

# UNO

## DEFINICIÓN DEL APEGO RECÍPROCO ADULTO

En *The Ghost in the Machine* (1967), el tercer libro de la trilogía sobre la naturaleza de la innovación creativa, Arthur Koestler describió el reduccionismo, construido a partir de un concepto mecánico de la vida del ser humano y su psicología, que floreció en la primera mitad de nuestro siglo. Como punto de partida de la discusión del desarrollo de la teoría del apego, proponemos también que la concepción tradicional del psicoanálisis sobre los vínculos del niño con su madre se basa en un reduccionismo simplista de los siguientes «pilares de la insensatez»:

1. El niño pequeño vive en un estado de narcicismo primario (o como Margaret Mahler [Mahler, Pine, & Bergman, 1975] lo llamó después, un estado de autismo infantil) en el que el niño se siente autosuficiente y por consiguiente no tiene necesidad de relaciones personales con nadie.

2. El objeto, en el mundo infantil, no es realmente una persona sino un instrumento que aporta gratificación.

3. Este objeto, más adelante, se convierte para el niño en una persona, mediante interacciones condicionadas por su alimentación.

Tal y como indica Sroufe (1986) existe una explicación por la cual toda la trilogía del apego de Bowlby (1969/1982, 1973, 1980) es una crítica constructiva a la idea de que la relación es secundaria frente a la satisfacción de pulsiones básicas como la oralidad. En el Volumen 1, Bowlby (1969/1982) nos descubre la primacía del apego, no solo en el ser humano sino en cualquier animal indefenso recién nacido. Al tratar de definir la universalidad del comportamiento del apego,

ofrece una amplia gama de ilustraciones de las organizaciones comportamentales en especies subhumanas. Al final del Volumen 1, el lector no duda que la teoría de Bowlby se fundamenta en la Etiología. Pero no hay que olvidar que Bowlby está fundamentalmente interesado en la naturaleza instintiva de los comportamientos que originan y mantienen el apego. El Volumen 1 se dedica a los comportamientos instintivos de apego en la infancia, lo que podría tener poca relevancia en la vida posterior. Sin embargo, el interés de Bowlby se centra en los sistemas que controlan la expresión de estos comportamientos.

### SISTEMAS DE CONTROL COMPORTAMENTAL

La tesis básica de la teoría del apego establece que el apego en los seres humanos, y en muchas otras especies, es un tipo concreto de sistema de control biológico teledirigido, realmente un sistema de control comportamental. Un sistema de control del comportamiento organiza y dirige comportamientos o actividades cuyo fin es alcanzar unos objetivos específicos, que tienen un valor de supervivencia en el «ámbito de la adaptación evolutiva» (Stevenson-Hinde & Hinde, 1990, p. 65). Dentro de cualquier especie los animales con mejores sistemas de control tienen mayores posibilidades de sobrevivir a la edad reproductiva. Por lo tanto, los sistemas de control al final se extienden a toda la especie.

El objetivo prefijado de un sistema de control comportamental se define como:

un acontecimiento limitado en el tiempo o una condición que se ocasiona por las actuaciones de los sistemas comportamentales que se estructuran para tener en cuenta las discrepancias entre las órdenes y los logros... Un objetivo no constituye un objeto en el entorno sino un motor específico para alcanzar los objetivos... o la *consecución de una relación específica* [con] algún objeto que forma parte o que es un componente del entorno. (Bowlby, 1969/1982, p. 69).

La capacidad de tener en cuenta las discrepancias entre un objetivo prefijado y las condiciones presentes, y para modificar las respuestas adecuadamente, son componentes importantes de los sistemas de

control; es decir, que un sistema de control siempre incluye mecanismos de *feedback* o retroalimentación. La operación de un sistema hace referencia a la corrección con respecto a un objetivo. Este tipo de sistema se diferencia de un sistema de acción fijo, que puede orientarse hacia una meta, pero que no está sujeto a la regulación de su expresión por medio de mecanismos de *feedback* (Hinde, 1975). Como podemos ver, el objetivo prefijado del apego en tanto que sistema comportamental se define en términos de una *relación específica* con respecto a un otro particular.

El concepto de objetivo prefijado es importante para comprender la diferencia crucial entre *causa* y *función* en el contexto de los sistemas de control. El término «causa» hace referencia a los estímulos que activan los sistemas de control; la palabra «función» hace referencia al propósito de la activación. Por lo tanto, por ejemplo, un rápido descenso de la temperatura ambiente puede causar escalofríos; la *función* del escalofrío es aumentar la temperatura corporal. En concreto, la función de un sistema de control comportamental determina la contribución del sistema a la probabilidad de supervivencia. La expresión de los comportamientos son el medio para conseguir el sistema del conjunto de objetivos. El objetivo prefijado es el medio para conseguir que se logre la función del sistema.

