (agency) y el de conexión con los demás (comunion), que aparecen simultáneamente en cada etapa del desarrollo descrita por Erikson. Posteriormente, Franz y White (1985) propusieron el modelo de doble espiral, donde individualidad y apego son dos caminos independientes pero simultáneos en el desarrollo humano. Aureet Bar-Yam (Bar-Yam y Bar-Yam, 1987), diseñó un modelo de etapas del desarrollo interpersonal caracterizadas por el surgimiento de necesidades de relación con los demás. En concreto, destacamos las etapas relativas a la afectividad en la infancia, donde cobra una especial relevancia la sensibilidad del cuidador, capaz de promover un correcto desarrollo personal que facilite la vinculación posterior y la necesidad de intimidad, que surge en la adultez media y posibilita el compromiso futuro.

Los autores que acabamos de comentar, pertenecen a la corriente psicodinámica denominada Psicología del Yo, acorde al modelo estructural de Freud. Dentro de esta tradición se encuentra también un grupo de estudiosos que supusieron

nuevas modificaciones al modelo estructural tradicional: Mahler, Sandler y Anna Freud. Estos autores, siguieron el énfasis de Freud al considerar que el niño depende de la madre para la gratificación de sus necesidades fisiológicas. Consideran que los desarrollos de las relaciones con el objeto se limitan al contexto del desarrollo del ego, por lo que distinguen tres estadios: el periodo indiferenciado o de narcisismo primario donde él bebe, incapaz de diferenciarse de su entorno va variando entre estados de tensión y relajación, la fase transicional y la fase de relaciones con el objeto definidas, donde el niño muestra un estado de vinculación duradera (Ainsworth, 1969).

Dentro de este grupo destacamos la figura de Margaret Mahler. Para esta autora, el niño, a lo largo de su desarrollo, atraviesa por un proceso de diferenciación entre el yo y el no yo. Mahler describe una serie de estadios socioafectivos en el desarrollo que comienzan por una fase de “autismo normal” pasando por un “periodo simbiótico” que dará lugar al proceso de “separación individualización” de cuatro fases, siendo en la última de ellas cuando el niño, a la edad de 2-3 años, logra formarse una imagen mental estable del cuidador principal denominada “constancia del objeto libidinal” (Mahler, Pine y Bergman, 1975). En su teoría, resulta interesante destacar el concepto de “reabastecimiento emocional” por su similitud con la definición de base segura de la teoría del apego, así como el concepto de “ejercitación locomotriz”, entendida como conducta independiente y exploratoria que el niño realiza siempre que pueda volver a “reabastecerse” de la madre. Mahler plantea que el grado de libertad que manifiesta el niño en la exploración varía en función de la historia y el tipo de relación con la madre: a mayor seguridad en el vínculo, mayor probabilidad de conducta exploratoria. Como señala Cantero (2001), “esta relación hipotética constituye un claro antecedente de los planteamientos de Ainsworth respecto a cómo la calidad de la interacción madre-hijo, y el consecuente vínculo establecido entre ambos, incide en la conducta exploratoria de los niños y en su desarrollo cognitivo posterior”. Encontramos nuevos paralelismos entre ambas teorías en el concepto de “simbiosis dañina” de Mahler que coincide con la inversión de rol descrita por Bowlby (Fonagy, 2004). Sin embargo, desde la obra de Mahler, el establecimiento de relaciones no es una meta del desarrollo, sino más bien el logro del desapego y la diferenciación del otro. En su último trabajo, Mahler parece hacerse eco de los trabajos de la teoría del apego e incluye el término “conducta de apego”, afirmando que el sentido de self resultante mostrará la huella del cuidador, aspecto muy cercano al concepto de modelo mental de Bowlby (Mahler y McDevitt, 1982).

Encontramos asimismo las aportaciones de Joseph Sandler (1960a y 1960b), quien reformuló el modelo estructural de los instintos en un modelo de deseos basado en representaciones mentales de las relaciones. Desde su planteamiento, la interacción madre-hijo genera las representaciones del self, donde existe un deseo innato de mantener la seguridad como centro de la

motivación del niño. Para este autor, los patrones de relación en la primera infancia, generan las estructuras afectivo-cognitivas de las representaciones del self y del otro que son la base de la conducta de todas las relaciones significativas mantenidas en la edad adulta (Fonagy, 2004). Este postulado coincide con el concepto de modelo de funcionamiento interno definido por la teoría del apego. Sin embargo, Sandler describió las representaciones del self y del objeto en función de las experiencias, fantasías y recuerdos de la interacción con los cuidadores, pero su análisis se limitó a las distorsiones del self debido a estados internos de malestar.

Finalmente, otra importante ampliación del modelo ortodoxo de Freud fue el realizado por su propia hija, Anna Freud, quien destacó por ser una de las primeras autoras en establecer una clara relación entre la patología e historia del desarrollo en la infancia. Para esta autora, el equilibrio interno que conduce a un desarrollo normal es el resultado de influencias internas y externas. Los estudios observacionales realizados con niños supervivientes de campos de concentración de Dorothy Burlingham y Anna Freud, *Los niños y la guerra* (1942) y *Los niños sin familia* (1944), derivaron en el análisis de las repercusiones de la separación afectiva en el desarrollo infantil. Sin embargo, a pesar de que Anna Freud valorara la interacción entre el niño y el cuidador principal, se mantuvo fiel al psicoanálisis ortodoxo y, limitada por el uso conservador del modelo estructural de impulsos (Fonagy, 1999a), mantuvo que esta relación tenía un carácter meramente sexual (Fonagy, 2004).

La Teoría de las Relaciones Objétales

Consideramos de especial relevancia los planteamientos formulados por la teoría de las relaciones objétales, por la importancia que concedió a las relaciones personales en el desarrollo psíquico del individuo. Si bien Freud ya habló del objeto como aquello que permitía la reducción de la tensión pulsional, esta nueva corriente psicoanalítica, define el objeto de un modo más específico, refiriéndose a aquella persona, que es objeto de placer por sí mismo y que el yo busca por su necesidad de relación. Rechazan además el concepto de narcisismo primario, señalando que las relaciones con el objeto se observan desde el principio de la relación del niño con la madre. Desde la teoría de las relaciones objétales, se asume que las experiencias de relación con el objeto, marcan las estructuras psíquicas del niño, generando una organización mental que, una vez internalizada, perdurará en el tiempo y afectará a las relaciones posteriores. Dentro de esta línea de pensamiento, encontramos dos grupos de trabajo. El primero, representado principalmente por Melanie Klein, centrado en el objeto interno y, el segundo, representado por el grupo británico, quienes enfatizaron el efecto de la relación con el objeto real y el entorno en la estructura mental del niño.

Melanie Klein. El mundo de los objetos internos y las fantasías inconscientes

Las primeras formulaciones de la teoría de la relación con el objeto se deben a Karl Abraham (1924), sin embargo, sería Melanie Klein (1932) quien desarrollara su obra y sentara las bases de la importancia de las relaciones tempranas con el objeto, afirmando que la relación del bebé con su madre, y más específicamente con el pecho de la madre como primer vínculo oral, se ubica en el centro del desarrollo y es fundamental para el desarrollo psíquico posterior. Para Klein, el bebe nace con una predisposición innata que guía la búsqueda del objeto de vinculación externo. En 1959 afirmó: “mi hipótesis es que el niño tiene un conocimiento innato inconsciente de la existencia de la madre (...) y este conocimiento instintivo es la base para la primera relación del bebé con la madre”. Contrariamente a los planteamientos freudianos, Klein abogó por la existencia de gratificaciones en la relación con el objeto, además de las relacionadas con el alimento en sí mismo, pero, sin embargo, sus formulaciones teóricas se centran en aspectos concretos como el pecho de la madre, la comida y la oralidad (Ainsworth, 1969).

La relación del niño con su objeto primario, la madre, y hacia la comida están unidos uno con el otro desde el principio. Por lo tanto, el estudio de los patrones fundamentales hacia la alimentación parece ser la mejor aproximación para el entendimiento de los jóvenes infantes” (Klein, 1948; citado en Bowlby, 1958;

Klein supo resaltar la importancia del cuidador en la modulación de los sentimientos del niño. No obstante, se alejó de la teoría del apego al afirmar que la interacción del bebe con el medio está al servicio de un sistema relacional interno, primariamente defensivo. En el modelo kleiniano, la mente humana se sitúa entre la posición esquizo-paranoide y la depresiva, dimensiones que Fonagy (2004) relaciona con la seguridad inseguridad infantil y adulta del apego. Sin embargo, discrepamos de la interpretación realizada por Fonagy, puesto que los conceptos que utiliza Klein, además del elevado contenido psicopatológico, no tienen una repercusión tan clara en la regulación afectiva.

Las aportaciones realizadas por Melanie Klein supusieron un avance en el reconocimiento de las necesidades afectivas dentro del psicoanálisis ortodoxo al afirmar que “la gratificación está mucho más relacionada con el objeto que da el alimento que con la alimentación en sí misma” (Klein, Heimann, Isaacs y Riviere, 1952; citado en Bowlby, 1958, Sin embargo, su negativa a alejarse de los planteamientos freudianos, la llevaron a distanciarse de otros autores para quienes, compartiendo sus postulados sobre las relaciones objetales, diferían en el hecho de la consideración del ambiente, y especialmente la relación con la madre, como el principal responsable en la formación de la estructura mental del niño. En este momento histórico, las controversias surgidas entre Klein y Anna Freud, darán lugar al surgimiento del denominado grupo independiente.

La postura mantenida por Klein y la de los teóricos del grupo británico tienen algunos puntos en común. Ambas posturas señalan la importancia de la relación con la madre en la estructura de la personalidad del bebé: se centran en el aspecto emocional del vínculo afectivo, en la necesidad de contacto con el objeto primario, considerando que el origen de la patología se encuentra en los estadios del vínculo inicial con la madre. Sin embargo, ambas posturas se sitúan en un sentido diametralmente opuesto cuando priorizan el papel determinante de la madre en el desarrollo mental del niño. Así, por ejemplo, las divergencias con Bowlby (inicialmente perteneciente al grupo independiente) se producen al rechazar Klein la importancia de la experiencia actual, afirmando que la ansiedad del niño era debida a tendencias constitucionales (Fonagy, 1999a) y por la importancia concedida a la fantasía, que reducía la importancia de los factores ambientales. A continuación, se comentan algunos de los autores más relevantes del grupo británico.

