

Críticas bibliográficas

Comentarios a la obra de J. Bowlby

Autor: Dr. Josep M.^a Illa

EL VINCULO AFECTIVO

La Ciencia es el instrumento que nos permite explicar una serie de fenómenos, en ocasiones a pesar de llegar a las mismas conclusiones se parten de distintas hipótesis y se atribuyen diversos mecanismos.

El trabajo de BOWLBY se centra en el estudio del origen y naturaleza del Vínculo madre-niño, para ello revisa a fondo las concepciones de la Teoría de los Instintos partiendo básicamente de las aportaciones en el campo de la ETOLOGIA, tomando como base la experimentación y observación "in situ" de las conductas, tanto de animales como de la cría humana.

DIVERGENCIAS RESPECTO AL PSICOANALISIS

El psicoanálisis se basa en la historiación retrospectiva de vivencias, investimientos y mecanismos defensivos más o menos fijados que han propiciado una forma concreta de estructurar la personalidad (método clásico en Medicina), este método a pesar de dar abundante información es poco determinante en el momento de valorar realmente los factores etiopatogénicos que han concurrido.

↳ BOWLBY usa el método científico de valoración y verificación de resultados en función de un agente patógeno conocido y constante: la ausencia o presencia de la madre, pudiéndose valorar ulteriormente las posibles secuelas e inferencias en las conductas futuras. >>

BOWLBY parte de una nueva elaboración de la Teoría de los Instintos, éstos no estarían ligados a una Energía que necesita ser descargada sino a unas pautas de conducta que se activarían gracias a unos estímulos causales y que son controladas mediante retroalimentación.

Concepto de Trauma

Sin embargo coincide plenamente con el concepto de trauma desde la perspectiva psicanalítica.

↳ El trauma sería un estado de sobreexcitación en un periodo de vulnerabilidad (yo inmaduro) que condicionaría formas de canalización de la angustia (válidas o no) acabando en un estado de equilibrio o en fórmulas de compromiso neurótico. >>

Sabemos hoy que el trauma no sería una situación concreta sino una serie de microtraumas repetidos, en la misma dirección y en un estado concreto del desarrollo.

La situación traumática concreta de BOWLBY es la ausencia de la madre.

Teoría de los Instintos. Teoría de la Motivación

Freud en función de la época que le tocó vivir explicó como punto de partida del funcionamiento del aparato psíquico y de las conductas a una Energía hipotética que buscaba canalizarse (descargarse mediante la pulsión) en forma de investimentos afectivos (catexis) o mecanismos derivatorio-defensivos (contracatexis).

El Instinto freudiano iría a conseguir la conservación de la especie (coincidiendo con BOWLBY), no así la pulsión que estaría ligada a la forma objetiva de canalizarlo.

LA CONDUCTA INSTINTIVA

Todo intento de diferenciar las conductas innatas de las adquiridas cae en la esterilidad de una discusión bizantina. Tanto las características biológicas, morfológicas, funcionales y conductuales de un organismo están sujetas a un proceso dialéctico entre lo genéticamente heredado y el ambiente.

En función de ello distinguiríamos unos caracteres ambientalmente estables (poco influenciados por el ambiente como podría ser la construcción de nidos) y otros ambientalmente lábiles (sujetos a modificación ambiental como la inmunidad).

Diríamos, pues, que la Conducta Instintiva no se hereda, lo que se heredaría sería un potencial de base para desarrollar determinados tipos de Sistemas de Conducta (respecto a alimentación, sexualidad, protección, etc.) frente a un ambiente determinado que será el que potenciará su desarrollo.

Estos Sistemas de Conducta estarían sujetos a unos sistemas de control que en virtud de mecanismos de retroalimentación (comparación de informaciones y modificación de la acción) se ajustarían a sus fines propuestos: la Adaptación al medio que conlleva a la supervivencia de la especie (objetivo princeps de la conducta instintiva).

Estamos en pleno proceso dialéctico. Un organismo puede modificar estructuras de sus Sistemas de Conducta frente a cambios ambientales para poder lograr los mismos resultados, o dado un ambiente estable modificar

estructuras para lograr resultados distintos. La consecuencia global de todo ello sería la Adaptación en un ambiente evolutivo específico (la orquídea posee una estructura morfológica concreta siempre dependiente de los insectos que están en su ambiente evolutivo).

La Conducta Instintiva en el hombre

Nos hallamos ante un esquema dinámico donde los organismos pueden también modificar su ambiente en el cual se desarrollan para adaptarlo a sus características; las aves construirían nidos, los castores madrigueras, los hombres civilizaciones; los primeros lo harían en función básicamente de una pauta instintiva, en el hombre intervenirían en gran parte factores de aprendizaje (cultura).

Para entender, pues, la Conducta Instintiva del hombre habríamos de conocer el ambiente primigenio natural en el cual se desarrolló, actuando como agente selectivo en el repertorio de conductas.

Lo que sí parece ser estable, tanto en los primates como en el hombre sería su espíritu gregario, la organización de cacerías con fines alimentarios para todo el grupo, la protección por parte de machos adultos a la procreación de hembras y crías, a unas rudimentarias actitudes para la comunicación entre el grupo con significado simbólico (gritos, gestos, posturas), y que la unidad básica social esté compuesta por la madre y sus hijos, y en cualquier caso, los hijos de la hija, siendo la presencia del padre aleatoria (poligamia, etc.).

