



DESARROLLO SOCIOAFECTIVO Y VINCULO

TEORÍA DEL APEGO

TEORÍA DEL APEGO

Veamos un poco la historia de la teoría del apego; Lafuente y Cantero (2016), nos cuentan que, a mediados del siglo XX, investigadores como Ainsworth, Bowlby, Robertson y Spitz, comenzaron a estudiar los efectos de la separación materna en niños pequeños. Observaron que estos niños, al ser separados de sus madres y cuidadoras en instituciones, experimentaron diversos trastornos emocionales y de comportamiento.



Según Lafuente y Cantero (2016), los estudios demostraron que la relación con la madre es fundamental para el desarrollo emocional y social del niño, que la separación prolongada de la madre puede causar graves consecuencias en el desarrollo del pequeño, como dificultades para establecer relaciones interpersonales, apatía y retraso en el desarrollo, y que los niños necesitan una figura de apego estable y sensible para desarrollar un sentido de seguridad y confianza.

La teoría del apego busca explicar por qué los seres humanos establecemos vínculos emocionales fuertes y duraderos, especialmente con nuestras madres. Esta teoría, con raíces en el psicoanálisis, sostiene que estos vínculos son fundamentales para nuestro desarrollo emocional y social, y que las dificultades en estas relaciones, pueden tener consecuencias a largo plazo.

Así mismo, según Lafuente y Cantero (2016), la teoría del apego tiene una fuerte conexión con el psicoanálisis, especialmente con la escuela británica de relaciones objetales. Autores como Fairbairn y Winnicott, influyeron en Bowlby, quien, a su vez, aportó una nueva perspectiva al psicoanálisis, al centrarse en la observación directa de las interacciones entre bebés y cuidadores, en lugar de basarse únicamente en interpretaciones teóricas. Aunque la teoría del apego comparte muchas similitudes con el psicoanálisis, también presenta algunas diferencias importantes.



Ronald Fairbairn (1952), por su parte, planteó que el apego no se basa únicamente en la satisfacción de necesidades físicas (como el hambre), sino en la necesidad emocional de conexión con los cuidadores. En su teoría de las relaciones objetales, introdujo varias ideas fundamentales, como el **yo relacional**; Fairbairn argumentó que los seres humanos buscan relaciones desde el nacimiento y que estas son esenciales para el desarrollo del yo. Según él, los vínculos tempranos son fundamentales para formar la identidad y la capacidad de relacionarse con otros.

Como afirma Fairbairn: “El desarrollo emocional está intrínsecamente relacionado con las experiencias tempranas de amor y cuidado, y cualquier ruptura en estas relaciones, puede dejar marcas profundas” (Fairbairn, 1952). Otra idea es la **internalización de los objetos**, esto quiere decir que, si el cuidador es inconsistente o negligente, el niño tiende a internalizar estas experiencias negativas, lo que puede llevar a una fragmentación de su mundo interno. Esto tiene consecuencias a largo plazo, porque las experiencias tempranas se convierten en modelos para las relaciones futuras.

Continuando con las ideas de este autor, está la llamada **dependencia emocional**; Fairbairn destacó que los niños tienden a aferrarse incluso a figuras parentales negligentes o abusivas, debido a su necesidad innata de apego. Este vínculo emocional puede tener consecuencias negativas si no se resuelve de manera saludable en la adultez.

En este mismo sentido el autor Donald Winnicott (1965), también en el marco del psicoanálisis, aportó una visión centrada en el papel del cuidador en el desarrollo emocional del niño. Sus conceptos se enfocan en cómo el ambiente creado por el cuidador, facilita o dificulta el apego y la formación de un sentido estable del yo. Winnicott introdujo la idea que un cuidador no necesita ser perfecto, pero sí “suficientemente bueno” para satisfacer las necesidades emocionales básicas del niño. Esto incluye responder con sensibilidad a las señales del bebé, proporcionando seguridad y contención emocional.

Según Winnicott (1965), “El apego seguro se desarrolla cuando el ambiente sostiene al niño en los momentos de dependencia inicial, permitiendo gradualmente la autonomía”.



Identificó la importancia de los objetos transicionales (como un peluche o una manta), que ayudan al niño a manejar la ansiedad de separación y a desarrollar una sensación de autonomía. Este concepto se relaciona con el apego, puesto que estos objetos representan un puente entre la presencia física del cuidador y la capacidad del niño para enfrentar el mundo de manera independiente (Phillips, 1988).

Finalmente, el autor expresa que, cuando los cuidadores no responden adecuadamente a las necesidades del niño, este puede desarrollar un “falso self” para adaptarse a las expectativas externas, suprimiendo su verdadero yo. Esto puede dificultar la capacidad de establecer relaciones auténticas en la adultez (Winnicott, 1965).

Para cerrar, es importante destacar que la comprensión de los vínculos afectivos y del apego no solo nos ayuda a entender mejor nuestras relaciones personales, sino que también nos proporciona herramientas valiosas para fomentar un desarrollo emocional saludable. La teoría del apego, con sus raíces en el psicoanálisis y sus contribuciones de autores como Ainsworth, Bowlby, Fairbairn y Winnicott, nos muestra cómo las experiencias tempranas de amor y cuidado, son fundamentales para la formación de nuestra identidad y nuestra capacidad de relacionarnos con los demás.

Al explorar las tipologías de los vínculos afectivos, podemos apreciar la diversidad y complejidad de nuestras conexiones emocionales, y cómo estas influyen en nuestro bienestar a lo largo de la vida. En última instancia, tanto el apego como los vínculos afectivos, son esenciales para nuestro desarrollo emocional y social, y su estudio nos permite construir relaciones más saludables y significativas.