Innovaciones teóricas en el grupo británico

Conocidos inicialmente como “grupo intermedio” por situarse entre las teorías kleinianas y las de Anna Freud, esta nueva corriente de pensamiento originaria de Sándor Ferenczi, supuso un nuevo avance en la conceptualización del mundo afectivo. Así, por ejemplo, Michel Balint (1952), uno de sus discípulos, acuñó la expresión de “amor primario” afirmando que entre el recién nacido y la madre existía un vínculo afectivo y que, de no satisfacerse, conduciría a patologías emocionales posteriores. Por otra parte, Fairbairn (1952), a diferencia de Freud, consideraba que el impulso motivacional libidinal inducía al niño a buscar a la madre como objeto en sí y no como medio para reducir la tensión u obtener otro tipo de gratificación. El niño está necesitado de la madre para organizar su mente y su mundo emocional; la base de los vínculos humanos está en las relaciones con el objeto. Este autor basó sus conclusiones en la observación del desarrollo de niños víctimas de abusos, donde concluyó que el niño, a pesar de la falta de placer, seguía afianzando el vínculo con sus padres, observando que, el “apego obstinado” al objeto en la infancia, persisten a lo largo de todo el desarrollo adulto. Winnicott (1960, 1965), al igual que Klein, destacó la importancia de las etapas iniciales en el desarrollo emocional del individuo, sin embargo, para Winnicott el ambiente era un elemento fundamental, afirmando que la fuerza o debilidad del yo dependía de la sensibilidad del cuidador para atender correctamente a las necesidades del niño en los primeros años de vida. Así, definió dos elementos esenciales de la parentalidad: el apoyo emocional y la no intrusividad del cuidador, que permite generar el sentido de “continuidad del ser”. Es esta dialéctica entre contacto y separación, lo que desarrolla la capacidad de relacionarse y la de estar solo, acorde a la posición de Bowlby (Marrone, 2001, Otros puntos de contacto señalados por Cantero (2001) son, en primer lugar, la similitud entre el concepto de “soporte” en el logro de un óptimo desarrollo

afectivo temprano y el concepto de sensibilidad materna ante las señales del niño propuesto por Mary Ainsworth, uno de los determinantes básicos de la calidad del vínculo afectivo que el niño desarrolla. Fonagy (2004) destaca que Winnicott acuñó el término de “falso self” (1965) como patología de la subjetividad que desarrolla el niño como consecuencia de una figura de cuidados insensible; por otra parte, un cuidador seguro reduce la ansiedad del bebé al proporcionarle un afecto incompatible con su malestar. Así Fonagy (2004) considera que: “Winnicott fue quizá el autor más cercano a la teoría del apego, al reconocer la importancia de la comprensión psicológica del bebé por parte del cuidador, para que pueda emerger el self verdadero y el reconocimiento del aspecto dialéctico de esta relación”. En segundo lugar, Cantero se refiere al concepto de “objeto transaccional” (sustitutos simbólicos que reemplaza las fuentes primitivas de seguridad y protección) acuñado por Winnicott (1953) y que se relaciona con el hecho de que el niño utilice ciertos objetos (peluches, almohada, etc.) que le facilitan la vinculación al permitir mantener un lazo simbólico con la madre en ausencia de ésta.

Para finalizar este apartado, nos gustaría señalar el hecho de que el psicoanálisis fue un paradigma revolucionario, excepcionalmente original en sus planteamientos y con importantes repercusiones para la psicología en su vertiente clínica. El hecho de que los planteamientos de Bowlby (que comentaremos detenidamente más adelante), surgieran inicialmente de esta corriente es una muestra de la importancia concedida por los psicoanalistas al estudio de la afectividad. Sin embargo, consideramos que este hecho no resta relevancia a la figura de John Bowlby como padre de la psicología del apego. Fonagy y Marrone, por ejemplo, han reinterpretado las concepciones y teorías psicoanalistas a la luz de los descubrimientos de Bowlby, restando, en cierto modo, originalidad a sus planteamientos. Sin embargo, las diferentes corrientes psicoanalistas no lograron dar al estudio de la afectividad humana el significado ni la coherencia teórica que sí supo darle Bowlby, en parte debido a su negativa a centrarse en la experiencia real y por la complejidad de sus planteamientos. La claridad conceptual de la teoría del apego tal y como la conocemos en la actualidad, su aplicación al mundo infantil y adulto y su relevancia en la regulación emocional, es un mérito que debe reconocerse a John Bowlby.

3.1.3. La teoría de los afectos de Silvan S. Tomkins

Resulta interesante detenernos en la obra de este autor dado su paralelismo con la teoría del apego formulada por John Bowlby. Si bien los planteamientos de Tomkins son anteriores a Bowlby, sus respectivos trabajos no se vieron influenciados mutuamente, en parte debido a que la teoría de Tomkins fue desestimada al entrar en contradicción con el enfoque psicodinámico dominante de la época. En el prólogo de su primer volumen encontramos: “El análisis

empírico de la consciencia ha estado retrasado por dos desarrollos históricos: conductismo y psicoanálisis” (Tomkins, 1962), afirmando, frente a las teorías dominantes, que “es el afecto, más que el impulso, la primera motivación humana” (Tomkins, 1972).

La obra de Tomkins se define como una teoría afectiva de la motivación humana, recogida en “Affect, Imagery and Consciousness” (Tomkins, 1962, 1963/91, 1992). Para este autor, el niño nace preprogramado con una serie de afectos primarios innatos que facilitan la interacción social con los cuidadores. Estos afectos y emociones tienen, como correlato conductual, expresiones faciales universales, confirmando de este modo su base neuronal, pudiendo ser de valencia positiva (interés-excitación y disfrute-diversión), neutra (sorpresa-susto) o negativa (malestar-angustia, miedo-terror, enfado-rabia, vergüenza-humillación, reacción al olor desagradable y disgusto). De este modo, rompe la concepción del impulso psicoanalista al considerar las emociones como un sistema motivacional primario, independiente de pulsiones fisiológicas. Al igual que Bowlby, Tomkins consideraba de gran relevancia las interacciones con las figuras principales de la infancia para la generación de esquemas de procesamiento a los que denominó “organizaciones ideoafectivas” que filtran la información sensorial y son esenciales para la adquisición de habilidades emocionales y de regulación del afecto. Estas ideas son similares al concepto de “modelo de funcionamiento interno” desarrollado por Bowlby (1973). Paralelamente, Tomkins señala cuatro metas de la existencia humana: 1) maximizar los afectos positivos, 2) minimizar los afectos negativos, 3) minimizar la inhibición del afecto y 4) lograr alcanzar la capacidad de maximizar las metas anteriores. Las diferencias en el desarrollo individual dependen de los distintos modos en que las personas elaboren estas metas y del éxito en su consecución.

Las derivaciones de la teoría de los afectos a las relaciones de pareja, se basan en la consideración de que las interacciones disfuncionales están motivadas por los afectos subyacentes (organizadores ideo afectivos) y de que cualquier aspecto que impida a una pareja maximizar el afecto positivo, minimizar el afecto negativo o minimizar la inhibición del afecto, es un impedimento para el crecimiento de la relación. Así, por ejemplo, Tomkins (1962) expuso que la reducción del afecto negativo dispara la diversión y el disfrute, por lo que el aumento de las actividades agradables dentro de la relación, sería considerado terapéutico (Kelly, 1995). Por otra parte, al igual que la teoría del apego, recurre a los esquemas mentales generados en las interacciones en la infancia (scripts o conjuntos de reglas que guían la percepción, interpretación y control de los hechos) para explicar las conductas emitidas en las relaciones interpersonales, y afirma, que es necesario identificar estos esquemas de nivel superior para poder dirigir eficazmente el tratamiento. Para descubrir este estilo de pensamiento existente bajo las pautas interactivas observables, Nathanson (1993), del Instituto

Silvan S. Tomkins, desarrolló una escala breve para evaluar los nueve afectos principales propuestos por Tomkins.

3.1.4. Aportaciones etológicas al estudio de la afectividad

A pesar de que la concepción del vínculo afectivo como proceso secundario era ampliamente aceptada por la comunidad científica, investigadores procedentes de la etología ya habían comenzado a cuestionarlo seriamente con una serie de experimentos que han pasado a la historia por su originalidad. Estas nuevas teorías, no negaban la consideración de la madre como un reforzador secundario: sin embargo, sus estudios de campo les hacían pensar que entre las crías y sus madres existía algo más que un mero proceso asociacionista. Es en este contexto, a mediados de la década de los 50, cuando comienzan a aparecer datos experimentales tanto con animales como con humanos que cuestionan el hecho de que la satisfacción de las necesidades más elementales fuera el factor determinante en el establecimiento del vínculo. Las aportaciones más relevantes en esta línea fueron los estudios de Konrad Lorenz y los de Harlow y Zimmerman.

A principios de los años treinta, estudiando la conducta de aprendizaje de patos y ocas, Lorenz (1935) describió la existencia de un periodo crítico que aparecía al poco tiempo del nacimiento y durante el cual las aves se vinculaban al progenitor. Este proceso, denominado impronta, implica un reconocimiento visual y auditivo de la figura materna que provoca conductas de búsqueda y seguimiento. Observó así, cómo en estas especies de aves, las crías desarrollaban un fuerte vínculo con la figura materna independientemente de la satisfacción de necesidades fisiológicas. Al contrario de lo esperado, las crías estudiadas por Konrad mostraban conductas de seguimiento y búsqueda de protección en aquella figura animal o humana que se encontrara presente en el momento posterior al nacimiento. Son famosos sus experimentos en los que demostró cómo estas crías seguían al propio Konrad a lo largo de sus paseos por el estanque tras imitar el sonido típico de las aves y situarse en frente de ellas durante el período de impronta. Los estudios etológicos concluyeron en una serie de ideas sobre el comportamiento animal que favorecieron el avance y la comprensión de los procesos implicados en las relaciones entre crías y progenitores. Concretamente, Lorenz (1950, 1952) tras el estudio del comportamiento de varias especies de aves en su hábitat natural, observó la existencia de una serie de patrones conductuales con función de supervivencia. Desde una perspectiva ecológica, Lorenz y la etología en general, consideran que los bebés de muchas especies, incluida la humana, nacen con una serie de innatismos que predisponen hacia la formación de un vínculo con los cuidadores destinado a favorecer la supervivencia individual. Entre ellas destacan la citada conducta de impronta, innatismo que favorece la asociación de rasgos característicos en la especie como señales para la identificación posterior de la

figura cuidadora, por ejemplo, las rayas de la cebra. Estos mecanismos tienen su conducta recíproca en el comportamiento materno. Así, los progenitores, ante señales de impronta de sus crías, activan el sistema de cuidados que les permite atenderlas y cuidarlas correctamente, favoreciendo así la supervivencia individual y de la especie.

Por la misma época, los estudios llevados a cabo por Harlow y colaboradores (Harlow, 1958; Harlow y Harlow, 1962, 1965; Harlow y Zimmerman 1958, 1959) iban a suponer nuevos avances en la interpretación del vínculo como proceso

primario. En su artículo *The nature of love*, Harlow (1958) ya manifestó su posición contraria a las teorías clásicas del vínculo.

Desafortunadamente, (...) sabemos poco sobre las variables fundamentales que subyacen a la formación de las respuestas afectivas (...). Debido a la nula experimentación, las teorías sobre la naturaleza fundamental del afecto se han desarrollado al nivel de observación, intuición, y percepciones especulativas, tanto si han sido propuestas por psicólogos, sociólogos, antropólogos, físicos o psicoanalistas.

Harlow expresaba así no sólo su rechazo a la funcionalidad del vínculo sino también a la falta de sensibilidad en un tema tan esencial para el funcionamiento psicológico como es el afectivo. Harlow y Zimmerman (1958, 1959) habían observado que cuando los bebés de monos reshus con los que trabajaban eran llevados a la sala de experimentación, exhibían conductas de apego con los trapos utilizados para cubrir las cajas de experimentación, mostrando incluso enfado cuando éstos eran retirados por cuestiones sanitarias. Investigaciones anteriores (Winnicott, 1953) habían observado las semejanzas de estos comportamientos con la tendencia de los bebés humanos a mostrar conductas de vínculo con trapos o almohadas que le son cálidos o confortables. Por otra parte, observaron cómo los bebés monos que disponían de algo suave con lo que mantener contacto, se desarrollaban mejor que aquellos que no lo poseían. En un primer experimento, Harlow decidió criar a los bebés en aislamiento, colocándolos en incubadoras y alimentándolos a través de biberones. A pesar de que se cuidó su alimentación, pocos bebés sobrevivieron, pero, además, aquellos que sí lo lograron manifestaron conductas anormales: no querían ser cogidos, se irritaban con facilidad y mostraban tendencia a autolesionarse. Estas observaciones, junto a la no menos importante inquietud experimentadora y convencimiento de la importancia de los vínculos, les llevó a diseñar el experimento por el que han pasado a ser uno de los referentes más importantes en la investigación del apego.