SISTEMAS CONDUCTUALES QUE DETERMINAN LA CONDUCTA

Existe una jerarquización de Sistemas de Conducta que va desde la estructura refleja simple hasta complejas uniones de varios sistemas que

elaboran un Plan para lograr un fin previsto.

Lo más primario sería lo que llamaríamos Pauta de Acción Fija (hocicar, aferrar, sonfeir, llorar) siendo un mecanismo ambientalmente estable sin tener prácticamente la necesidad para su consecución de retro-alimentación ambiental.

Cuando en base a estos mecanismos se introduce la retro-alimentación ambiental la conducta va a poderse corregir en función de un objetivo perseguido, convirtiéndose la conducta en flexible y más adaptativa.

Sería semejante a las concepciones de Piaget, donde partiendo de unos esquemas de acción (asir, mirar) que configuran una estructura (coger el sonajero), la entrada de estímulos distintos van a desequilibrar la estructura previamente establecida, dando la necesidad de acomodarlos dentro de una nueva.

Estos Sistemas de Conducta a su vez se coordinan entre sí.

El medio más sencillo es la reacción en cadena de estos Sistemas de Conducta, donde los resultados de un Sistema serían los estimuladores del siguiente y al mismo tiempo bloquearían al primero, su limitación consiste en que cualquier error en una cadena desbarataría a las demás.

Habría otro tipo de organización de los Sistemas de Conducta más complejo y a la vez más flexible. Se considera de que un conjunto de Sistemas distintos y organizados jerárquicamente configuran una supraestructura a la cual están sujetos e integrados (Plan). Es decir, la elaboración de un plan iría a la consecución de un objetivo prefijado, los subsistemas del Plan serían corregidos en función del objetivo propuesto final. Esto no ocurriría en las reacciones en cadena que se corregirían de forma parcial, no global. (Distintas conductas estarían integradas en la alimentación,

la no consecución de algunas subconductas no desbarata el plan global).

Las organizaciones en cadena estarían ligadas a conductas ambientalmente estables, mientras que la elaboración de planes lo estaría a conductas ambientalmente lábiles (factor aprendizaje).

Causalidad en la Conducta Instintiva

La activación de los Sistemas de Conducta dependen de varios factores, unos de índole orgánico-hormonal, y otros que derivan de la percepción de señales del ambiente. El apareamiento, como claro representante de la conservación de la especie, queda sujeto a unos determinantes específicos: la época de celo y el estímulo visual-olfatorio de la pareja que activa conductas de cortejo, exhibición, etc. o como la conducta maternal donde existiría un nivel hormonal post-parto y el estímulo ambiental de las crías, éstas a su vez incrementarían los niveles hormonales y se mantendría tal conducta maternal.

Habrían por otra parte señales que significarían la terminación de una conducta. (la búsqueda de la madre por parte de un niño termina al verla, tocarla o simplemente oirla).

Sistemas de Conducta incompatibles: noción de conflicto

Quando se activan simultáneamente dos Sistemas de Conducta incompatibles nos encontramos ante una situación de conflicto (ante una situación de peligro, o se ataca o se huye), la resolución implica la manifestación de la conducta elegida como prioritaria inhibiendo a la otra que sólo se manifestará, en cualquier caso, de forma fragmentaria quedando como tendencia oculta "inconsciente".

b) La conducta elegida resultante del conflicto puede derivar de ambas tendencias (de la activación de ambos Sistemas de Conducta) manifestándose las dos de forma alternante o conviada.

c) Puede que la conducta elegida inhiba completamente a la otra derivando la conducta de una sola tendencia. (un animal comiendo activa conductas de huida al sentirse amenazado inhibiendo la conducta alimentaria).

d) Otra posibilidad de resolución de conflictos es que la conducta manifiesta no derive de ninguna de las tendencias enfrentadas, éstas se anularían entre si manifestandose conductas totalmente incoherentes (ante las tendencias de atacar o huir el ave se pone a beber). Estas conductas "incoherentes" serian siempre muy simples, con gran facilidad de activación por señales distintas y que estarían sujetas a menudo a inhibición por conductas que ejercen un papel más prioritario, al entrar en conflicto las prioritarias y anularse se desinhibiría la simple.

Con ello se explicaría lo que en psicoanálisis se denomina regresión, ante un conflicto emerge una actividad juvenil latente más simple.

EVALUACION Y SELECCION: Sentimientos y Emoción

Los estímulos sensoriales provenientes del ambiente o del mismo individuo son codificados por los órganos sensoriales y posteriormente interpretados y evaluados en función del placer o displacer (dolor) que producen. La experiencia (acúmulo de datos organizados) es capaz de proporcionar patrones estandar con el fin de que informaciones posteriores puedan cotejarse, aquí se produciría el sentimiento-sensación.

Según James y Lange la emoción se experimentaría después de iniciada la conducta como resultado de un feedback de los músculos voluntarios (al huir es cuando nos sentimos aterrorizados). En parte ésto sería cierto. Sin embargo hay una tendencia a clasificar la información en categorías, previa comparación con otros datos ya analizados, dándose la "emoción" antes de la acción, siendo en parte esta emoción (cólera, deseo, alarma) la que activaría la conducta.

La conducta elegida sería evaluada vía retroalimentación como satisfactoria o frustrante en función de la capacidad de la acción a conseguir la meta prefijada.

Como proceso simultáneo habría una "selección" de conductas en virtud de la concreción, rapidez y economía de éstas.