Los sistemas de control, como otras habilidades del organismo, están sujetos a cambios evolutivos y de elaboración (Bowlby, 1969/1982). Las condiciones para activarlos, terminarlos, y suprimirlos; la naturaleza del *feedback*; y los comportamientos asociados se modifican a medida que se desarrolla el organismo. Además, normalmente la integración de los sistemas comportamentales se hace más elaborada con el desarrollo. En los primeros días de vida, los sistemas comportamentales son habitualmente competitivos, con un solo sistema predominante. La organización relacional más sencilla constituye un engranaje en el que la consecución de los objetivos de un sistema se utiliza como señal activadora que pone en marcha otro sistema. Si una señal de activación es compartida, los objetivos prefijados de los sistemas pueden integrarse.

La organización más compleja es una estructura jerárquica, de forma que cada uno de los componentes es un sistema com-

portamental con derecho propio, que consta de muchos niveles en un sistema global. Koestler (1967) denomina estos componentes «holones» y especifica que el sistema global permanece estable mientras las tendencias «interactivas» y «autoasertivas» de los holones componentes mantengan un equilibrio dinámico.

Es posible una elaboración final; pero esta elaboración alcanza su expresión completa tan solo en el ser humano. Esta es la modificación y el control de los propios sistemas de control mediante procesos más elevados de conciencia y cognición. Bowlby (1969/1982, p. 80) se refiere a la construcción de «modelos de trabajo» basados en experiencias reales pero que se utilizan para extrapolar estas experiencias a situaciones nuevas. Bowlby afirma que, para ser eficaces, los modelos de trabajo deben ser interiormente consistentes, deben incluir abstracciones realistas del entorno y de sí mismo (es decir, el conocimiento consciente de las habilidades propias, limitaciones y potenciales), deben ser permeables (a saber, sujetos a revisión a partir de la nueva información), y deben, al menos en algún momento, ser analizados de forma consciente.

En resumen, un sistema de control comportamental que funcione adecuadamente responde a causas de activación sujetas a un patrón variable de comportamientos de forma que alcanza un conjunto de objetivos prefijados y que está sujeto a rectificaciones mediante feedback. El objetivo prefijado ofrece ventajas desde el punto de vista de la evolución. Las señales o causas de activación, la consecución, y la supresión del sistema de control son a menudo complejas y multideterminadas. El sistema de control está sujeto a la elaboración evolutiva, con conexiones cada vez más complicadas entre los sistemas y mediante modificaciones en los procesos mentales superiores.

## **APEGO COMO SISTEMA DE CONTROL COMPORTAMENTAL EN LA INFANCIA**

Ahora que los componentes clave de los sistemas de control han sido explicados, podemos ofrecer una clara descripción del sistema comportamental del apego en la infancia. En la Tabla 1.1. podemos

ver los componentes clave, aplicados al sistema comportamental de apego en la infancia (es decir, desde la infancia temprana hasta los 24-30 meses).

**Tabla 1.1.- Apego durante la infancia**

Origen:	Sistema de control comportamental
Función:	Seguridad (protección frente al peligro)
Objetivo prefijado:	Proximidad a un cuidador específico
Tipo de relación:	Complementaria
Información del feedback:	Respuesta del cuidador
Integración en otros sistemas:	Limitada-el apego sobrepasa en importancia a los otros sistemas
Modificación por procesos superiores:	Mínima
Causas de activación:	Distancia con respecto al cuidador principal Condición del niño Comportamiento del cuidador principal Presiones del entorno (aparición de estresores)
Causas de finalización:	Varían según la intensidad de la activación: Elevada: contacto físico con el cuidador Moderada: visualización o sonido que proviene del cuidador Baja: proximidad a un sustituto
Causas de supresión:	Escasas
Comportamientos asociados:	Comportamientos de aproximación, p. ej.: Aproximación Acercamiento estrecho (engancharse) Seguimiento Conductas señales, p. ej.: Llanto Balbuceo Llamada

El sistema comportamental de apego es un sistema de control cuya función es proteger del peligro al animal indefenso recién nacido, concretamente, del peligro de la depredación. Más en general, la función del sistema comportamental de apego consiste en afianzar la seguridad y la protección (sentirse seguro y a salvo), y así au-

*mentar las posibilidades de supervivencia.* Esta seguridad se consigue gracias a la proximidad del cuidador principal, que es el objetivo prefijado del sistema comportamental del apego. La principal información que modifica las respuestas comportamentales de la activación (es decir, la información de feedback primaria) es sencillamente la respuesta del cuidador. El apego en la infancia no está realmente integrado en otros sistemas comportamentales; sino que predomina sobre ellos: la activación del sistema comportamental de apego es jerárquicamente superior a cualquier otro sistema comportamental (Weiss, 1982). Ya que el niño tiene sus habilidades cognitivas limitadas, la modificación del sistema de apego mediante procesos jerárquicamente superiores es mínima. Exponemos en la Tabla 1.1. las causas principales de activación y consecución, y los comportamientos de apego primarios.