Bowlby conoció a Harlow a través de un amigo común, Robert Hinde, y ambos eran miembros de la agrupación internacional para el estudio de la psicobiología

del niño que organizaba anualmente la Organización Mundial de la Salud. A principios de los 60, Bowlby visitó el laboratorio de Harlow donde pudo observar los resultados de sus investigaciones. Para él, el problema de la mortandad experimental radicaba en que los bebés no tenían la oportunidad de formar vínculos de apego. Tras esta visita, Harlow decidió diseñar un estudio en el que se permitiera a los bebés formar apego, pero separados del resto de monos. El experimento consistió en el diseño de dos madres sustitutivas, una de felpa, cálida, blanda y tierna para él bebe y otra de alambre, más fría aunque igualmente funcional a la hora de alimentar el bebé, puesto que ambas incorporaban un biberón para amamantar a las crías. Para la creación de estas madres se tuvieron en cuenta tanto el tamaño como otras variables relevantes para una mayor semejanza con la madre biológica. La única diferencia entre ambas era, por tanto, la suavidad y calidez al tacto. El objetivo general del experimento era el estudio del desarrollo de las respuestas afectivas en monos siendo la variable “contacto y comodidad en el cuidado” el objeto específico de estudio. Los ocho monitos del estudio fueron asignados aleatoriamente a uno de los dos grupos experimentales. Durante el experimento, 4 de ellos serían alimentados por la madre de trapo y el resto por la de alambre. No obstante, se les permitía mantener contacto con ambas indistintamente. Durante los 165 días del estudio no hubo diferencias ni en la cantidad de leche ingerida ni en la ganancia de peso. Sin embargo, todos los monitos pasaban mucho más tiempo en contacto con la madre de trapo, independientemente de quien fuera la madre que les alimentara. Los monitos alimentados por la madre de alambre mostraron una reducción de su responsividad hacia ésta y un aumento de la misma hacia la madre de trapo, pasando el tiempo justo de la toma con la madre de alambre y el resto con la de trapo (figura 1.1). Estos resultados se mantuvieron a lo largo de los 165 días que duró el experimento, y confirmaron la hipótesis de partida sobre la relevancia del contacto físico. En 1965, Harlow y Harlow escribieron “Creemos firmemente que el contacto físico es la variable de mayor importancia (...) en el establecimiento de un verdadero vínculo maternal”.

Tiempo en contacto con las madres sustitutivas de trapo y alambre en función de la madre que proporcionaba el alimento (Fuente: Harlow, 1958).

El experimento, había demostrado la necesidad de tener en cuenta variables puramente afectivas y de relación en el estudio del desarrollo del vínculo. Asimismo, revelaba el error que suponía obviar estos aspectos por cuanto se había demostrado las repercusiones negativas en el desarrollo afectivo, social, psicológico e incluso físico de los monitos del estudio. En este sentido las palabras de Harlow, dejan fuera de toda duda su exigencia en el reconocimiento del afecto como variable capital.

No nos sorprendió descubrir que la calidez del contacto fuera una variable básica afectiva, pero no esperábamos que ensombreciera tan claramente la variable alimentación; de hecho, la disparidad es tan grande como para sugerir que la función primaria de la alimentación como variable afectiva, es la de asegurar el contacto corporal frecuente e íntimo entre el infante y la madre. Ciertamente, el hombre no puede vivir solo de leche. El amor es una emoción que no necesita ser embotellada, o dada en cuchara, y deberíamos saber, que no hay nada que ganar dando tan flaco servicio al amor (Harlow, 1958).

Experimento de Harlow y Zimmerman

Estas investigaciones supusieron un hito en el estudio de las relaciones afectivas entre bebés y cuidadores por cuanto concedían al afecto un papel principal en el correcto desarrollo del niño. El vínculo materno dejaba de ser considerado un aspecto meramente condicionado o al servicio de la reducción de impulsos primarios. Se demostraba que la salud integral precisa de afecto básico y lo que es más importante, que el cariño es una variable importante en sí misma, una necesidad innata y un aspecto vital en el logro de la felicidad personal.

Nos encontramos así con unos teóricos que rechazaban la idea tradicional del vínculo como proceso secundario, pero además con unos resultados experimentales que dejaban fuera de toda duda los postulados de la teoría del apego que defendía John Bowlby. A partir de este momento histórico, el cruce de informaciones entre estos científicos se hace cada vez más fructífero. Más adelante comentaremos cómo una de las principales investigadoras del apego infantil, Mary Ainsworth, basándose en sus estudios observacionales (1963, 1967) diseñó un experimento denominado "La Situación Extraña" para diagnosticar la calidad del apego infantil (Ainsworth, Blehar, Waters y Wall, 1978; Ainsworth y Wittig, 1969). En esta línea, Harlow decidió comprobar con primates no humanos si las respuestas ante las condiciones activadoras de conductas de apego eran similares a las mostradas por los bebés humanos en situaciones de estrés. Sus resultados mostraron una gran semejanza en las respuestas. Este tipo de respuestas revelan cómo, tras la formación del vínculo de apego, la figura materna es utilizada como base de seguridad, y adquiere la capacidad de restablecer la necesidad de seguridad afectiva del primate. Cuando los experimentos se realizaban con ambas madres sustitutivas, se observó la preferencia por la madre de trapo como base de seguridad. Nuevamente, la variable alimentación quedaba relegada a un segundo plano.

Si bien las discrepancias con los psicoanalistas no habían impedido que Bowlby creara una nueva forma de entender las relaciones afectivas y la esencia de la vinculación emocional, las aportaciones realizadas desde la etología supusieron un impulso para Bowlby, lo que, unido a sus propias observaciones, le ayudaron a elaborar las primeras formulaciones de la teoría del apego. El apartado siguiente está dedicado a esta teoría.

3.2 La teoría del apego

La teoría del apego tiene su origen en la figura histórica de John Bowlby, quien rechazó los planteamientos teóricos dominantes hasta el momento (conductismo y psicoanálisis) en la concepción de la afectividad y formuló una teoría de la vinculación revolucionaria para la época, al considerar la vinculación afectiva como una necesidad primaria. A partir de este momento, son numerosos los autores que investigan, amplían y comprueban empíricamente esta teoría del vínculo, llegando a ser en la actualidad un marco de referencia único en el estudio de los procesos afectivos en la infancia, pero también en la edad adulta. No podemos comenzar el estudio de las relaciones de pareja desde el marco de la teoría del apego, sin antes centrarnos en su autor principal y en las bases conceptuales que integran su teoría.

3.2.1. Orígenes de la teoría del apego: John Bowlby (1907 - 1990)

John Bowlby nace en Londres, en 1907. Su interés por los procesos afectivos en la infancia comenzó mientras cursaba sus estudios universitarios de medicina en Cambridge. Antes de terminar su carrera, decidió trabajar como voluntario en Priory Gate, una escuela para niños inadaptados y delincuentes. Fue entonces cuando, debido a las experiencias allí vividas, decidió retomar sus estudios de medicina en la especialidad de psiquiatría infantil y psicoterapia, siendo aceptado como estudiante para el entrenamiento psicoanalítico en el Instituto Psicoanalítico Británico de la mano de Melanie Klein. El interés principal de Bowlby era el estudio del efecto de la de privación maternal en el desarrollo posterior del niño. Sus primeras investigaciones se centraron en la importancia de la interacción real con los padres en el desarrollo de la personalidad del niño. Pronto, sus observaciones comenzaron a plantearle serias dudas de lo que hasta ahora era la interpretación más aceptada de los vínculos afectivos, es decir, la defendida por los teóricos psicoanalistas, centrada en las fantasías infantiles generadas por conflictos internos y no por experiencias reales. Bowlby planteó que las experiencias reales con los cuidadores eran el responsable principal del desarrollo, llegando a afirmar que es la de privación materna el determinante de

la patología emocional. Como indicamos anteriormente, Freud y la teoría de Bowlby compartían ciertas similitudes en la consideración de la afectividad. Ambas teorías incluyen aspectos inconscientes en su explicación de los afectos: el modelo mental de Bowlby asume la existencia de mecanismos defensivos del ego tal como señaló Freud, sin embargo, como señala Fonagy (1999a) en su estudio de revisión, “mientras que la exclusión de significados específicos de la consciencia es el núcleo central del sistema de Freud, para Bowlby y los teóricos del apego, es sólo un aspecto más del funcionamiento mental”. Otros puntos de contacto destacables son el reconocimiento de la importancia de la vinculación con la madre, el estrés del bebé ante el abandono (miedo a instintos no gratificados para Freud), y la influencia de las primeras relaciones en las experiencias amorosas posteriores y en el desarrollo de la autoestima. Sin embargo, entre ambas posturas existían diferencias irreconciliables. Bowlby se diferencia del psicoanálisis en su concepción del apego como necesidad primaria, definiéndolo como sistema conductual, lo que implicaba una motivación innata, no derivada de otras. Por otra parte, el menoscabo de la importancia de las dinámicas de interacción con los padres, mostraba una concepción mecanicista y distante de la realidad, alejada de los postulados de Bowlby. En definitiva, si bien las teorías psicoanalistas enfatizaron los aspectos afectivos en el desarrollo humano, sus postulados distan mucho de las bases de la teoría del apego, en primer lugar, por la primacía que las teorías psicoanalíticas dan a la sexualidad en la explicación del desarrollo, señalando que el apego temprano es parte del desarrollo psicosexual de la fase oral (Fonagy, 2004); en segundo lugar, por el énfasis en la individualidad frente a las relaciones interpersonales y, por último, porque la teoría del apego se desarrolla desde un marco biológico incompatible con el enfoque estructural.