FUNCION DE LA CONDUCTA INSTINTIVA

Tinbergen define como instinto a un mecanismo nervioso jerárquicamente organizado, que puede determinar, dar salida o encauzar impulsos de origen tanto interno como externo, y que responde a esos impulsos por movimientos coordinados que contribuyen al mantenimiento del individuo y de la especie.

La Conducta Instintiva cumple una función que es esencial para la supervivencia de la especie. Todos los resultados previsibles por los Sistemas de Conducta (coqueteo, chupar, erizarse) forman parte de una función válida para la especie (alimentación, reproducción, defensa de las crías...)

Hay que tener en cuenta que BOWLBY no habla de instinto, sino de Conductas Instintivas, fijando un concepto de estructura abierta y no cerrada, no habría un "receptáculo de pulsiones a

descargar" sino que estaría en interrelación constante con el ambiente, sujeta a cambios y evolución.

No siempre que cristalicen los resultados previsibles de un Sistema de Conducta se realiza la función (al llorar un lactante no siempre atrae la atención de su madre, no cada coito supone una gestación).

Los individuos desarrollan sus potencialidades mientras son inmaduros, en función del ambiente. Si este ambiente de desarrollo se aparta del ambiente evolutivo normal los resultados previsibles de la conducta se apartaran también de la función (la homosexualidad tiene un resultado previsible, aunque se aparte de su función). Sería el inicio de la patología.

ONTOGENIA DE LA CONDUCTA INSTINTIVA

Se supone que el individuo posee genéticamente unos patrones conductuales que se activan en función de una correcta estimulación. Los niños poseen conductas sexuales semejantes a los adultos (movimientos pélvicos en el lactante, simulación de coito entre niños) que serian fragmentos de conductas sexuales no funcionales.

En el individuo inmaduro muchos y diversos estímulos pueden activar cualquier sistema de conducta sin especificidad, como si se interpretaran estímulos distintos como idénticos (el niño primero sonríe a una máscara, luego a un rostro humano, y solo finalmente al rostro concreto de su madre) progresivamente se ira discriminando la percepción activando sistemas de conducta más precisos. Todo ello implica un gradual discernimiento entre lo familiar de lo desconocido.

Todos los procesos que inducen a un individuo inmaduro a dirigir su conducta hacia una figura del ambiente

discriminada se denomina "Impronta", equivalente a lo que las tendencias psicoanalíticas denominan "relación de objeto".

La Impronta en el hombre se evidencia a partir de los 6 meses debido básicamente a los procesos de discriminación perceptiva, se acentúa a los 2-3 años, disminuyendo aparentemente en fases posteriores.

Este Vínculo sentaría las bases del tipo de vínculos que posteriormente hará el individuo adulto.

TEORIA DE LA CONDUCTA DE APEGO

La "Conducta de Apego" son una serie de actividades destinadas a buscar la proximidad del niño con la madre, activándose con la ausencia o alejamiento de ésta, e inhibiéndose con su presencia.

Desde la perspectiva psicoanalítica se analiza el fenómeno de tal Vínculo a la necesidad fisiológica del lactante de calor, alimentación y descarga tensional, siendo la madre la receptora y gratificadora. (Teoría del Impulso Secundario).

Según BOWLBY no habrían "necesidades a gratificar", sino que respondería a una conducta adaptativa siendo su meta la proximidad con una figura relevante del ambiente.

BOWLBY postula que ya el lactante posee una estructura dada a responder inmediatamente a estímulos del ambiente empezando una muy primitiva interacción social, en contraposición con Wallon, Piaget que consideran que cualquier interacción social es un proceso secundario.

Es decir, el niño no se "apega" a

quien satisface sus necesidades fisiológicas, sino a quien le brinda la posibilidad de una interrelación social, de base instintiva, que biológicamente le sirve para la supervivencia.

La Función de la Conducta de Apego provendría de un patrón arcaico en la evolución, la posibilidad de ser protegido de posibles peligros externos (animales de presa), aunque también, dado que las especies avanzadas dependen básicamente de conductas ambientalmente lábiles (sujetas a aprendizaje), la conducta de apego institucionalizaría el Vínculo madre-niño para que la madre "enseñara" al hijo actividades que aseguren su supervivencia.

La madre, pues, sería la plataforma de las conductas exploratorias del hijo, estableciéndose un equilibrio dinámico entre la Conducta de Apego, activada por estímulos ambientales concretos (alarma, temor, situación no conocida), y las conductas exploratorias del entorno.

La Conducta exploratoria se activaría por un objeto-situación desconocido que induciría al niño temor y a la vez curiosidad, al convertirse, gracias a la exploración, en objeto-situación familiar decrecería el interés (estructuras en desequilibrio buscando acomodarse de Piaget).

Esta conducta exploratoria no estaría ligada a la alimentación ni a la conducta sexual tal como propone el psicoanálisis, sí lo estaría, en cambio, a una necesidad de extraer información del ambiente circundante.

La Conducta de Apego tendría un calendario, en primer lugar el niño pone en marcha pautas de acción fija (sonreír, llorar, aferrarse, balbucear) para pasar posteriormente a esquemas más complejos como la conducta motriz de seguimiento y acercamiento al percibir la ausencia materna, corregidas según el objetivo propuesto (presencia de la madre).