Debemos insistir en que, en la infancia, el apego es un sistema de control comportamental muy simple pero muy poderoso.

La relación entre el niño y el cuidador se describe como complementaria (Hinde, 1976); es decir, cada uno de los implicados exhibe comportamientos diferentes en sus relaciones con el otro, y aunque estos comportamientos no son iguales están estrechamente enlazados. Los comportamientos del bebé buscan cuidador de forma consistente; el comportamiento de los padres ofrece este cuidado también en forma consistente. Bowlby (1969/1982) ha descrito este proceso como la intermediación de dos sistemas de control diferentes: el sistema de control del apego del bebé y el sistema de control de ofrecimiento de cuidado de los padres.

### **Sistema de Control versus Vínculo Afectivo**

Muchas de las definiciones del apego hacen mención o implican que todos los apegos son vínculos afectivos. Para (Bowlby (1977, p. 201), el apego es «la tendencia del ser humano a crear vínculos afectivos fuertes con algunos otros particulares». Para Ainsworth et al. (1978, p. 302), el apego es definido como «el vínculo o el lazo afectivo que crea el bebé entre él y su madre -un vínculo que tiende a ser permanente e independiente de situaciones específicas». En cuanto al adulto, Ainsworth (1989, p. 711) afirma que «un apego es

un vínculo afectivo, y por lo tanto una figura de apego nunca se puede sustituir o reemplazar por otra». La idea de apego como vínculo afectivo no ha modificado tanto como ha complementado la idea de apego como sistema de control comportamental. (Sroufe and Waters (1977, p. 1185), por ejemplo, especifican que hasta donde sabemos hoy, «el modelo de sistema de control» de Bowlby «exige una elaboración que haga posible un constructo evolutivo viable». Por esta razón, insisten en que el objetivo del apego es la «sensación de seguridad» y conciben el apego como un vínculo afectivo en lugar de como un sistema de control.

Desde entonces, el concepto de sensación de seguridad, entendido como el objetivo prefijado del apego en los períodos de desarrollo más allá de la infancia, ha ganado amplia aceptación. Por ejemplo, en un libro de lecturas recientemente editado *Attachment in the Preeschool Years* (Greenberg, Cicchetti, & Cummings, 1990) encontramos un capítulo titulado «Clasificación del Apego como Continuidad de la Sensación de Seguridad».

Partiendo de la idea de Sroufe and Waters, Ainsworth (1990) argumenta que la proximidad a la figura de apego *permite* que el sujeto se sienta seguro. En la misma línea, Main (1990) distingue dos «estrategias comportamentales condicionales» distintas, la estrategia principal y la secundaria. El sistema primario es sensible al contexto ya que monitoriza de forma continua el grado de proximidad a la figura de apego.

Hay que distinguir cuidadosamente entre función y el objetivo prefijado. La función responde a la pregunta «por qué», el objetivo prefijado responde a la pregunta «cómo». Como ya hemos visto, la función del sistema comportamental se define como la contribución que el sistema aporta a la supervivencia. La función del apego es la protección frente al peligro (John Bowlby, comunicación personal, 11 de Julio de 1986). El objetivo prefijado de un sistema es el medio que el organismo puede utilizar para conseguir su función. El objetivo prefijado de un sistema de apego se consigue por su proximidad a la figura de apego. Y si uno piensa en el mantenimiento de la proximidad de una figura de apego a medida que evolucionamos con la edad como un proceso representacional interno, entonces uno puede, como sugerimos más adelante, mantenerla como el objetivo prefijado del apego en la edad adulta.

## Investigación Empírica

El apego infantil ha sido objeto de intensas investigaciones durante al menos cuatro décadas (Watkins, 1987). Consecuentemente, los objetivos de la investigación han evolucionado considerablemente. A grosso modo, la investigación infantil del apego puede clasificarse según cuatro objetivos:

1. Identificación de los comportamientos relacionados con la activación del sistema comportamental del apego (p. ej., Ainsworth & Wittig, 1969; Bowlby, 1969/1982; Main, 1977).

2. Organización de los comportamientos según los patrones discretos que reflejan cualitativamente las distintas relaciones con el cuidador (p. ej., Ainsworth et al., 1987; Main & Solomon, 1986; Waters & Deane, 1985).

3. Investigación de la continuidad de estos patrones durante los primeros años de la niñez (p. ej., Feldman & Ingham, 1975; Lamb, 1985; Main, Kaplan, & Cassidy, 1985; Greenberg, Cicchetti, & Cummings, 1990).