La formación y estudios de Bowlby puestos en práctica durante la segunda guerra mundial y, posteriormente, en el Departamento Infantil de la clínica Tavistock, hicieron que la Organización Mundial de la Salud (OMS), le encargara un estudio sobre la repercusión que las separaciones maternas habían supuesto en el desarrollo psicológico de los niños sin hogar de la posguerra. De su estudio surgió el monográfico *Maternal Care and Mental Health* (Bowlby, 1951) y su versión popular *Child Care and the Growth of Love* (Bowlby y Ainsworth, 1965). En el trabajo de 1951, Bowlby afirmó que la relación positiva y continuada con la madre o el cuidador principal, es imprescindible en el desarrollo emocional del niño. Sería entonces cuando, junto a su asistente, James Robertson, y tras realizar una serie de observaciones sobre las separaciones temporales de los niños, formulara las fases de respuesta emitidas ante la separación prolongada: protesta, desesperación y desapego (posteriormente reformulada como reorganización afectiva por el propio Bowlby, en 1980). El desarrollo de estas publicaciones, junto al creciente rechazo de sus tesis por parte de los psicoanalistas, supuso un nuevo desafío para Bowlby que hizo que se interesara por la bibliografía existente sobre los vínculos afectivos desde perspectivas

diferentes. Fue en este proceso cuando, a través de Robert Hinde, Bowlby conoce los estudios de Konrad Lorenz y Harlow, lo que le ayudó a dilucidar la naturaleza del vínculo. Como él mismo señala,

Como resultado, avancé en la visión de que la unión entre el niño humano y la madre se desarrolla como consecuencia de que el niño nace equipado con un número de respuestas instintivas primarias que le llevan a mantenerse en contacto íntimo con su figura materna (...) El apego y su función de protección, ha reemplazado la dependencia como el concepto preferido” (Bowlby, 1988)

En resumen, la época en la que Bowlby trabajó en la escuela para niños desadaptados, le había llevado al convencimiento de que el trato que los padres dan a sus hijos marcaba intensamente el desarrollo de su personalidad posterior. Estas experiencias personales, junto a los avances etológicos comentados, hicieron que sus escritos se deslindaran de su formación psicoanalista inicial. Insatisfecho por la teoría del impulso secundario, recogería todas estas aportaciones para formular su teoría del apego como una necesidad básica de vinculación afectiva que se mantiene a lo largo de todo el ciclo vital. A partir de este momento, el interés de Bowlby se centró en recapitular los resultados que las investigaciones etológicas habían encontrado al respecto y en la conceptualización del sistema de apego dentro de un contexto evolutivo y biológico. Bowlby aplica el supuesto darwinista a la teoría del apego, afirmando que la vinculación es un recurso adaptativo con fines de supervivencia. Por ello, sus primeras formulaciones teóricas aparecen fuertemente ancladas en conceptos etológicos. En *The nature of the child's tie to his mother* (1958) revisó los conceptos psicoanalíticos del vínculo del niño hacia su madre y afirmó que el niño se vincula a la madre como consecuencia de una serie de conductas innatas en el bebe; en su segundo artículo, *Separation anxiety* (1959), comentó las limitaciones de la teoría psicoanalítica en la explicación del vínculo, principalmente en lo que respecta a la intensidad del vínculo y las fases de respuesta a la separación. *Grief and*

mourning in infancy and early childhood (1960), supuso una reconceptualización de lo que hasta entonces se entendía por duelo en el niño, definiéndolo como el resultado de la ausencia de la figura de apego ante la activación del vínculo. Si bien la sociedad psicoanalítica de Londres se mostró contraria a sus tesis, Bowlby decidió integrar sus concepciones esbozadas en los artículos anteriores, en su trilogía *Attachment and loss* (1969/1982, 1973, 1980). Sus principios parten de la existencia de una tendencia biológicamente determinada en el niño hacia la interacción con los seres humanos, con su propia motivación interna, basada en un deseo de proximidad y contacto con la figura de apego. Esta tendencia se ha consolidado a través de la selección natural, y no como un proceso de aprendizaje asociativo tal como postulaban aquellos que consideraban el apego como un proceso secundario a la satisfacción de necesidades básicas. En 1979, Bowlby define el vínculo afectivo del siguiente modo:

El comportamiento de apego es concebido como toda forma de conducta consistente en la consecución o mantenimiento de proximidad con otra persona diferenciada y preferentemente individual y que es considerada, en general, como más fuerte y/o más sabia. Especialmente evidente durante la temprana infancia, el comportamiento de apego se considera que es propio de los seres humanos desde la cuna, hasta la sepultura.

El concepto de apego, tal y como fue definido por Bowlby, pronto se vio confirmado metodológicamente por estudios observacionales (Ainsworth, 1963, 1967; Schaffer y Emerson, 1964). Resulta imprescindible hacer referencia a esta autora, Mary Ainsworth (1913-1999), por el avance que supusieron sus investigaciones en la operacionalización del apego y en el estudio de las diferencias individuales en la calidad del vínculo. En un primer momento y, como resultado de los estudios observacionales naturalistas realizados en Uganda, destacó la importancia de la sensibilidad materna en respuesta a las señales del bebé y la interacción entre ambos, como aspectos fundamentales en el desarrollo de un vínculo de calidad. Estos estudios preliminares concluyeron en la creación del sistema de evaluación de la calidad del vínculo en situación de laboratorio, "La Situación Extraña" (Ainsworth y Wittig, 1969). Posteriormente, el "Proyecto Baltimore", (un estudio longitudinal donde se evaluaba la interacción madre hijo desde las tres semanas de vida hasta el año y el apego a través de la "Situación Extraña"), concluyó que "el aspecto más importante de la conducta materna comúnmente asociado con la dimensión seguridad-inseguridad del apego, (...) es la sensibilidad materna ante las señales y comunicaciones del bebé" (Ainsworth et al., 1978).

3.2.2. Postulados básicos de la teoría del apego

Bowlby sienta las bases de la teoría del apego en su trilogía *Attachment and Loss: Attachment* (1969), *Anxiety and Anger* (1973) y *Loss* (1980). Los postulados básicos que en ella se recogen pueden resumirse en los siguientes puntos:

f Las personas, al igual que otras especies animales, cuentan con conductas innatas con una fuerte base biológica que favorecen su supervivencia.

f Las conductas innatas son fruto del aprendizaje filogenético, pero se pueden modificar adaptativamente a nivel ontogenético en interacción con nuestro entorno.

f En nuestra especie, la modificación de estas conductas instintivas se realiza en función de la meta perseguida, por medio de sistemas homeostáticos que se autorregulan.

f Los patrones tempranos de relación con los cuidadores principales se interiorizan y gobiernan las sucesivas pautas de relación con otras personas.

f Los niños pequeños necesitan desarrollar una dependencia segura respecto a sus padres, antes de poder enfrentarse por sí mismos a situaciones desconocidas.

f Durante los primeros años, mientras el niño adquiere la capacidad de autorregulación, la madre constituye su ego y su superego.

f La mayoría de las emociones intensas surgen en torno a la formación, mantenimiento o pérdida de los vínculos de apego.

f Los seres humanos están motivados para mantener un equilibrio dinámico entre la conservación de la familiaridad, las conductas reductoras de estrés y las antitéticas de exploración y búsqueda de información.

Como señala Cassidy (1999), “desde este marco teórico el apego es considerado una característica normal y saludable del ser humano a lo largo de su ciclo vital, más que como un signo de inmadurez que necesita ser superado en la edad adulta”. En este punto, se hace necesario diferenciar entre el significado de “vínculo afectivo”, entendido en un sentido amplio, y el término apego. Ainsworth (1989) precisó que los vínculos afectivos, incluido el de apego, se caracterizan primero, por su persistencia a lo largo del tiempo; segundo, por implicar a una persona específica no intercambiable por nadie; tercero, por su significado emocional; cuarto, por el deseo de mantener proximidad y contacto con la otra persona, si bien este deseo variará en función de condiciones personales y ambientales; y quinto, por el malestar experimentado ante la separación de dicha persona, incluso si esta separación es voluntaria. Para considerar un vínculo como apego, Ainsworth (1989) añadió un sexto criterio: la búsqueda de seguridad y consuelo en la persona. Es por tanto necesario, que en la relación el sujeto perciba sensación de seguridad para poder hablar de un específico vínculo de apego.

En relación a las principales funciones del vínculo de apego, López (1993) afirma que “no puede entenderse adecuadamente el apego sin tener en cuenta su función adaptativa para el niño, la madre o los progenitores y, en último término, la especie”. De este modo, López (1993) y López y Ortiz (1999), recogen la literatura sobre el tema y concretan las siguientes funciones:

I. Desde un punto de vista objetivo, filogenético, la función principal del sistema de apego es asegurar la supervivencia de la especie, al mantener a la cría en contacto con el cuidador principal, encargado de satisfacer sus necesidades fisiológicas (alimentación, sueño, sed, calor...) y de asegurar su supervivencia. Esta función se manifiesta, en la complementariedad de conductas entre cuidadores y crías: las crías muestran conductas que atraen la

atención del cuidador, mientras que en los progenitores aparecen las conductas de cuidado.

II. Desde un punto de vista subjetivo, ontogenético, la función del apego es la búsqueda de seguridad física y emocional a través de la presencia y el contacto con las figuras de apego. De este modo, funcionan como una base de seguridad desde la cual explorar el mundo, ya sea la relación con el ambiente o la interacción confiada con los demás.

III. Otras funciones complementarias son:

- Ofrecer y regular la estimulación necesaria acorde al desarrollo evolutivo del niño, que permita su progreso en el área cognitiva, social y afectiva.
- Fomento de la salud física y psíquica mediante el fomento del sentimiento de seguridad y confianza.
- Desarrollo de capacidades sociales a través de la interacción, tales como la empatía, el conocimiento social y el acceso a modelos de identificación a través de la interiorización del modelo observado. Es aquí donde el niño mantiene formas de contacto íntimo (besos, abrazos, caricias) y sistemas de comunicación des formalizados que posteriormente mediatizarán todas las experiencias afectivas y sexuales.
- Proporcionar placer: las conductas de apego tienen también un fin en sí mismas, al tener la capacidad de convertirse en juego placentero.

Bowlby (1979) concluye que los vínculos cumplen una función adaptativa al regular el sentimiento de malestar producido por el estrés ambiental. En lo que respecta a las funciones del apego en la edad adulta, Bartholomew (1990) sugiere que el objetivo principal del sistema de apego es la consecución del "sentimiento de seguridad", concepto propuesto por Sroufe y Waters (1977) como meta del sistema de apego en la etapa infantil. Consideramos que, en la edad adulta, esta búsqueda de seguridad tiene una connotación principalmente psicológica, puesto que una vez las necesidades fisiológicas o de protección son asumidas por la persona adulta, permanece la urgencia de formar relaciones íntimas y de que dicha relación cubra las necesidades de afecto existentes. Decir apego, no significa infantilizar la vida adulta, sino reconocer una característica vital del ser humano. Partiendo de que la meta es la búsqueda de seguridad afectiva, la expresión y el grado de dichas necesidades y la forma de restaurar el equilibrio afectivo, es lo que diferencia un vínculo de apego infantil y un vínculo adulto.

En resumen, entendemos, por tanto, que el sistema de apego cumple funciones tanto biológicas como psicológicas. Limitarse a las primeras, argumentando que el vínculo con la madre permite el aprendizaje de conductas de supervivencia es, a la vez de una extrapolación reduccionista del mundo animal, un olvido de la

complejidad del ser humano. Como señala Bowlby (1969), existen dos razones que hacen improbable dicha tesis. En primer lugar, el hecho de que la conducta de apego persista después de haber completado dicho aprendizaje y, en segundo lugar, la intensa activación que implica la percepción de peligro físico o psicológico.

3.2.3. Componentes del sistema de apego: cognición, conducta y emoción

El concepto sistema de apego desarrollado por Bowlby (1969/82), es un término proveniente de la etología que asume la existencia de un sistema de conducta con una motivación interna que actúa ante situaciones de estrés o dolor con el objetivo de mantener y restaurar el equilibrio homeostático del organismo. Bowlby señaló tres componentes interrelacionados en los que se dividía el sistema de apego: el componente cognitivo (modelos mentales de relación), el conductual y el emocional. A continuación, se describe brevemente cada uno de ellos.