DESARROLLO DEL VINCULO AFECTIVO

Al nacer el niño posee ya unos patrones de conducta prestos para entrar en funcionamiento y responder a diversos estímulos auditivos, visuales, kinestésicos y táctiles de la persona que lo cria. Evolucionan de la siguiente forma:

Fase 1: Orientación y señales sin discriminación de la figura

Primeros 2-3 meses. El lactante solo posee cierta discriminación a estímulos auditivos. Empieza a hacer conductas de orientación a la persona cuidadora, a seguir con los ojos a una luz en movimiento.

El reflejo de succión como los movimientos de la cabeza dirigidos ligados a estímulos táctiles y propioceptivos una vez está en posición de amamantamiento.

El reflejo de Moro y de la aprehensión serían los precursores del aferramiento (a la madre), y la aprehensión controlada por estímulos visuales.

La sonrisa, que será refleja o bien espontánea primero, se activará por amplios estímulos, progresivamente se irán discriminando los estímulos capaces de activarla, teniendo en este momento una consecuencia funcional: inducir caricias y atención. Mas adelante sonreirá frente a una voz conocida, más tarde ante todo rostro humano (3 meses) representando una conducta social primitiva, y sólo mucho más tarde la usará ante lo familiar, inhibiéndola ante lo desconocido (sonrisa social selectiva).

El balbuceo que se da en respuesta a una voz o a un estímulo visual, cumpliendo asimismo la función de mantener la proximidad de la madre.

El llanto sería el prototipo de patrón de conducta que induce la adopción, por parte de la madre, de conductas mas diversas de atención y protección. Al principio cualquier sonido es capaz de detener al llanto, posteriormente solo lo hara la voz humana y más tarde solo y específicamente la voz de la madre.

Fase 2: Orientación y señales ante una figura determinada

El niño progresivamente estará mas apegado con la figura que con mayor intensidad haya interactuado con él, debido a la gradual discriminación de estímulos acústicos y visuales básicamente, siendo los reforzadores de la conducta de apego las figuras del ambiente que más hayan respondido a sus intentos de apertura social.

Al finalizar el primer año estaría totalmente estructurada la conducta de apego.

Temor al extraño

Los niños alrededor del octavo mes temen a todo lo que les resulta extraño, de hecho, cuando más tarde se desarrolle el Vínculo afectivo más tarde surge este temor.

La intensidad de este miedo está en función de la aproximación del extraño, a la proximidad de la madre (se da también en presencia de ella), y al ambiente que sea familiar o no (aparece antes la noción de familiar-no familiar que el temor al extraño).

Según R. Spitz la angustia de separación del octavo mes depende de un temor interno al abandono de la madre, una vez el niño discrimina su yo del no-yo y hace con la madre una relación de objeto. Tal angustia, pues, no sería para alejarse de una situación de peligro.

Este temor al extrañamiento, según BOWLBY, activaría conductas de acercamiento hacia la madre en busca de seguridad. En esta fase es cuando el niño empieza a poner en marcha conductas de exploración del medio, usando a la madre como "plataforma".

Sin embargo, a diferencia de lo anterior, la angustia de separación activa conductas de búsqueda de la madre por la pérdida o imposibilidad de la proximidad con ella, sin mediar ninguna situación extraña o desconocida.

Evolución de la Conducta de Apego

Gradualmente el niño va complejificando su conducta regulada por la retroacción a la consecución de un objetivo. Al tiempo formula planes de acción (intencionalidad) y será capaz de intuir los planes de la madre de donde podrán surgir conflictos debido a que diverjan en el objetivo.

Cada vez menos el niño activará la conducta de apego (muchas veces bastará saber dónde está su madre, o

simplemente teniendo la certeza que la tendrá si la necesita). De cualquier forma tal vínculo permanecerá durante toda la vida ajustándola a otras figuras del ambiente.

INTERRELACION DINAMICA MADRE-NIÑO

Las conductas del niño y las de la madre se ven influenciadas recíprocamente, forman una pareja que se modifica mutuamente. ➤

El bebé podrá, dependiente de sus características iniciales, incidir en la conducta materna (solicitud, rechazo, angustia). El niño determina, en cierto modo, su ambiente.

Sin embargo, las conductas de un bebé concreto inciden sobre una madre concreta.

La capacidad de esta madre en captar las señales del bebé, su habilidad en sincronizar sus intervenciones, la aceptación de las iniciativas sociales del niño y de que éste las experimente como resultados previsibles, serán elementos clave en el desarrollo del vínculo afectivo.

LA SEPARACION AFECTIVA

Bowlby en su primer volumen elabora su manera de interpretar unos fenómenos constatados y constatables por la experiencia (y experimentación) que difiere sustancialmente de los modelos tanto psicoanalíticos como conductuales, haciendo suyas aportaciones del campo de la Etología, elaborando

una Teoría de Control y Retroalimentación en el desarrollo de la conducta de Afecto.

En este segundo volumen intenta explicar la génesis de la aflicción, el temor, y ansiedad partiendo del establecimiento o ruptura del Vínculo Afectivo.

SEPARACION, PERDIDA Y AFLICCION

Los niños en el transcurso de su primer año hacen con la fig. materna (figura relevante en su ambiente) un Vínculo de Afecto. Una vez establecido el niño será sensible a cualquier separación o pérdida de aquélla respondiendo con unos patrones de conducta concretos marcados por la Conducta de Apego. (La finalidad de la Conducta de Apego es lograr la proximidad de la figura relevante del ambiente con la que se ha establecido un Vínculo Afectivo).