4. Correlación de los patrones de apego con índices de adaptación y bienestar psicológico (p. ej., Cohn, 1990; Matas, Arend, & Sroufe, 1978; Erickson, Sroufe, & Egeland, 1986; Lewis, Feiring, McGufford, & Jaskir, 1984; Fargot & Kavanagh, 1990).

Estos objetivos pueden plantearse como un sistema jerárquico, en el que cada uno de ellos se construye sobre los otros y abarca objetivos anteriores. El sistema se basa en el objetivo primario, la identificación de los comportamientos de apego. Todos los argumentos sobre organización diferencial, desarrollo, y efectos de relaciones de apego cualitativamente diferentes son inferencias a partir de la observación y la clasificación de los comportamientos de apego.

La estrategia más eficaz y más utilizada para identificar los comportamientos de apego es el Strange Situation Protocol desarrollado por Mary Ainsworth (Ainsworth et al., 1978).

El comportamiento infantil en esta interacción estructurada es el dato utilizado para definir los cuatro patrones generales de las relaciones de apego: seguridad, evitativo, ambivalencia, y desorganización (Ainsworth et al., 1978; Main & Solomon, 1986).

Lo esencial consiste en que la evaluación del apego infantil se basa exclusivamente en los comportamientos, y debido al predominio del sistema de apego conductual en la infancia, las conductas se activan mediante un estresor realmente leve (breve separación del cuidador en un entorno seguro). Casi todos los trabajos empíricos y teóricos sobre el apego infantil se basan en la metodología de Ainsworth.

## EL SISTEMA DE APEGO EN LA EDAD ADULTA

Debido en parte a la gran popularidad de la frase «Le tengo mucho apego a mi...», muchos autores están dispuestos a asumir que el apego persiste a lo largo de la vida como un tipo especial de vínculo afectivo. Rutter (1981, p. 274) dice, «Esta claro que los apegos profundos y los vínculos de amor representan un componente importante en la vida adulta». El subtítulo de un artículo de Henderson citado con frecuencia (1977) es «La Función del Apego en la Vida Adulta». Pero para extrapolar el apego e ir más allá de su uso común y pasar de la infancia y la niñez a la vida adulta hay muchos problemas. Si el apego como vínculo afectivo tiene que tener un papel significativo en la diferenciación de las relaciones sociales adultas, entonces la definición de las relaciones de apego adultas debería cumplir tres prerequisites:

1. Teóricamente debería ser coherente con la definición del apego de la niñez y la infancia.
2. Debería precisar cómo el apego adulto difiere del apego de la niñez y la infancia.
3. Debería diferenciar el apego de otras relaciones sociales.

La teoría de la organización del apego de Bowlby (1977) en «The Making and Breaking of Affectional Bonds» incluye importantes afirmaciones relativas a cada prerequisite. Bowlby afirma que, «Aunque es especialmente evidente durante los primeros años de vida, el comportamiento de apego caracteriza al ser humano de la cuna a la tumba... No hay nada intrínsecamente infantil o patológico a este respecto» (pp. 129, 131). Bowlby también pone de manifiesto la diferenciación del apego en la infancia y en la edad adulta: mientras

los patrones iniciales de apego en la niñez y en la infancia se desarrollan como una respuesta directa y como el resultado de la acción del cuidador (o ausencia de esta acción), los patrones de apego adulto provienen esencialmente de los modelos de trabajo de la figura de apego y de sí mismo, construidos por las experiencias de la infancia y que repercuten significativamente en la capacidad del adulto a la hora de formar nuevas relaciones de apego. Finalmente, Bowlby hace referencia a «... una gran cantidad de evidencias que confirman que la actividad preparatoria es por derecho propio de gran importancia» (p. 133). Más adelante sugiere que es «antitético» en lo que concierne al comportamiento de apego ya que la actividad exploratoria aleja al sujeto de su base segura con respecto a la figura de apego. Según Bowlby, «En sujetos sanos, los dos tipos de comportamiento suelen alternarse» (p. 133). La teoría del apego de Bowlby, por lo tanto, apoya los prerrequisitos identificados para definir el apego en los adultos.

En un convincente artículo, Robert Weiss (1982) plantea también estos conceptos. Weiss describe primero los tres criterios fundamentales que definen las relaciones de apego en la infancia (p. 172):

1. Búsqueda de proximidad: «El niño trata de permanecer dentro del marco protector de la figura de apego».
2. Base de seguridad: «Ante la presencia de una figura de apego, mientras no se sienta amenazado, el niño manifestará su comodidad y su seguridad».
3. Protesta por la separación: «Las amenazas de no poder acceder de forma continua a la figura de apego o una separación real... producirán protestas e intentos de protegerse contra la pérdida de la presencia de la figura de apego o por recuperarla».