El modelo mental de relación: el sistema cognitivo

El modelo mental de relación hace referencia al componente cognitivo integrado por todas aquellas creencias, pensamientos, actitudes, etc. relativas a cuestiones afectivas. Una vez construido a través de las experiencias de interacción, el modelo mental actúa como filtro de procesamiento a través del cual la persona selecciona, analiza e interpreta los sucesos de índole afectiva y determina, en gran medida, las emociones y las conductas consecuentes. Pero, ¿cómo se generan estos esquemas mentales? Para Bowlby, los niños construyen sus modelos mentales o representaciones internas tanto de sí mismos como de los demás, en la interacción que se establece con el cuidador principal, si bien continúan modificándose hasta la adolescencia, momento en el que pasan a ser relativamente estables. En su teoría, argumenta cómo los niños a lo largo de las interacciones con sus cuidadores, interiorizan dichas experiencias desarrollando un modo de ver las relaciones íntimas que generalizarán, posteriormente, más allá de la familia. Así, conforme el niño emite una conducta y recibe una respuesta determinada por parte del cuidador, va modulando su visión del mundo, creando un modo de ver la realidad y aprendiendo a generar expectativas de lo que es más probable que suceda en el contexto relacional. En 1973 Bowlby escribió,

En el modelo de trabajo del mundo que uno tiene, un aspecto clave es la noción de quienes son sus figuras de apego, dónde las puede encontrar, y cómo se esperan que respondan. De forma similar, en el modelo mental del self que uno

construye, un aspecto clave es la noción de cómo de aceptable o inaceptable es uno mismo ante los ojos de sus figuras de apego.

El modelo interno incluye expectativas, creencias y emociones sobre la accesibilidad y disponibilidad de la figura de apego, pero también información sobre la capacidad de uno mismo para suscitar protección y afecto, implicando representaciones mentales de las figuras de apego, de sí mismo y del entorno. Puesto que, en general, las condiciones de interacción en la infancia se mantienen estables, estos modelos mentales se afianzarán a través de las experiencias repetidas en la dinámica familiar, ya que si bien existen otras fuentes como familiares, compañeros, amigos, profesores u otras figuras significativas que podrían tener influencia en la generación de esquemas mentales (Sroufe, 1988), la dinámica del núcleo familiar, por la frecuencia e intensidad de sus relaciones, tiene un impacto muy superior sobre el desarrollo del niño. Para Bretherton y Munholland (1999), la influencia de estos modelos mentales permite a los individuos anticiparse al futuro y hacer planes, sirviendo de guía en la valoración de las situaciones sociales y en la asimilación de nuevas experiencias, de modo que le permitan mantener una imagen coherente tanto de sí mismo como de los demás.

Más allá de la infancia, las relaciones de apego son gobernadas por los modelos de trabajo internos (o mentales) que los individuos jóvenes construyen de los patrones de experiencias de interacción con sus principales figuras de apego, basado en su historia de relación conjunta. Sirven para regular, interpretar y predecir tanto la conducta de apego de la figura de apego como la propia, pensamientos y sentimientos.

Los investigadores Collins y Read (1994), sugirieron que las personas desarrollan una red jerárquica de modelos mentales. En el nivel superior estarían aquellos modelos generales que, si bien pueden aplicarse a un mayor número de relaciones, son menos precisos en situaciones específicas. A continuación, se encontraría los modelos de relaciones particulares (p.e. modelos de familia, amistades, etc.). En el nivel inferior, se situarían los modelos de relaciones específicas (p.e. pareja romántica). Para estos autores, los modelos mentales incluyen cuatro componentes interrelacionados entre sí que modelan las respuestas cognitivas, emocionales y afectivas en las relaciones interpersonales. En concreto: a) memorias

de las experiencias, b) creencias, actitudes y expectativas, c) metas y necesidades y d) planes y estrategias, todas ellas en relación al apego. La tabla 1.1 resume las diferencias principales de los estilos de apego en la edad adulta en función de estos cuatro componentes cognitivos.

Memorias

Creencias y actitudes relacionadas con el apego

Metas y necesidades relacionadas con el apego

Planes y estrategias

Padres cálidos y afectuosos

Pocas dudas sobre sí mismo; alta autovalía Suelen gustar a los demás

Los demás son generalmente bien intencionados y bondadosos Generalmente se puede confiar y depender de ellos, son desinteresados. Orientados interpersonalmente

Deseo de relaciones íntimas

Busca equilibrio entre cercanía y autonomía en las relaciones

Reconocen el malestar

Madres frías y rechazantes Padres injustos

Suspica sobre las motivaciones humanas Los demás son complejos y difíciles de entender

No se puede confiar ni depender de los demás La gente tiene poco control sobre sus propias vidas

Dudan de la honestidad e

Falta de confianza en situaciones sociales

No orientados interpersonalmente

Necesidad de mantener distancia Deseo de intimidad extrema

Limitan la intimidad para satisfacer necesidades de autonomía e independencia
Buscan menores niveles de autonomía

Dan mayor valor a metas tales como el logro Miedo al rechazo

Manejan el malestar reprimiendo el enfado Amplifican las manifestaciones de malestar y enfado para provocar respuesta en los demás

Minimizan el malestar relacionado con cuestiones emocionales; evitan la Sumiso y complaciente para obtener la aceptación

Modulan el afecto negativo de modo constructivo integridad de sus padres y de los demás

auto apertura íntima

(Tomado de Feeney y Noller, 1996; Feeney, 1999a)

Para finalizar este apartado, queremos resaltar que, en el marco de las relaciones de pareja, son los modelos mentales los que guían la experiencia de la relación. La atención e interpretación de las situaciones de activación emocional, que surgen en el contexto de una relación y las conductas, pensamientos y emociones consecuentes, van a depender de qué esquemas de procesamiento se activan ante unos hechos determinados. El análisis de las relaciones afectivas conlleva, por tanto, el conocimiento de los esquemas que la persona aplica en la comprensión tanto de su propia afectividad, como en la de las personas que le son significativas y su relación con las mismas.

Las conductas de apego: el sistema conductual

Las conductas de apego se refieren a aquellos comportamientos visibles derivados de los esquemas mentales de relación que la persona activa ante una determinada situación emocional y cuyo objetivo último es el logro del equilibrio afectivo y emocional de la persona. El que estas conductas sean consideradas de apego se debe a su uso preferencial hacia las figuras de vinculación y su función en relación con el contexto, con el nivel de desarrollo y con las experiencias previas (Felix y Ortiz, 1999).

Belsky y Cassidy (1994) definieron tres clases de conductas que los niños realizan para establecer o mantener la proximidad con los cuidadores: las conductas señalizadoras como la sonrisa o las verbalizaciones, las conductas aversivas como llorar o gritar y las conductas activas como la aproximación y el seguimiento. Aunque fenotípicamente sean distintas, la función sobre la que se sustentan es la misma, es decir, mantener al niño físicamente cercano a sus cuidadores, aumentando así sus posibilidades de supervivencia (Simpson, 1999). Estas conductas no están permanentemente activadas; para que esto ocurra, el niño ha de percibir que la situación en la que se encuentra es potencialmente una fuente de peligro. Cuando nos trasladamos a la etapa adulta observamos como el número, la intensidad y la forma de estas conductas varía. Los adultos pueden

pasar un mayor período de tiempo sin el contacto (real o no) de la figura de apego, pueden recuperar su sentido de la seguridad con conductas menos directas (una llamada de teléfono, un pensamiento, una carta, etc.). Sin embargo, cuando el sistema de apego se activa, se realizan comportamientos que permiten mantener o lograr algún tipo de contacto con la figura de apego para recuperar el sentimiento de seguridad, confirmando la existencia del sistema conductual del apego en la edad adulta.

Los sentimientos: el sistema emocional

Tal y como Bowlby (1979) señaló, los vínculos afectivos son en parte responsables del tipo de emocionalidad que manifiesta la persona.

Muchas de las más intensas emociones surgen durante la formación, mantenimiento, ruptura y renovación de los vínculos afectivos, los cuales, por dicho motivo, son en ocasiones denominados vínculos emocionales. En término de la experiencia subjetiva, la formación de un vínculo es descrita como enamorarse, el mantenimiento de un vínculo como amar a alguien y la pérdida de la pareja como duelo (...) y la renovación como fuente de alegría. (p. 69); por lo que concluye que “debido a que dichas emociones son generalmente reflejo del estado de los vínculos afectivos de las personas, la psicología y psicopatología de la emoción es, en gran medida, la psicología y la psicopatología de los vínculos afectivos”.

La formación de un vínculo de apego conlleva una serie de emociones asociadas al tipo de relación establecida, que van a implicar tanto a la figura de apego como a sí mismo y a la relación. Desde un enfoque cognitivista, estas emociones son consecuencia directa del esquema mental de procesamiento activado ante una realidad determinada, sin embargo ¿podríamos hablar de una activación emocional directa, sin procesamiento mental intermedio?, ¿puede hablarse de emociones automáticas o reflejas, generadas por un aprendizaje asociativo entre determinados hechos y sus consecuencias emocionales? A nuestro entender, existe la posibilidad de que, en las huellas generadas en los circuitos neuronales, permanezca una memoria de emociones que se active ante unos hechos determinados sin necesidad de un procesamiento cognitivo de nivel superior. Somos conscientes de que, generalmente, la literatura científica alega que no existe emoción sin procesamiento cognitivo previo (Beck, 1976; Burns, 1980; Ellis, 1962) y que emoción y pensamiento son una unidad indisoluble (Damasio, 1994); sin embargo, si nos hacemos eco de investigadores como LeDoux, podemos plantear un nivel de procesamiento que opera fuera de la consciencia y que puede dirigir sistemas de respuesta específica. LeDoux (1996, 1997, 2000) diferencia entre el procesamiento de vía directa (low road) frente al indirecto (high road), que actuaría a través de la mediación cortical. El camino directo permite dar respuesta a un estímulo de forma rápida, sin evaluación cortical, implicando

a estructuras subcorticales, principalmente la amígdala, que da lugar a una respuesta inespecífica, no valorada. De este modo, puede hablarse de un procesamiento cognitivo mínimo, difícil de hacer consciente en la terapia psicológica (LeDoux, 1996). La conexión bidireccional que mantiene la amígdala con la corteza sensorial (existe una mayor densidad de conexiones desde la amígdala que a la inversa), explicarían la dificultad para detener las emociones una vez éstas son activadas (LeDoux, 2000). Por otra parte, las teorías psicológicas explicativas de los problemas de ansiedad, apuntan que el origen de la respuesta de ansiedad es un automatismo que potencia la capacidad de respuesta del organismo y, por lo tanto, de supervivencia. Aunando ambos planteamientos, puede entenderse que, ante ciertas circunstancias, algunas personas generen una asociación involuntaria que les lleve a responder de modo ansioso ante estímulos que potencialmente no son peligrosos, pero de los que la persona realiza una valoración de peligro real. Así, si bien LeDoux se centra en la emoción básica del miedo, podemos hacer extensible su teoría al apego en el caso de, por ejemplo, niños sometidos a constantes situaciones de amenaza, dada la importancia de la amígdala en la formación de la memoria implícita ante situaciones de alta activación afectiva (LeDoux, 1994, 2000). LeDoux, opina que los sentimientos de las emociones aparecen cuando nos hacemos conscientes de la actividad de un sistema emocional, el cual realiza su trabajo mayoritariamente fuera de la consciencia. Es decir, los sentimientos son la consecuencia consciente del procesamiento emocional. La importancia del sustrato neurológico de las emociones queda también recogida por los estudios de Antonio Damasio (1994, 1995) quien ha señalado que las estructuras neuroanatómicas que regulan los procesos emocionales son, a su vez, las encargadas de regular estados corporales básicos.