El separar un niño de la madre implica un cambio en sus patrones referenciales (lugar desconocido, animales y situaciones extrañas, etc.). El niño responde primero protestando intensamente, intentando por todos los medios recobrar a la madre, posteriormente ante la imposibilidad de reencontro se desesperará sintiendo dolor y aflicción (depresión ??) ya que ha perdido un ser que le protegía de peligros externos, de lo desconocido, etc. Al final puede aparecer un desinterés por la madre (desapego), que siempre será proporcional con el período de separación.

En el "reencuentro con la madre", aparecerán conductas de ambivalencia y desapego (indiferencia hacia ella), muy condicionadas por las relaciones previas establecidas madre-hijo y por los sentimientos actuales de la madre respecto al hijo. Este desapego puede hacerse perenne si se repiten las separaciones prolongadas. Finalmente el niño volverá a "apegarse" a la madre reestableciendo el Vínculo Afectivo, de tal forma que temerá que lo alejen nuevamente, será especialmente sensible a las amenazas de separación.

Bowlby da especial énfasis a los determinantes de la realidad como separaciones físicas o amenazas de separación.

Todo ello puede inducir al niño a adoptar unas conductas muy sobredependientes caracterizadas por el apego ansioso.

Hay condiciones que pueden mitigar las respuestas del niño ante la separación como la presencia de un familiar o de posesiones familiares (Obj. fetiche) cuidados de una madre "sustituta" para con la cual el niño será tremendamente ambivalente: buscará su consuelo, aunque al tiempo la rechaza (de hecho el niño está buscando a su madre con la cual está apegado).

Bowlby plantea que a pesar de estar la madre físicamente presente, esté ausente "emocionalmente" y no brinde al niño lo que éste precisa, o bien que esta madre, no sea capaz de recibir las señales del niño y no capte sus necesidades, en estos casos los niños estarían en una situación también de separación-pérdida.

ANSIEDAD - ANSIEDAD DE SEPARACION

Ontogenia de las respuestas ante la Separación

En virtud de la maduración cognitiva del niño antes de los 6 meses, no es capaz de distinguir objetos independientes de sí mismo, ni de situarlos en un contexto temporo-espacial, con lo cual no puede iniciar su búsqueda. A partir de aquí se ponen en marcha, de forma constatable Pautas de Seguimiento que serán activadas por múltiples estímulos (situación de alarma, ante situaciones desconocidas, en condiciones debilitantes como una enfermedad, y muy especialmente el alejamiento de la madre).

Todo ello se irá intensificando y evolucionando paralelo a las características cognitivas. Para el lactante la proximidad de la madre es tocarla, estar en sus brazos, para el niño de 2 años le basta con verla, oírlo o simplemente con saber dónde está (el niño puede ya elaborar imágenes mentales de la madre). A los 3 años comprende que la madre se ha marchado pero volverá, aquí ya empieza a disminuir los estímulos capaces de activar tan a menudo la conducta de Apego, ayuda asimismo por el progresivo conocimiento del mundo gracias a la Exploración que se da en presencia de la madre especialmente

Los primates no humanos desarrollan idénticos modelos que el niño, puede diferir en las especies en cuanto en su intensidad, aunque menos en su naturaleza.

Teorías de la Ansiedad y Temor

Diversos han sido los autores que han intentado explicar la génesis de la ansiedad. La mayoría coincide en dar estrecha relación entre "ansiedad y temor".

Según el modelo freudiano el temor estaría relacionado con una situación externa y la ansiedad sería el temor interno (interiorizado) que no tiene una base real. La ansiedad sería el resultado de la no satisfacción pulsional (transformación de la Libido), al no estar la madre presente no puede satisfacer-gratificar la pulsión, y la angustia aparecería.

Bowlby difiere respecto a la Naturaleza y Función de la angustia, atribuyendo a la ansiedad un origen y función "biológico" derivado de un modelo etológico evolucionista basado en la Teoría de Control. Estando más ligado a situaciones reales que no a mecanismos internos (interiorizados). Hace paralelis-

mo entre angustia-temor-miedo.

El miedo sería una conducta instintiva ligada a mecanismos biológicos ya que contribuye a la supervivencia de la especie, que se ha desarrollado en un ambiente de adaptación evolutiva y que se activa mediante unos estímulos causales. Por tanto el miedo sería una tendencia natural, adaptativa y protectora que persiste durante toda la existencia y es común a muchos animales de otras especies.

Bowlby entiende que ciertas fobias infantiles como a la oscuridad, a estar solo o a estar rodeado de extraños como temores normales y ligados a la experiencia arcaico-instintiva en la evolución de las especies.

Afirma que lo que provoca temor sí está relacionado, aunque indirectamente, con lo que en realidad puede provocar daño físico (el psicoanálisis divide en peligro real y peligro interno o temor al "retorno" de la reprimido) esta posibilidad de daño físico, la puede dar el desconocimiento de algo o alguien, el ruido, objetos que se aproximan rápidamente y aumentan de tamaño, la oscuridad siendo todos ellos unas señales de alarma de peligro (lo que Bowlby llama indicios naturales).

Conductas inspiradas por el Temor

Habrían una serie de Pautas de Conducta, no homogéneas, aunque interrelacionadas, que se activarían por estímulos distintos aunque relacionados. Cada una de estas Pautas instintivas conforman las Conductas indicativas de Temor.

Estas Pautas ante una situación de temor son: la inmovilidad, retracción, aumento de distancia de los objetos que originan el temor y la reducción de la distancia entre los objetos o personas que hipotéticamente suscitan protección. (Conducta de Apego).