Por todo ello, basándose en las evidencias de estudios contrastados, Weiss afirma que las relaciones «que cumplen los tres criterios de apego deben producirse con regularidad» en la edad adulta (1982, p. 172).

### **Diferencias Infancia-Edad Adulta**

Weiss (1982) establece tres características que diferencian el apego de los adultos del de los niños (p. 173):

1. En los adultos, las relaciones de apego se producen generalmente entre iguales, y no entre el que recibe los cuidados (el niño) y el cuidador (los padres).
2. El apego en la edad adulta no es tan seguro que <sup>(NO)</sup> predomina sobre «otros sistemas relacionales» como sucede con el apego en la infancia.
3. El apego en la edad adulta incluye a menudo una relación sexual.

Estresores leves no evocan los comportamientos de apego en la edad adulta ya que el sujeto puede confiar en la disponibilidad de la figura de apego a pesar de una ausencia de proximidad física (Hinde & Stevenson-Hinde, 1976); es más, el adulto cuenta con unas estrategias interiorizadas (cognitivas) así como exteriorizadas (comportamentales) para responder a la activación del sistema de apego (Blass & Blatt, 1990; Barito, Brecci, & Keith, 1990; Main et al., 1985). Como dijo Guntrip (1974, p. 830), en otro contexto, en tanto que adultos «vivimos en dos mundos a la vez, el mundo mental interior y el mundo material exterior, y los confundimos constantemente». El adulto depende en gran parte de la representación interior que hace de su relación con la figura de apego, una representación producida por un «modelo de trabajo» primario (Bowlby, 1969/1982), y que se construye y se desarrolla a lo largo de los años con experiencias de apego sucesivas y variadas. Aunque Bowlby prefiere la expresión «modelo de trabajo» para enfatizar la naturaleza dinámica de la construcción, muchos autores utilizan las expresiones «modelo de trabajo» y «modelo representacional» de la misma forma, o prefieren la expresión «modelo representacional» (Hamilton, 1985; Main et al., 1985; Bretherton, 1985). La expresión «modelo de trabajo» es la que utilizaremos con más frecuencia en este libro.

Aunque el modelo de trabajo representa, sin duda alguna, un proceso fundamental que modifica la expresión del sistema comportamental de apego, no es fácil clasificarlo simplemente como uno de los componentes del sistema. Es más bien el mecanismo que interviene en el desarrollo de la mayoría de los componentes del apego. La comprensión interior de las relaciones de cada uno con sí mismo y la figura de apego influye en la activación, la consecución, y la supresión del sistema de apego; sustituye, en muchos

casos, el papel de comportamientos concretos; le proporciona retroalimentación al sistema, e influye en la sensibilidad del sistema ante la retroalimentación de otros. Resumimos las características del modelo de trabajo adulto en la Tabla 1.2.

El modelo de trabajo no sustituye completamente los comportamientos de apego. Especialmente en situaciones de graves crisis vitales, los comportamientos de apego son a menudo evidentes y predominantes en los adultos (p. ej., llanto, confusión, desasosiego ante la soledad, falta de respuesta ante los acontecimientos exteriores). Bowlby (1969/1982, p. 208) insiste en considerar este tipo de comportamiento «regresivo, ya que sin duda pierde de vista el rol vital que [el apego] juega en la vida del hombre».

**Tabla 1.2.- Apego durante la Edad Adulta**

Origen:	Sistema de control comportamental + sistema de respuesta aprendida
Función:	Seguridad (protección frente al peligro)
Objetivo prefijado:	Proximidad a un compañero (par) concreto
Tipo de relación:	Recíproca
Información de feedback:	Modelo de trabajo Respuesta del compañero
Integración con otros sistemas:	«Holon» dentro de un sistema de vínculo de pares
Modificación por procesos superiores:	El modelo de trabajo es el origen de las modificaciones generalizadas
Causas de la activación:	Modelo de trabajo No disponibilidad prolongada del compañero Comportamiento del compañero Crisis vitales
Causas de finalización:	Modelo de trabajo Grado de respuesta del compañero Regreso a un entorno homeostático
Causas de supresión:	Modelo de trabajo Respuestas aprendidas Comportamiento del compañero
Comportamientos asociados:	Control cognitivo Utilización del modelo de trabajo Comportamientos de acercamiento Comportamientos señalizadores