Interrelación entre los tres componentes del sistema de apego

Los tres componentes implicados en el sistema de apego se interrelacionan entre sí, de modo que el modelo mental generado en las experiencias afectivas con las figuras de apego guía la interpretación de los sucesos de índole afectiva generando unos determinados sentimientos y conductas. Desde la teoría del apego, se proponen cuatro esquemas mentales de procesamiento principales: el modelo mental seguro, el huidizo alejado, el huidizo temeroso y el preocupado. Cada uno de estos modos de procesamiento son el resultado de las pautas de interacción parental vividas en la infancia, pero también de unos sucesos vitales determinados y unos rasgos de personalidad característicos. En el mundo de las relaciones de pareja, las interpretaciones de la conducta del otro se analizarán desde las propias necesidades y estrategias afectivas utilizadas durante años para restaurar el equilibrio de seguridad afectiva. Por ejemplo, en el caso de una persona preocupada, cuya principal necesidad es la urgencia de sentirse querida, interpretará los deseos normales de alejamiento de su pareja, no como una

necesidad de aquél, sino como un rechazo a sí mismo y una confirmación de los propios esquemas de inseguridad. Por el contrario, las personas seguras, cuya confianza básica en la respuesta afectiva de los demás ha sido confirmada consistentemente, no percibirá el alejamiento de la pareja como amenaza a su seguridad afectiva, sino que, desde su mayor capacidad para la resolución de problemas bilateralmente, estará más abierta a iniciar una interacción en la que las necesidades del otro sean tenidas en cuenta.

Continuando con la interrelación entre estos sistemas, Collins y Read (1994) plantearon que los modelos mentales de trabajo contribuían de forma directa a la experiencia de la relación a través de su influencia en la respuesta cognitiva, emocional y conductual.

Funcionamiento de los modelos mentales (Collins y Read, 1994).

Para estos autores, los modelos mentales son constructos cognitivos altamente accesibles, que forman parte de un sistema mayor de procesos cognitivos, afectivos y de conducta. Plantean la posibilidad de que este sistema opere de forma automática, principalmente fuera de la consciencia. En el modelo propuesto, los patrones de Respuesta Cognitiva, hacen referencia a la memoria, las creencias y las metas de la persona. Los modelos mentales afectan a esta respuesta, a través del mecanismo de atención selectiva; la mayor o menor accesibilidad en la codificación y recuperación de información en la memoria y a través de su efecto en el proceso de interpretación y la explicación de los hechos. Los autores no señalan la capacidad potencial que la información incongruente con el modelo mental tiene para cambiar o replantear un esquema mental. Si bien no es incompatible con sus argumentos, podemos hipotetizar que esta circunstancia sea una de las vías que propician la reconstrucción del modelo mental. El patrón de Respuesta Emocional opera a través de dos vías: la evaluación primaria o camino directo y la evaluación secundaria, mediada por el procesamiento cognitivo. La evaluación primaria de un suceso implica un efecto directo desde el modelo mental a la respuesta emocional; es decir, evoca la emoción de forma reactiva ante una situación. Como los esquemas mentales están asimilados y automatizados, la reacción emocional se produce sin una evaluación cognitiva. La evaluación secundaria, iría desde el procesamiento cognitivo a la respuesta emocional. La interpretación que la persona realiza de los hechos, puede intensificar o reducir la respuesta emocional inicial. Por último, en función del procesamiento cognitivo y emocional se produce la Respuesta Conductual. Los autores proponen dos mecanismos a través de los cuales los modelos mentales afectan a la conducta. El primero, a través de los planes y estrategias de los que disponen y, el segundo, a través de los modelos mentales que afectan a los nuevos planes que se activan ante una situación determinada. En esta última, se integraría la cognición y la emoción asociada.

En función del estilo de apego de la persona, se enfatizará más una u otra o se mantendrán equilibradas.

3.2.4 Neurociencia de la Emoción: Desarrollo Neuronal y Regulación Afectiva

Investigar en el área del apego humano implica hacerse eco de los últimos avances en lo referente a la importancia que los procesos y estructuras mentales tienen en el funcionamiento afectivo de los seres humanos. Estudios hormonales, fisiológicos, de actividad cerebral o anatomía neuronal son algunos de los fructíferos campos de investigación que, actualmente, están suponiendo una nueva visión de los fundamentos biopsicosociales del vínculo afectivo. Si bien estas investigaciones son todavía muy recientes, consideramos de capital importancia hacer referencia a las mismas en nuestro trabajo tanto por el interés personal que nos suscita el tema, como por el nuevo rumbo que están tomando las investigaciones, lo que hace prever que, en breve, muchos de los estudios afectivos irán acompañados de algún tipo de medida a nivel biológico. En concreto, los estudios sobre las bases neuroquímicas y neuronales de la emoción comenzaron a surgir a partir de la década de los 90, coincidiendo con el avance en las técnicas biomédicas y el interés por el estudio de la afectividad desde perspectivas diferentes a las tradicionales. La falta de equipamientos, avances técnicos, así como las corrientes psicológicas dominantes, han hecho que el estudio de los vínculos sociales y, concretamente, de las relaciones íntimas, sea considerado como algo subjetivo o con poca base empírica. Sin embargo, los avances en las técnicas de neuroimagen (resonancias magnéticas, tomografía por emisión de positrones, etc.) están permitiendo obtener una visión científica tanto de los procesos sensoriales como de procesos mentales superiores.

El conocimiento de los avances en neurociencia ha fortalecido si cabe aún más la relevancia del desarrollo afectivo en la primera infancia. Si bien el ambiente es clave en el establecimiento de conexiones neuronales, su efecto dependerá de las estructuras en desarrollo en un momento evolutivo determinado. Concretamente y, durante los tres primeros años de vida, dichas estructuras son aquellas encargadas de la regulación afectiva, lo que remarca la importancia capital que un vínculo afectivo seguro tiene en el desarrollo cerebral infantil que guiará, posteriormente, las interpretaciones y la forma de entender las relaciones afectivas adultas. En el apartado siguiente se amplían estos aspectos.

El desarrollo neuronal temprano y su influencia en la regulación emocional

Los primeros años de vida son esenciales en el crecimiento cerebral del bebe comenzando a ser más notable en el tercer trimestre de gestación y produciéndose un rápido crecimiento desde la semana 20 hasta los 4 o 6 años de vida. Aunque la neurogénesis se produce a lo largo de toda la vida, en estos

primeros años se alcanzará el 90% del peso final del cerebro. Por otra parte, si bien el cerebro humano mantiene su capacidad de aprendizaje durante todo el desarrollo, el periodo de mayor neuroplasticidad cerebral (la propiedad de modificar la estructura neuronal en función de las experiencias ambientales) ocurre desde la gestación hasta los 3 primeros años de vida, ralentizándose a partir de ese momento hasta la adolescencia, periodo en el que se mantendrá relativamente estable.

Desarrollo del Cortex Cerebral. (Tomado de Rosenzweig, 1996)

Se entiende por desarrollo cerebral el proceso general a través del cual las conexiones neuronales son creadas, mantenidas o fortalecidas durante la experiencia (Siegel, 1999). El recién nacido genera trillones de conexiones neuronales, muchas de las cuales, sin embargo, terminarán por desaparecer al no recibir refuerzo externo suficiente para su consolidación. Black y Greenough (1996), han señalado la existencia de dos procesos a través de los cuales el ambiente influencia el desarrollo cerebral: aquellos que actúan sobre las sinapsis que están pre programados genéticamente relacionadas con la supervivencia de la especie (experienceexpectant) y aquellos otros dependientes del entorno que generan sinapsis no predeterminadas (experience-dependent). Así, las experiencias modulan la programación genética del bebé, lo que confirma la importancia de una estimulación socioafectiva adecuada en la primera infancia, momento de génesis de las estructuras básicas de los sistemas homeostáticos subcorticales que controlan la regulación de la emoción. La primera infancia es, por tanto, un periodo crítico para la maduración a través de la experiencia del hemisferio derecho, dominante en el procesamiento socioemocional de la información corporal, en funciones de manejo del estrés y la autorregulación (Schoore 1994; 2002).

Teniendo en cuenta lo anterior, la generación de estructuras y sinapsis en diferentes momentos evolutivos, implica un efecto diferencial del ambiente en el desarrollo cerebral en función de las estructuras que se encuentran activas (funcionales) en el momento de la estimulación ambiental. Como señala Schoore (1994), "el desarrollo sólo puede ser entendido en términos de una progresión de relaciones estructura-función". Así, por ejemplo, al final del primer año aparece un desarrollo dendrítico y axonal del córtex prefrontal, un crecimiento sináptico y una diferenciación del sistema límbico regulador del afecto en el córtex prefrontal del hemisferio derecho, estando este desarrollo influenciado significativamente por la estimulación de las transacciones socioafectivas con el cuidador primario (Schoore, 1994, 2003a, 2003b). En concreto, las estructuras dominantes en los primeros años de vida se encuentran en el sistema límbico y en el cortex orbitofrontal derecho, ambos implicados en la regulación de la emoción. Schoore ha señalado que son las relaciones sociales y, especialmente las afectivas, lo que realmente se transacciona entre el medio ambiente y el bebé. Para este autor, es la madre quien actúa de intermediario entre el ambiente social y el bebé,

modulando la estimulación ambiental y transformándola en estímulos socio afectivos, actuando, así como “regulador psicobiológico del sistema psicofisiológico inmaduro del niño que influencia directamente el crecimiento bioquímico y apoya la génesis de nuevas estructuras” (Schoore, 1994, p. 7), regulando externamente la neuroquímica del cerebro inmaduro (Hofer, 1983). De este modo, una estimulación socioafectiva sensible facilita el crecimiento de las conexiones entre estructuras límbicas corticales y subcorticales que median las funciones de autorregulación, aspectos fundamentales para la regulación afectiva posterior. Pero ¿cómo se produce este proceso? El cortex prefrontal actúa controlando el Sistema Nervioso Autónomo (S.N.A.) implicado en la segregación de neuromoduladores que median los estados de arousal haciendo que el bebé se implique en conductas que derivarán en un vínculo de apego. Este circuito dopaminérgico está implicado en la conducta exploratoria y locomotora, en la respuesta al estrés de separación y en la regulación de la respuesta afectiva.

En la revisión de la literatura realizada por Allan N. Schoore (1994) recoge cuatro principios generales del desarrollo emocional:

f El desarrollo cerebral ocurre en periodos críticos y está influenciado por el ambiente social. Los sistemas regulatorios deben ser anclados en las estructuras que se construyen durante el rápido crecimiento cerebral. Existen periodos críticos o sensitivos de las áreas en los distintos momentos de desarrollo cerebral.

f El cerebro del bebé se desarrolla en estadios hasta llegar convertirse en una organización jerárquica. Cada nivel alcanza una mayor complejidad con respecto al sustrato inferior, teniendo además capacidades de inhibir a los centros inferiores.

f Los sistemas genéticos que programan el desarrollo cerebral están activados e influenciados por el ambiente postnatal. Ciertos sistemas estructurales biológicos preprogramados, que apoyan funciones psicofisiológicas adaptadas son dependientes de la experiencia y necesitan activadores ambientales. La madre es el regulador del sistema endocrino y nervioso del bebe (Hofer, 1984; citado en Schoore, 1994)

f Los cambios en el ambiente social actúan sobre los estados en la infancia e inducen la reorganización de estructuras cerebrales. Así, tras la producción masiva de conexiones neuronales, es la interacción con el ambiente quien define qué conexiones se mantendrán y reforzarán.

En resumen, la estimulación ambiental y, en concreto la estimulación socioafectiva, resulta de vital importancia en el modo en el que el cerebro del bebé se desarrolla, implicando cambios morfológicos y, por ende, funcionales. La forma en que la madre modula las experiencias infantiles y el modo en el que genera expectativas en el niño, va a repercutir en el desarrollo de las áreas que

controlan el desarrollo afectivo del niño y, por tanto, la capacidad posterior del niño para autorregularse emocionalmente.