Las conductas indicativas de temor están íntimamente relacionadas con la Conducta de Apego, esta sería una de las formas de solucionar el temor como también lo serían alejarse del foco de peligro. Ambas cumplen la función de proteger.

A menudo el acercamiento a la figura de apego y la huida del peligro se ponen en conflicto (un perro que se interpone entre el niño y la madre, cuando son los mismos padres los que inspiran temor por sus amenazas o violencia), en cualquier ocasión prevalece la Conducta de Apego sobre el alejamiento.

La conducta Afectiva y la de huida (alejamiento) compartirían muchos estímulos causales.

Sin embargo el temor también puede inducirse cuando estas señales de peligro se dirijan hacia las personas que conforman el mundo afectivo del niño, es decir, la no posibilidad de amparo del niño por indisponibilidad de sus figuras de afecto provocando en el niño intenso temor.

Bowlby hace distinción entre alarma-miedo y ansiedad por razones básicamente semánticas. Alarma-miedo se daría siempre que hubiese una respuesta de retirada de tal situación. Ansiedad cuando se sospecha la no-disponibilidad de las fig. de apego o que al buscarlas no las halla.

SITUACIONES QUE PROVOCAN TEMOR

Parece ser que dos situaciones que provocan temor individualmente al darse al unísono, lo incremento sustancialmente. Es básico, respecto a la intensidad del temor, la presencia o ausencia de las figuras de apego.

Temor a los Extraños

Gracias al proceso de discriminación perceptiva el niño selecciona "preferencias" en su ambiente de desarrollo. A los 6 meses las respuestas discriminadas han logrado un grado mayor de madurez, con lo cual ya es capaz de elaborar una respuesta de temor ante lo extraño. El niño empieza a comparar lo familiar (madre) de lo no familiar (extraño). Este temor se da en presencia de la madre.

Los condicionantes de la intensidad del temor serían en primer lugar la condición de extraño para el niño, según se le aproxime, si lo hace lentamente o rápido, el tocarlo, la distancia del niño a la madre.

Temor a los objetos extraños

Aparece paralela al temor a los extraños. A los 8 meses el niño da una respuesta organizada de temor a los objetos extraños explorándolos con expectancia reticencia-miedo llegando a buscar-volver a la madre si el temor aumenta. Cosa que no ocurre en el niño menor.

Diríamos que el niño al año de edad posee ya una organización concreta y estructurada de la Conducta de Temor, caracterizada fundamentalmente por su desplazamiento de unos objetos (que son desconocidos) hacia otros que le son conocidos (C. de Apego).

Temor a un objeto que se aproxima

El niño desarrolla un temor a todo lo que se le aproxima rápidamente, especialmente si se percibe de forma confusa o amenazante tal como se daría en la oscuridad.

Temor a los animales y oscuridad

Los animales comparten varias situaciones-estímulo desencadenantes de temor en el niño, los animales son grandes, extraños, que producen ruidos y que se mueven de forma inesperada. Tal temor se desarrollaría a partir de los 3 años.

La oscuridad también lleva consigo poderosas situaciones-estímulo, en ella se incrementan los ruidos, se producen probables incidentes, disminuye la capacidad de percepción visual y aumenta la posibilidad de ser atacada por seres imaginarios.

En la soledad participan también condicionantes semejantes a los anteriores, al estar solo se incrementan en mucho las posibilidades de peligro real.

Los sistemas de conducta se interrelacionan mientras se van elaborando, la activación del temor activa a su vez los sistemas de conducta responsables de la conducta de apego dirigida hacia una figura de apego que proporcionará protección y seguridad.

Todo ello está íntimamente relacionado con las posibilidades madurativo-cognitivas del niño en cada momento evolutivo.

Indicios naturales de peligro y seguridad

Las situaciones-estímulo anteriormente mencionadas no son más que meros indicadores de un peligro potencial no real, adquiridos en el desarrollo filogenético y que han demostrado su validez biológica (ya que supone un incremento de las posibilidades de supervivencia) formando parte de los mecanismos genéticos base, que posteriormente en función de la estructura cognitiva e intelectual del hombre la conducta de miedo-temor tomará formas más complejas y elaboradas.

En verdad, lo temido no es sólo un hipotético peligro externo, sino la ausencia o indisponibilidad de los objetos-lugares que le dispensan seguridad y protección. El niño está apegado a unas figuras del ambiente y a un ambiente físico. Sabido es que los animales tienden a restringir sus movimientos en unas áreas de terreno que conocen (Nicho) y cada individuo posee su propio ambiente reducido y muy específico con el que está apegado. La interrupción de los sistemas de conductas responsables de la conducta de temor y la activación de la Conducta de Apego es lo que determina la permanencia de un individuo en un ambiente concreto (familiar-en compañía).

Indicios Culturales y Evaluación del peligro

Además de los indicios naturales que activan mecanismos de temor existen otros que derivan de la imitación de la conducta adulta por parte del niño, iniciándose a partir del 2º año.

El niño integra la pauta cultural (situaciones-estímulo) que activan la conducta de temor, se aprenden las situaciones que deben evitarse y aquellas que son seguras, es decir, se aprende a "temer situaciones" que antes no provocaban temor. Sin embargo tanto en los indicios naturales como los culturales el niño desconoce totalmente la naturaleza del peligro que se evita.

Paralelamente a la maduración el niño irá incrementando su noción de realidad y distinguirá los indicios naturales y culturales de los peligros reales a la vez que aprende a valorar las situaciones de riesgo, volviéndose la conducta respecto al miedo, más racional y realista.