### Diferenciación

Weiss (1982) diferencia el apego de otras relaciones en los adultos. Esta diferenciación se basa fundamentalmente en los efectos que provoca la ausencia de otros tipos de vínculo. Ante la ausencia de un vínculo de apego, Weiss analiza la persistente «soledad» experimentada por los sujetos que no resulta mitigada por la participación en un grupo de amigos. Por contraste, los sujetos «sin acceso a una comunidad» experimentan una angustia asociada con este aislamiento. Según las propias palabras de Weiss: «Sus carencias pueden ser caracterizadas como «afiliación»-es decir, asociaciones en las que los intereses compartidos y las circunstancias similares ofrecen una base para la lealtad mutua y un sentido de comunidad» (p. 174). Esta «afiliación» sin duda debe ser coherente tanto con los «aportes psicosociales» (Caplan, 1974) proporcionados por la estructura social como con el sistema comportamental exploratorio que Bowlby caracteriza de «antitético» frente al sistema comportamental de apego. Algunos teóricos (Heard & Lake, 1986; Henderson, 1977) consideran que el fenómeno denominado afiliación no es distinto del apego. Su enfoque del apego adulto se basa en la definición de este concepto como un subgrupo, caracterizado por su intensidad e intimidad, de la red de apoyo social o afiliativa de un individuo. Estudiaremos en el Capítulo 10 estos problemas de límites, y el modo en que el apego se delimita y distingue de otros tipos de relación social.

### Complementariedad versus Reciprocidad

Queda un punto por tratar: la naturaleza de las relaciones entre las parejas vinculadas por el apego. En la niñez y en la infancia, hemos observado que la relación es complementaria con los comportamientos de búsqueda de cuidado del niño que complementan los comportamientos de aporte de cuidado de los padres. Psicológicamente este tipo de relación complementaria y permanente es inhabitual e insana para el adulto (Gewirtz, 1972). La relación primaria normal del adulto se caracteriza por la unión de pareja con un igual (Weiss, 1974). En las relaciones recíprocas no se considera al compañero como más fuerte o más capaz, y los comportamientos

de cada uno de los miembros de la pareja tampoco son distintos. Cada compañero tiene un vínculo de pareja (normalmente un vínculo de pareja sexual); y cualquier miembro de la pareja (del par) puede mostrar comportamientos característicos del vínculo. Pero, como aclaran Hinde y Stevenson-Hinde (1976), la reciprocidad puede presentar intervalos intermitentes de complementariedad. La diferencia del apego adulto con respecto al apego infantil estriba en que la complementariedad no es siempre en la misma dirección. A veces un compañero puede jugar el papel de cuidador para el otro; en otras ocasiones los papeles pueden invertirse. (Para ser más claros, hacemos referencia al caso prototipo: en el caso individual, la relación puede mostrar estos potenciales de mayor o menor grado de complementariedad, que abarca desde la normalidad hasta la patología extrema).

Cuando se percibe un peligro y la seguridad se ve amenazada, las relaciones recíprocas pueden funcionar como las relaciones complementarias. Un vínculo de pareja con un igual puede jugar el mismo papel que el de un cuidador en una relación de apego. Desde la perspectiva Etológica de las ventajas para la supervivencia, los vínculos con un adulto sano deberían aportar mayores ventajas que los vínculos con unos padres que envejecen. Por lo tanto, el cambio del objetivo prefijado del apego desde la proximidad a un cuidador a la búsqueda de proximidad a un igual es congruente con la función del apego.

### Definición del Apego Recíproco Adulto

Siguiendo la teoría y el trabajo de Bowlby y Weiss, hemos restringido la definición de apego adulto a las relaciones en las que se busca o mantiene la proximidad de un otro preferido o especial para alcanzar una sensación de seguridad. En tanto que adultos, muchos de nosotros planificamos nuestra vida basándonos en un futuro anticipado con otro sujeto con la esperanza de encontrar seguridad y permanencia en una relación duradera. Es necesario analizar esto. La frase «esperanzas de encontrar seguridad» centra el interés en torno a la búsqueda de seguridad e implica que no todas las relaciones de apego son seguras. Según este análisis, podemos

de cada uno de los miembros de la pareja tampoco son distintos. Cada compañero tiene un vínculo de pareja (normalmente un vínculo de pareja sexual); y cualquier miembro de la pareja (del par) puede mostrar comportamientos característicos del vínculo. Pero, como aclaran Hinde y Stevenson-Hinde (1976), la reciprocidad puede presentar intervalos intermitentes de complementariedad. La diferencia del apego adulto con respecto al apego infantil estriba en que la complementariedad no es siempre en la misma dirección. A veces un compañero puede jugar el papel de cuidador para el otro; en otras ocasiones los papeles pueden invertirse. (Para ser más claros, hacemos referencia al caso prototipo: en el caso individual, la relación puede mostrar estos potenciales de mayor o menor grado de complementariedad, que abarca desde la normalidad hasta la patología extrema).