La interacción con el cuidador principal: bases neurológicas de la calidad del apego

Como hemos señalado, el desarrollo afectivo es uno de los hitos más importantes en el desarrollo del bebé durante los tres primeros años de vida. Schore (1994, 2002, 2003a, 2003b) señala que la expresividad facial de la madre es el estímulo visual más potente en captar la atención del bebé y que éste se implique en interacciones mutuas. A través de la experiencia con el cuidador, el bebé es capaz de generar representaciones de las experiencias repetidas. Estos esquemas mentales, componentes implícitos de la memoria, sirven para anticiparse a futuras experiencias ambientales (Siegel, 1999) y son almacenados en el hemisferio derecho guiando, posteriormente, el procesamiento de la información social y emocional. Schore (1994), centrado en los procesos dependientes de la experiencia, propone un modelo en el que las interacciones cara a cara con el adulto implican la liberación de neurotransmisores esenciales en el desarrollo neuronal en el córtex prefrontal: las experiencias afectivas interpersonales tempranas influyen de este modo y de forma directa, la maduración de los sistemas tempranos regulatorios del desarrollo cerebral derecho. La regulación de afecto por parte del cuidador implica, asimismo, una regulación hormonal. Así, por ejemplo, ante la interacción materna, el bebé segrega opiáceos endógenos en respuesta a esta estimulación socioafectiva que son los responsables del placer de la interacción social, el afecto y el apego, actuando en centros de recompensa subcorticales. Por otra parte, el apego con la madre regula el arousal fisiológico del bebé a través de dos vías principalmente: la liberación de DA (dopamina) y el CRF (factor de liberación de la corticotropina) que influye en la segregación de endorfinas en la pituitaria y activa el SNA simpático, incrementando de este modo, el arousal y el nivel de actividad. La madre durante la formación del vínculo, sincroniza y restaura los ritmos internos del bebé, regulando el arousal y minimizando el afecto negativo y maximizando las oportunidades de afecto positivo, que son la base de la construcción del apego y sus emociones asociadas (Schore, 1994, 1996, 2003a, 2003b). Estudios con animales (Hofer, 1984, 1990; citado en Schore, 2003a) han confirmado la importancia de la madre como regulador de la fisiología del bebé. Hofer sugiere que estos mecanismos neuronales 'reguladores ocultos' son la base fisiológica del sentimiento de seguridad. De este modo, Hofer resalta que los sistemas homeostáticos del niño y la madre están unidos en una estructura de orden superior que permite que la madre influya los sustratos neuronales de la emoción del niño a través de la regulación directa de la neuroquímica de la

maduración cerebral del niño. Es decir, las transacciones con el cuidador minimizan el afecto negativo y maximizan los estados de afecto positivo, actuando como regulador psicobiológico externo del crecimiento “dependiente de la experiencia” del SN del niño (Schoore, 1994, 1996, 2003a y 2003b).

Como comentamos anteriormente, el cerebro emocional es dominante durante los primeros años de vida, por lo que las relaciones con los cuidadores principales van a ser un aspecto clave en el desarrollo del bebe, funcionando como regulador del afecto y de las funciones biológicas: “la autorregulación del cerebro en desarrollo ocurre en el contexto de una relación con otro self, con otro cerebro” (Schoore, 2003b; p.5). Estas relaciones tempranas de apego se producen en una etapa de desarrollo neuronal, y tienen un impacto crítico en la organización del sistema límbico, que es la zona especializada en el procesamiento emocional, en la organización del aprendizaje nuevo y la adaptación a cambios rápidos en el entorno (Schoore, 1994, 2000). El hemisferio derecho está profundamente conectado a la maduración pre y postnatal del SNA, responsable de los componentes somáticos de la emoción y del eje hipotalámico-pituitario-adrenocortical (HPA) que regula la respuesta al estrés. Existen dos caminos principales en la respuesta al estrés: el eje HPA y el eje simpático-adrenomedular (SAM). La activación de estos ejes está implicada en la respuesta al estrés a través de la producción y liberación de la hormona glucocorticoide cortisol, en el caso del eje HPA y la liberación de catecolaminas (epinefrina y norepinefrina), en el caso del SAM.

El cerebro a los dos años refleja la madurez del hipocampo y el córtex orbitofrontal que permite al bebé almacenar la información en la memoria, facilitando la formación de los modelos de trabajo internos o esquemas mentales. Schoore (1994) sugiere que las conductas de apego incipientes (juegos cara a cara, sonrisas, etc.) son la primera influencia en el desarrollo neurobiológico y, más concretamente, en la neurobiología de las emociones y su regulación. Como Siegel (1999) apunta, “los cuidadores son los arquitectos del modo en el que la experiencia influencia el despliegue del desarrollo cerebral programado genéticamente pero dependiente de la experiencia” (p.85). Bowlby (1969/82, 1973, 1980) y Ainsworth (1967) señalaron que la calidad del vínculo desarrollado entre el niño y cuidador principal era función de la calidad del cuidado y de las características mostradas en la interacción. La primera investigación que concretó las variables de interacción materno – filial relevantes en la formación del apego, fue el estudio pionero de Ainsworth (Ainsworth y Wittig, 1969 y Ainsworth et al., 1978) realizado en el marco del proyecto Baltimore. Teniendo en cuenta la importancia de la interacción con los cuidadores en el desarrollo neuronal, a continuación, nos centraremos en aquellas particularidades interactivas que derivan en un tipo de apego u otro y sus correlatos neuropsicofisiológicos.

El apego seguro

Un niño seguro posee un modelo mental de confianza básica en sí mismo y en los demás que le permite afrontar el mundo de un modo relajado y positivo. Este patrón se relaciona con una experiencia de interacción parental caracterizada por la sensibilidad, es decir, la capacidad de la madre (o cuidador principal) para percibir, interpretar y responder adecuada y puntualmente a las demandas del niño (Ainsworth et al., 1978). Con respecto a los correlatos comportamentales de la sensibilidad, las madres de los niños seguros, en comparación con las madres de los niños inseguros, se implican más con sus hijos, se muestran más atentas a sus señales, responden más apropiadamente a sus demandas, son más contingentes en su ritmo de interacción con el bebé y menos negativas en su expresión del afecto (Belsky, Rovine y Taylor, 1984; Cantero, 1996; Isabella, 1993; Isabella y Belsky, 1991). En concreto, Solomon y George (1999) concluyeron que un cuidado óptimo incluye: 1) prestar atención a las señales de malestar o necesidad de cuidado, 2) interpretar las señales del niño adecuadamente, 3) dar un feedback adecuado y 4) responder contingentemente a las señales de necesidad del niño. La experiencia afectiva, modela la maduración de las conexiones estructurales con áreas límbicas corticales y subcorticales que median las funciones socioafectivas. De esta forma, el vínculo seguro favorece el desarrollo de una mayor capacidad de afrontamiento y adaptación al entorno del niño y, el adulto posterior. Para entender la influencia que la experiencia de un cuidado sensible supone en la regulación afectiva posterior Schore (2003a) expone:

La participación parental en la regulación es crítica porque permite al niño pasar de estados afectivos negativos de protesta hiperarousal o desesperación hipoarousal a un reestablecimiento del estado de afecto positivo (...). El proceso regulatorio de la sincronía afectiva, que genera estados positivos de arousal, es el cimiento del apego y sus emociones asociadas, siendo la resistencia al estrés un indicador de la seguridad afectiva. (p. 275).

El apego es un recurso que permite manejar el estrés y utilizar estrategias de resolución del conflicto flexibles (Shaver y Mikulincer, 2002). En 1977, Sroufe y Watters redefinieron la teoría del apego en términos de regulación del afecto, estableciendo una relación entre apego seguro y capacidad de autorregulación y apego inseguro y dificultades en la regulación afectiva. Las investigaciones desde la neurociencia encuentran ahora un sustrato biológico para la regulación. Schore (1994) plantea que una persona con apego seguro ha desarrollado un nivel de arousal óptimo, con un balance en el sistema nervioso autónomo (SNA), entre el sistema simpático y el parasimpático, concluyendo que "las madres de los niños seguros mantienen su nivel de arousal dentro de un rango moderado lo suficientemente alto como para mantener las interacciones (...) pero no lo

demasiado como para causar estrés o evitación”. Destaca la importancia del correcto funcionamiento de estos sistemas que quedan regulados por la región orbitofrontal del cortex derecho, creando los patrones dominantes que afectarán al estilo de regulación afectiva posterior. Un apego seguro implica la capacidad de manejar los estresores ambientales de forma más eficaz que el resto de estilos inseguros. De ahí que los sujetos seguros muestren una mayor capacidad a la hora de dar y ofrecer cuidados en el contexto de las relaciones íntimas.

El apego ambivalente/preocupado

Un niño ambivalente es aquel caracterizado, principalmente, por sentimientos de ambivalencia e inseguridad respecto a sus figuras de apego. Las madres de niños resistentes/ambivalentes presentan una interacción caracterizada por una baja disponibilidad, indiferencia, baja implicación conductual (Ainsworth et al., 1978), infraestimulación, inaccesibilidad (Belsky et al., 1984, Isabella, 1993, Isabella y Belsky, 1991; Smith y Pederson, 1988) e inconsistencia concurrente (Isabella, 1993; Isabella y Belsky, 1991) y longitudinal (Cantero, 1996; Isabella, 1993). La actuación del cuidador está determinada por sus propios estados de ánimo y no por las manifestaciones emocionales y conductuales del bebé. El niño ambivalente, muestra un elevado arousal fruto del refuerzo intermitente de la atención del cuidador. En términos neurológicos, esta inconsistencia implica una hiperactivación del circuito simpático límbico. Schore (1994) concluye que los cuidadores de un niño con apego ambivalente, sí son capaces de generar estimulación en el niño (al contrario que los padres del niño alejado), pero no son sensibles a la hora de reducirla, interfiriendo en la capacidad del niño para autorregularse posteriormente. Esto implicaría, según el autor, un menor crecimiento de los axones que descienden del córtex orbitofrontal a puntos subcorticales, lo que conduce a una menor capacidad para estimular el sistema parasimpático (reductor del arousal) e inhibir el simpático. De este modo, los altos niveles de enfado y estrés simpáticos que manifiestan los niños ambivalentes, estarían reflejando una capacidad de regulación dañada, una influencia ineficaz del sistema inhibitorio frontolímbico en el SNA simpático. En estos casos, la patología asociada se relaciona con histrionismo, dificultades para regular niveles elevados de estrés y para la recuperarse de experiencias estresantes (Schore, 1994).