Estos miedos desencadenados por indicios naturales y culturales persisti-

rán durante toda la vida del individuo con lo cual se pone en tela de juicio que ciertos miedos se deban considerar como neuróticos. No sería pues el miedo externo, la proyección de un peligro interno que intenta aflorar a la conciencia. Sí habría un proceso de racionalización (concretización) de un motivo externo real minusvalorando otros motivos que también inciden (una persona sola en la oscuridad que oye ruidos extraños valoraría solamente los ruidos extraños asociándolos a la existencia de ladrones o "fantasmas" dando secundariedad a la soledad y a la oscuridad.)

TEMOR A LA SEPARACION

Para hablar del Temor a la Separación hay que explicar primero, como el niño llega a la Conducta de Apego, a la dependencia, al investimento catéctivo de la madre o a hacer una serie de asociaciones que le lleven a tal relación.

El psicoanálisis defiende la hipótesis de que la madre satisface unas necesidades instintivo-pulsionales del niño y en su ausencia el niño se quedaría sin objeto a través del cual canalizar la pulsión.

Para Bowlby el vínculo afectivo está programado genéticamente, primariamente el niño siente comodidad y seguridad con la madre resultando inquietante su ausencia al quedar expuesto a los indicios naturales. La presencia de la madre disminuye los efectos de tales indicios, al sentirse amparado y protegido.

Disponibilidad de las Figuras de Apego

La intensidad del temor será mayor siempre que el niño esté sin la madre, a pesar de ello el niño puede saber que la

madre puede ser accesible, no estar lejos o que volverá pronto (factores apaciguantes del temor) aunque todo esto no basta, el niño debe tener la noción de que la madre está dispuesta a responder de una manera adecuada a sus deseos de ser protegido. Este vínculo de confianza se desarrolla durante la infancia dejando una impronta para el resto de la vida. Si un niño ha vivido gran indisponibilidad por parte de la madre no será raro que de adulto padezca de miedos y temores intensos o crónicos.

Las expectativas del niño respecto a sus padres es un reflejo de las experiencias reales transcurridas.

Se diría pues, que durante el primer año de vida, el niño se siente seguro en presencia de la madre, a partir de los 3 años predomina el criterio de la confianza y accesibilidad de la figura de Apego, variable que adquiere progresivamente mayor importancia.

EL APEGO ANSIOSO

Serían aquellos niños sobredependientes, excesivamente pendientes de las figuras de Apego, buscando continuamente la proximidad con ellas y temiendo que tal relación pueda tocar a su fin por cualquier causa.

En verdad, lo que ocurre, es que el niño se preocupa de que sus figuras de apego resulten inaccesibles y no respondan adecuadamente a sus necesidades de protección.

Parece ser que hay situaciones que predisponen a tal conducta como serían las separaciones reales (hospitalización), amenazas de separación con fines educativos, ambientes inseguros en que el niño intuye que alguno de sus padres pueda marcharse.

Comparando niños criados en guardería de otros criados en casa, se vió

que los últimos, al vivir en un ambiente más previsible, más cerca de la figura de apego desarrollaban menor temor ansioso.

Sin duda, los períodos continuados de separación ejercen influencias en la forma en que se desarrolla el Vínculo Afectivo. Estas influencias quedan sujetas a la intensidad del Vínculo de Afecto, establecido previamente bajo criterios de estabilidad y seguridad. Si el niño ha vivido en un ambiente inestable y poco previsible, minado de cambios tal vínculo se desarrollará de forma ansiosa y sobredependiente.

Bowlby hace hincapié en el valor de las amenazas de separación proferidas al niño (enviarlo fuera de casa, dejarlo solo, que el padre o la madre se pueden morir si él hace algo malo), y también a las amenazas de alguno de los cónyuges a irse después de una disputa.

Las experiencias de separación reales, sean cuales fueren, inducen que el niño se vuelva extraordinariamente más sensible a la posibilidad de separación o pérdida afectiva.

Ira, Ansiedad y Apego

Las separaciones reales o las amenazas de separación provocan en el niño una reacción de ira, agresividad y reproches dirigidos contra la figura de Apego que lo ha "abandonado" o contra un sustituto real o simbólico.

La ira, sería el resultado de unos sistemas de conducta activados por la separación que iría a buscar un reforzamiento del Vínculo, evitar que la fig. de Apego se marche y provocar el reencontro. (Ira funcional).

Cuando la pérdida es permanente la ira se torna no funcional. También deja de ser funcional si tal reacción agresiva es tan intensa que mina el vínculo de afecto tomando un cariz de profundo odio y resentimiento.

El apego ansioso y la ira son pautas de conducta que son activados por estímulos iguales y poseen ambos la misma función: mantener la "accesibilidad" hacia la figura de Apego.

Bowlby afirma que la hostilidad dirigida contra la figura de apego es una respuesta ante una frustración que provoca ansiedad pudiendo afectar a sistemas motivacionales (en estos casos los que respectan a la conducta afectiva) dando formas de desarrollo que divergen de la normalidad.

APEGO ANSIOSO Y FOBIAS

La personalidad fóbica sería aquella que teme la presencia del objeto fóbico, que hace conductas de evitación y se aleja de tal situación. En cambio la Pseudofobia (tal como denomina Bowlby a algunas fobias) serían aquellas que lo que más se teme es la ausencia o pérdida de la figura de afecto que lo protege y le dispensa refugio en una situación de temor, se tratarían en cualquier caso de Estados Ansiógenos. En verdad, el pseudofóbico está ansioso por que teme la indisponibilidad de sus fig. de afecto.