Cuando se percibe un peligro y la seguridad se ve amenazada, las relaciones recíprocas pueden funcionar como las relaciones complementarias. Un vínculo de pareja con un igual puede jugar el mismo papel que el de un cuidador en una relación de apego. Desde la perspectiva Etológica de las ventajas para la supervivencia, los vínculos con un adulto sano deberían aportar mayores ventajas que los vínculos con unos padres que envejecen. Por lo tanto, el cambio del objetivo prefijado del apego desde la proximidad a un cuidador a la búsqueda de proximidad a un igual es congruente con la función del apego.

### Definición del Apego Recíproco Adulto

Siguiendo la teoría y el trabajo de Bowlby y Weiss, hemos restringido la definición del apego adulto a las relaciones en las que se busca o mantiene la proximidad de un otro preferido o especial para alcanzar una sensación de seguridad. En tanto que adultos, muchos de nosotros planificamos nuestra vida basándonos en un futuro anticipado con otro sujeto con la esperanza de encontrar seguridad y permanencia en una relación duradera. Es necesario analizar esto. La frase «esperanzas de encontrar seguridad» centra el interés en torno a la búsqueda de seguridad e implica que no todas las relaciones de apego son seguras. Según este análisis, podemos

decir que los adultos buscan la proximidad relacional a una persona en particular (como lo hace el niño) que fomenta, posibilita, optimiza o restablece la seguridad.

## BOWLBY Y LA TEORÍA DE LAS RELACIONES OBJETALES

Por lo tanto, existe una continuidad de la función del apego desde la infancia hasta la edad adulta. El libro de Bowlby, *Attachment* (1969/1982), propuso nuevas ideas sobre el desarrollo del niño y marcó un hito histórico en la nueva trayectoria de la teoría de las relaciones objetales. Dado que la formación y orientación teórica inicial de Bowlby tenía su origen en el ámbito psicoanalítico de las relaciones objetales, creemos importante ofrecer un breve resumen de las relaciones entre la teoría del apego y la teoría de las relaciones objetales.

Las teorías del psicoanálisis tradicional (Brenner, 1955; Fenichel, 1945; Freud, 1926) utilizan un modelo psicológico en el que el individuo aparece separado de los demás y la mente es un fenómeno interno originado por impulsos básicos enraizados en la fisiología, y que presenta contenidos que preceden y determinan las experiencias sociales. En contrapartida, los teóricos de las relaciones objetales insisten en la prioridad del campo *interaccional*, que comienza donde finaliza la teoría psicoanalítica tradicional, con las relaciones interpersonales.

En 1952 Fairbairn afirmó que si el psicoanálisis quería resolver el problema de la adherencia a los vínculos objetales primarios, los investigadores deberían trascender su fé total en el principio del placer. Propone que la lealtad a los «objetos malos» es independiente al principio del placer y se desarrolla por el impacto de la búsqueda del objeto, independiente de los determinantes del sistema del impulso y de los conflictos entre impulsos y defensas. Fairbairn argumentaba no solo la primacía de la búsqueda del objeto, sino también, como Bowlby, la idea de que la motivación para buscar relaciones es Innata.

Desde el principio, Bowlby, en su esfuerzo por buscar unos fundamentos biológicos a la búsqueda de objeto, podría haber desta-

cado más la importancia del organismo que otros teóricos de las relaciones objetales. Por ejemplo, cuando Winnicott (1965) justifica el desarrollo de un verdadero sentido de sí mismo ofrece una teoría puramente psicológica en la que el self del propio niño se forma y se sustancia a partir del entorno «facilitador» proporcionado por el cuidador. El énfasis de Bowlby sobre la naturaleza instintiva del comportamiento de apego no disminuye la importancia del desarrollo temprano del apego como resultado de la interacción entre el sistema de cuidado paternal y el sistema de apego del niño.

Por lo tanto, Bowlby representa al niño como apto para las relaciones complejas y abre el camino al estudio de las relaciones desde un enfoque biológico. Pero al explicar como se forma la personalidad, Bowlby, como Winnicott, afirma que el objeto exterior es la fuente más importante de influencia en el sujeto. Como resumió Sroufe (1986, p. 845), la hipótesis central de Bowlby es que la «calidad de cualquier relación de apego depende de la calidad del cuidado experimentado con esa persona». Fairbairn (1952) también parte de la unidad diádica y la búsqueda de objetos por parte del niño. Si los cuidadores están «perdidos» (es decir, que no están disponibles emocionalmente), y por lo tanto son «objetos malos», resultan interiorizados y retenidos como presencias intrapsíquicas dentro del niño. Así mismo Fairbairn interpreta el desarrollo del niño como inmerso en una red relacional, centra la mayoría de sus relaciones en objetos dentro del sujeto.