El apego huidizo alejado

Un niño huidizo es aquel que ha aprendido a ocultar y/o controlar sus emociones tanto positivas como negativas. Ainsworth et al., (1978) informaron que las madres de niños huidizos se caracterizaban por la falta de implicación emocional, por un rechazo del contacto corporal, por una disposición irritable y de reproche y por su intrusividad. Por otro lado, el control y la sobreestimulación han sido también asociadas al desarrollo de la evitación infantil (Belsky et al., 1984; Isabella y Belsky, 1991; Smith y Pederson, 1988). En un estudio de laboratorio, Grossman, Grossman y Schwan (1986), observaron cómo las madres de niños alejados se implicaban en el juego cuando éstos estaban alegres, pero no cuando expresaron un afecto negativo. Las madres de niños alejados, rechazan y devalúan las muestras de malestar de sus hijos (George y Solomon, 1999). Mayseless (1996) plantea que, a pesar de la consistencia en el comportamiento parental, el modelo mental del alejado se forma en un contexto interactivo donde sus necesidades de apego no son satisfechas; son padres que saben reforzar positiva y adecuadamente comportamientos relativos a la consecución de objetivos distintos a las necesidades afectivas y que cubrirían sus propias expectativas: logros académicos, habilidades, aspecto físico, expectativas de éxito futuro, etc., pero cuando el niño demanda apoyo o protección rehuyen o rechazan las manifestaciones de malestar. La consecuencia, a largo plazo, es la desactivación de las necesidades de apego. En este contexto, la persona aprende que la forma de satisfacer a sus padres y lograr cierto autocontrol y atención de los padres es mediante el éxito. Siegel (1999) argumenta, sobre la base de una serie de investigaciones, que las interacciones emocionales primarias modulan el autoconocimiento y la capacidad para integrar un estado de mente coherente con respecto al apego. De ahí que en la edad adulta, la persona con un estilo alejado, muestre dificultades para entender los estados mentales del niño (Fonagy, Redfern y Charman, 1997). La estrategia defensiva utilizada por este estilo, le conduce a generar estrategias de minimización para adaptarse a la situación y reducir su ansiedad. Siegel (1999) argumenta que los patrones de comunicación distantes hacen que el alejado organice su mente de forma que reduce el acceso a la memoria de la experiencia e información emocional. En este proceso, la visión del self queda reducida a dominios no emocionales, que son independientes de la influencia de las experiencias interpersonales. Siegel afirma que una organización de la mente que excluye la emoción y las relaciones interpersonales está caracterizada por la inflexibilidad, lo que unido a la importancia de las emociones, puede ser interpretado “como un daño en el funcionamiento saludable de la mente” (p. 100).

Desde el análisis realizado por Schore (1994), la incapacidad parental para actuar como agentes reguladores externos a lo largo del periodo infantil, genera en el niño huidizo una actividad predominantemente parasimpática, de conservación de la energía, de modo que disminuye su actividad y los intentos de cercanía con

el cuidador. De este modo, el niño logra una exclusión defensiva de aquella información capaz de activar su sistema de apego, evitando el malestar que le genera la falta de atención parental ante niveles elevados de estrés. La exclusión defensiva que se produce en el niño ante la frustración de sus conductas de apego tiene así su base neurológica en la inhibición de la actividad ventral tegmental del circuito límbico. Schore argumenta que la exclusión está mediada por la aversión del bebé a experiencias maternas disreguladas. Estos periodos se acompañan de activación del SNA parasimpático, que modula el periodo crítico de maduración final del circuito dual del córtex prefrontal, implicado en la atención o exclusión de determinados estímulos afectivos. Se genera así, un patrón vagotónico, parasimpático, inhibitorio, orbitofrontal (Schore, 1994). Considerando los aspectos biológicos señalados, las patologías asociadas con el estilo alejado, estarán relacionadas con un sobrecontrol y una regulación defensiva ante los conflictos interpersonales.

El apego desorganizado

En las investigaciones que han utilizado los criterios diagnósticos desarrollados por Main y Solomon (1986, 1990), se observa la asociación entre la interacción disfuncional extrema (p.e. maltrato infantil) y el patrón de apego desorganizado. Las madres de los niños desorganizados aparecen en el extremo de insensibilidad e incompetencia parental, se muestran negligentes en el cuidado y pueden haber sido objeto de abuso durante su infancia. El apego desorganizado aparece sobrerrepresentado en muestras de niños maltratados (Carlson, Cicchetti, Barnett y Braunwald, 1989) y en muestras de niños cuyas madres presentan trastornos emocionales graves (Lyons-Ruth, Connell, Grunebaum y Botein, 1990). Por otro lado, estudios realizados con familias sin patología ni desestructuración clínica, sugieren que traumas no resueltos por la pérdida de una figura de apego en la infancia se asocian con el desarrollo de conductas desorganizadas en los niños (Main y Hesse, 1990). Así, el apego desorganizado se caracteriza por una actuación parental estresante e incoherente para el niño, como son situaciones de maltrato infantil, abuso, negligencias o la presencia de patologías en los cuidadores. Estas dinámicas propician la generación de modelos mentales en conflicto puesto que la figura de apego es a la vez fuente de protección y de amenaza. Este tipo de actuación hace que los circuitos simpático y parasimpático estén hiperactivados y que se segreguen niveles tóxicos de hormonas adrenocorticoideas que dañan seriamente la habilidad para el procesamiento estímulos y la regulación del SNA (Schore 1994, 2000, 2003a y Siegel, 1999). Puesto que el trauma en la infancia se produce en el momento del desarrollo de estructuras límbicas reguladoras de la emoción, los niños que experimentan abuso o negligencia y poca interacción reparadora, tienen un riesgo elevado de desarrollar una desregulación agresiva en estadios posteriores de la vida. Las investigaciones han hallado actividad en los centro subcorticales

de lucha y un hiperarousal simpático, probablemente debido a un daño en el eje HPA (Schoore, 2003a). Con respecto a la desregulación de la agresividad que manifiestan estos sujetos, Siegel (2001), concluye que el daño producido en la región orbitofrontal (que capacita el procesamiento en un nivel superior y su integración con estructuras inferiores), hace que las interacciones amenazantes se procesen en las rutas inferiores, primitivas, dando lugar a reacciones emocionales excesivas (rabia, agresividad, violencia, etc.). Por otra parte, las experiencias traumáticas en la infancia, generan una excesiva proliferación de circuitos jerárquicos corticales y subcorticales que operan en la etiología de la vulnerabilidad a desordenes extremos posteriores de regulación del afecto. Los daños producidos en el SNA, el eje HPA y el sistema inmunológico explicarían la mayor tendencia a la enfermedad en estas personas (Felitti et al., 1998; citado en Siegel, 1999), el mayor índice de fracaso escolar por el daño producido en estructuras relacionadas con la memoria (Bremmer y Narayan, 1998; citado en Siegel 1999), así como una mayor propensión a mostrar conductas violentas (Siegel, 2001).

Las experiencias de apego disfuncionales alteran la respuesta neuroendocrina cerebral y predisponen al estrés, generando una mayor vulnerabilidad afectiva (Liu et al., 1997). El efecto negativo del trauma infantil está mediado por la liberación noradrenérgica de glucocorticoides como el cortisol (Siegel, 1999). Si bien esta liberación es adaptativa en situaciones de estrés agudo, el estrés crónico genera niveles anormalmente elevados de estas hormonas en el hipocampo, lo que puede provocar daño cerebral e incluso muerte neuronal en regiones del hipocampo. Así, cuando un niño se cría bajo condiciones de estrés psicosocial, el constante estado de estrés al que es sometido va a tener repercusiones en la rotura de sinapsis e incluso en la reducción del número de neuronas en el hipocampo (región cerebral implicada en la regulación emocional) (Nelson y Bloom, 1997). Spangler y Grossmann (1993) encontraron diferencias en lo que respecta a los niveles de cortisol segregados en la situación extraña, mostrando diferencias a favor de los apegos seguros a los 30 minutos del procedimiento. Otros investigadores han encontrado un nivel de cortisol superior en los niños con una desorganización afectiva lo que señala una mayor vulnerabilidad ante situaciones de estrés (Hertsgaard, Gunnar, Ericsson y Nachmis, 1995). En esta línea, los estudios realizados con niños institucionalizados, han encontrado serias anormalidades en varios aspectos del desarrollo (O'Connor y Ruttet, 2000; Rutter et al., 1999). En un estudio llevado a cabo con niños institucionalizados en un orfanato de Rumanía, Carlson y Earls (1997) encontraron desequilibrios en el eje HPA, así como elevados niveles de cortisol, encontrando índices de desarrollo mental y motor muy por debajo de la media del grupo control.

Vemos, pues, como el cuidador principal actúa como un organizador externo del niño ante las situaciones de estrés. Cuando la figura materna es capaz de hacer que él bebe recobre la seguridad y cumple su función reguladora, los niveles de cortisol en sangre disminuyen, produciéndose un reequilibrio hormonal. El bebé, fruto de este tipo de interacción sensible desarrollará sistemas de regulación del estrés internos y, como resultado, el cortex prefrontal desarrollará mayor cantidad de receptores glucocorticoides que permitirán modular la respuesta al estrés (Schoore, 1996). Por el contrario, si el cuidador no logra regular la emoción como ocurre en la inseguridad afectiva, el menor número de receptores generados puede implicar una menor capacidad de reabsorción y, por tanto, niveles de cortisol circundante elevados en respuesta al estrés.

En resumen, los antecedentes interactivos responsables de la arquitectura cerebral de regiones que controlan la regulación afectiva en la infancia, determinarán el modo de enfrentarse a situaciones de malestar en la edad adulta, reforzando, a su vez, su estilo de funcionamiento emocional. La estructura neuronal predispone la respuesta de sistemas orgánicos regulatorios: eje HPA/sistema CRF (factor liberador de la corticotrofina), hiperactivación del SN, afectación en la neurogénesis del hipocampo y su neurotoxicidad. Los sucesos vitales o cualquier situación que requiera regulación emocional será, en el caso de apegos inseguros, una situación de vulnerabilidad que generará reacciones fisiológicas desreguladas: aumento del nivel de glucocorticoides durante un tiempo excesivamente elevado con la consiguiente depresión del sistema inmunitario, aumento de neurotransmisores que a su vez desregulan en sistema CRF, alteraciones del sistema nervioso y serotoninérgico, etc. que aumentan la probabilidad de estados depresivos o de ansiedad. Por el contrario, la mayor capacidad adaptativa del seguro le permitirá mostrar una mayor eficacia en el manejo de los aspectos emocionales, tanto positivos como negativos, lo que incidirá positivamente en sus relaciones afectivas en general y de pareja, ya en la edad adulta. (CAVERO, 2008)

Referencias

<https://www.redalyc.org/pdf/805/80538304.pdf>

<https://scielo.conicyt.cl/pdf/rcp/v85n3/art01.pdf>

<http://www.scielo.org.co/pdf/rtps/v38n3/v38n3a04.pdf>

[https://www.tesisred.net/bitstream/handle/10803/9262/Primera parte MARCO TEORICO.pdf?sequence=6&isAllowed=y](https://www.tesisred.net/bitstream/handle/10803/9262/Primera%20parte%20MARCO%20TEORICO.pdf?sequence=6&isAllowed=y)

https://psicociencias.org/pdf_noticias/Apego_Adulto.pdf

<https://repositorio.unican.es/xmlui/bitstream/handle/10902/865/BecerrilRodriguezE.pdf>

f

<https://www.redalyc.org/pdf/3440/344030766005.pdf>

<https://psicopedia.org/5874/apego-y-relacion-de-pareja/>

http://www.paidopsiquiatria.cat/files/Bowlby_Vinculo_Apego_Perdida.pdf

http://www.paidopsiquiatria.cat/files/Bowlby_Vinculo_Apego_Perdida.pdf

https://sifp.psico.edu.uy/sites/default/files/Trabajos%20finales/%20Archivos/tfg_camila_agresta.pdf

<https://repositorio.comillas.edu/xmlui/bitstream/handle/11531/13378/TFM000428.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

<https://www.iaveriana.edu.co/biblos/tesis/psicologia/tesis115.pdf>

<http://bibliotecadigital.academia.cl/bitstream/handle/123456789/1212/ttraso%20408.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

https://psicociencias.org/pdf_noticias/Apego_Adulto.pdf

<https://repositorio.unican.es/xmlui/bitstream/handle/10902/3007/MinguezMartinezL.pdf?sequence=1>

(Alvarez, 2011)

(Tamayo, 2003)

(Iusmenia, 2006)

(Alvarez, 2011)

(Hidalgo, 2018)

(CAVERO, 2008)