



DESARROLLO SOCIOAFECTIVO Y VINCULO

TEORÍA DEL APEGO DE JOHN BOWLBY

TEORÍA DEL APEGO DE JOHN BOWLBY



Para introducirnos en la teoría de este importante autor, es necesario mencionar a una autora que ayudó y aportó bastante a su trabajo. Según Duran (2023), en su publicación, sostiene que, Mary Ainsworth (1913-1999), psicóloga y colaboradora de John Bowlby, amplió la **teoría del apego** a través de su investigación empírica, aportando una comprensión más profunda y detallada sobre las formas en que los niños desarrollan vínculos emocionales con sus cuidadores. Ainsworth es especialmente reconocida por el desarrollo del experimento de la “**situación extraña**”, que permitió clasificar los patrones de apego infantil, en estilos específicos, proporcionando una base científica para comprender cómo las experiencias tempranas, influyen en las relaciones posteriores en la vida.

El experimento de la situación extraña, diseñado por Ainsworth, es un procedimiento estructurado para observar cómo un niño responde a la separación y el reencuentro con su cuidador, en un entorno controlado. Este experimento se llevó a cabo con niños de entre 12 y 18 meses y consta de ocho episodios de aproximadamente tres minutos cada uno, que incluyen momentos en los que el niño se encuentra solo con su cuidador, con un extraño y completamente solo. A través de este procedimiento, Ainsworth identificó tres estilos principales de apego, que posteriormente se ampliaron a un cuarto tipo: apego seguro, apego ansioso-ambivalente, apego evitativo y apego desorganizado.



En esta temática, no profundizaremos en estos estilos, debido a que lo haremos más adelante cuando hablemos del autor John Bowlby; sin embargo, sí es de destacar que, Ainsworth le dio relevancia a la **sensibilidad del cuidador**, pues sustenta que es un factor clave para el desarrollo del apego seguro. Esto implica que el cuidador debe responder, de manera rápida, consistente y adecuada, a las señales del niño. La sensibilidad fomenta un entorno de confianza y seguridad emocional, para el menor (Duran, 2023).

Ainsworth también señaló que, los niños con un apego seguro, utilizan a su figura de apego como una base segura, desde la cual exploran el mundo. Esta exploración se da únicamente cuando el niño percibe que el cuidador está disponible y es accesible, en caso de necesidad. Esto refuerza la idea que el apego no es un estado pasivo, sino una dinámica que fomenta el aprendizaje y la autonomía (Ainsworth & Bell, 1970).

Mary Ainsworth amplió y consolidó la teoría del apego, a través de su investigación empírica, demostrando que las interacciones tempranas entre los niños y sus cuidadores son esenciales para el desarrollo emocional y social. Su énfasis en la sensibilidad del cuidador y la identificación de patrones de apego, no solo transformaron la psicología del desarrollo, sino que también ofrecieron herramientas prácticas para mejorar el bienestar de los niños y sus relaciones futuras. Como concluyó Ainsworth, “La calidad del apego en la infancia, establece las bases para la capacidad de amar y confiar en la adultez” (Ainsworth & Bell, 1970).