Dar una mayor importancia al objeto interno tiende a producir una acentuación en acontecimientos más prematuros más que en los acontecimientos más tardíos a la hora de explicar consecuencias de experiencias adversas en el desarrollo normal. En la teoría de las relaciones objetales el desarrollo normal se produce como un proceso invariable, secuencial y jerárquico, que se desarrolla según unas etapas necesarias. Cada etapa se construye sobre la anterior; el fallo de una etapa produce la interrupción del proceso. La continuidad del pasado se acentúa; las relaciones adultas surgen de lo que subyace a las experiencias de la primera infancia (Blanck & Blanck, 1974; Mahler et al., 1975; Balint, 1968).

Como exponemos detalladamente en el Capítulo 3, la teoría del apego parte de un modelo evolutivo diferente, al estilo del modelo

de trayectoria ramificada de Waddington (1967). En el nacimiento, hay una gran cantidad de trayectorias potenciales de madurez. Las diversas experiencias fuerzan a elegir entre estas trayectorias, reduciendo las elecciones y pudiendo en algunos casos realizar elecciones de trayectorias inadaptadas. El resultado no está «sobredeterminado» por las experiencias del pasado sino «restringido por una trayectoria alternativa». A diferencia de las teorías del desarrollo del psicoanálisis clásico y de la escuela de relaciones objetales, la teoría de apego no define «etapas» discretas de desarrollo, sino que formula una teoría del desarrollo continua, construida a partir de la elaboración y la expresión del modelo de trabajo interno a partir del apego.

## CONCLUSIÓN

Bowlby (1979) utilizó requisitos etológicos y evolutivos como fundamento de su teoría. En la Etología, el trabajo de pioneros como Lorenz (1952) y Tinbergen (1951) equivale al trabajo de Mendel, un siglo antes. Los descubrimientos que atrajeron a Bowlby, un psicoanalista renegado, fueron estos patrones comportamentales complejos y estables, incluyendo comportamientos que parecían tener un gran contenido afectivo, surgidos de las necesidades de la evolución. Bowlby interpretó el primer vínculo afectivo del niño no como el resultado de una pulsión psicológica, ni como el resultado de la búsqueda constante del objeto, sino simplemente como el resultado de una selección natural: en otras palabras, como una contribución importante y necesaria para la supervivencia de la especie.

Este enfoque, no obstante, deja al «hombre como hombre» como el eslabón perdido de la teoría. En este punto del desarrollo de la teoría del apego, éste se considera similar a la huella que dejaban los animales primitivos, lo que sería de gran interés para los etólogos y los comportamentalistas. La teoría del apego fue «liberada» de esta delimitada aplicación gracias a los planteamientos de Bowlby. En sus escritos, destaca la importancia de los cambios comunes que se producen a lo largo de la vida dependiendo de la forma en la que responde el cuidador a los comportamientos de apego del niño. Estos cambios determinan las condiciones que favorecen o impiden

el desarrollo del apego seguro. La importancia del apego como sistema interaccional, que tiene sus raíces en la teoría del apego propuesta por Bowlby, ha sido secundada por la metodología de los patrones de clasificación del apego infantil de Ainsworth.

Comenzamos centrándonos en la continuidad entre el apego infantil y el apego en la edad adulta, y la importancia de distinguir la *función* única de las relaciones de apego. Si uno considera el apego como una organización que ofrece una continuidad aún cuando varía la vida del sujeto, entonces uno puede interpretar el criterio de apego en la niñez y la infancia como una estructura de referencia para describir los rasgos distintivos del apego adulto normal. Aunque ningún componente del apego permanece inalterable desde la infancia hasta la edad adulta, el planteamiento original de la teoría del apego no solo posibilita sino que favorece estas revisiones. Realmente lo que permanece invariable es la *función del apego*. La función del apego, es decir el aporte de seguridad y protección, permanece constante a lo largo de la vida, aunque los mecanismos para llevar a cabo esta función varían y se desarrollan con la madurez. Ya que la teoría original se basa en un argumento funcional, la importancia y necesidad de investigar el apego en todas las etapas de la vida están realmente fundamentadas.

(Puesto que la función del apego consiste en mantener la seguridad (safety) y el sentimiento de seguridad (security), las relaciones de apego son especialmente importantes en períodos de crisis vitales y a la hora de determinar una correcta adaptación del adulto.) Bowlby (1988a, p. 8) ha afirmado que el «hasta qué punto cada [individuo] se hace resistente (resiliente: porque tiene fortaleza y flexibilidad) a los acontecimientos estresantes de la vida viene determinado en un grado muy significativo por los patrones de apego del pasado que desarrolla en los primeros años». En el resto de este libro estableceremos los componentes empíricos y teóricos necesarios para investigar, comprender, e intervenir en los patrones de apego de la edad adulta.