Fobia a la Escuela

Son niños que se niegan a ir a la escuela, o mas frecuentemente dan importantes muestras de ansiedad de tipo psicossomático si se les obliga a ir. Son niños "buenos", inhibidos, que no han experimentado anteriormente separaciones frecuentes.

Existirían unas pautas de interacción familiar que explicarían el cuadro:

Pauta 1: Uno de los progenitores padre o madre "retienen" inconscientemente al niño en casa para que les haga compañía. En este caso sería el

progenitor quien alberga dudas respecto a la disponibilidad de sus propias figuras de apego asignándole al niño el rol de protector.

Pauta 2: En la cual el niño teme que le pueda ocurrir algo malo a alguno de sus progenitores mientras está en la escuela. Bowlby más que aceptar que el niño pueda tener sentimientos hostiles inconscientes hacia sus progenitores y defenderse con una excesiva preocupación, lo atribuye a experiencias reales del niño, la madre puede haberle amenazado con enfermar si hace algo malo.

Pauta 3: Los padres temen que ocurra algo malo al niño. Serían padres angustiados por algún hecho pasado real que desencadenara estas ideas respecto al niño como hermanos muertos o enfermedades del propio niño.

Agorafobia

Sería el temor a estar en lugares llenos de gente llegando a sentir temor a salir a la calle y quedarse en casa. Bowlby, a diferencia de otras tendencias, lo explica nuevamente mediante la Teoría del Apego Ansioso, interpretando las características en función de las pautas de interrelación ya citadas en la fobia escolar, dando suma importancia a las amenazas, y situaciones de rechazo y abandono que durante tiempo ha sufrido el niño que han activado un Apego Ansioso que toma forma de Agorafobia.

OMISION, SUPRESION Y FALSIFICACION DEL CONTEXTO FAMILIAR

Según lo dicho, la fobia escolar, la agorafobia y otras fobias a animales se interpretan en función de un Apego

Ansioso, es decir, del temor del niño a que las figuras con las que ha hecho un Vínculo Afectivo no estén dispuestas a ayudarlo o protegerle cuando él lo necesita, con tal inseguridad es más fácil que el niño sienta temor ante situaciones que potencialmente conllevan peligro (escuela, animales, aglomeraciones). Se teme más a abandonar el hogar que no a lo que fuera les pueda ocurrir.

Sin embargo la focalización del problema es externo (lo que ocurre está fuera de casa) haciendo tanto los padres como el niño omisiones, supresiones y falsificaciones de la información del estado del contexto familiar acerca de disputas, pensamientos, intenciones, amenazas de separación, de rechazo del hijo, de intentos de suicidio. Los padres se agarran frecuentemente a lo irracional, incomprensible y "extrafamiliar" de los síntomas, negando cualquier responsabilidad en el desarrollo de los mismos.

El niño por su parte también tiende a ocultar cualquier dificultad instalada en el seno familiar, quizás por la dureza en aceptar la equivocación de los padres o sujeto a veces a amenazas de los mismos. Otras veces simplemente lo oculta por desconocimiento de la verdad. Al niño le llegan múltiples informaciones familiares y extrafamiliares respecto a sus padres, a sus interrelaciones, ésta información es enfrentada a su propia experiencia con ellos, a la confianza y relaciones que mantiene (disponibilidad a sus requerimientos). El conjunto de la información debe conseguir coherencia y compatibilidad.

Es probable que la información verbal de los padres o respecto a ellos no coincida con las experiencias vividas por el niño, si ésto ocurre el niño tendrá dificultades en integrar ambos cuadros (valor patogénico de la información contradictoria semejante al Double Bind de Bateson).

CAMINOS PARA EL DESARROLLO DE LA PERSONALIDAD

Modelos Alternativos

Habrían varios modelos para explicar como se desarrolla la personalidad. Uno de ellos haría referencia a unas fases que el individuo debe superar de forma mas o menos satisfactoria, en caso de tensión habría una regresión a la etapa más fructífera anclandose y dando una patología típica de una etapa fija del desarrollo, (La esquizofrenia sería una regresión al estadio oral o el delirio psicótico haría referencia a probables delirios del lactante), cada etapa normal del desarrollo infantil tendría una traducción patológica en el adulto.

Anna Freud introduce el concepto de "Líneas de Desarrollo" en las cuales varias áreas de la personalidad deben desarrollarse armonicamente.

Otro modelo alternativo (adoptado por Bowlby) define a la personalidad como una estructura que se desarrolla sin cesar eligiendo entre una serie de amplias posibilidades de evolución. La personalidad sería el resultado de la interacción de una constitución fisiológica (estructura mental germinal) frente a un ambiente (familia, etc.) que daría luz a una determinada estructura de personalidad que a su vez interacciona nuevamente con ambientes cada vez mas amplios. A medida que la estructu-

ra se va consolidando el número de posibilidades a elegir disminuyen.

Cambios del Desarrollo. Homeorresis

El modelo anteriormente descrito se basa en la teoría Epigenética de Waddington en la cual el genoma regula la medida en que las características del desarrollo son sensibles o no a los cambios ambientales. Cuando mayor sensibilidad a los cambios ambientales mayor es el grado de adaptación.

Los procesos fisiológicos y los sistemas de conducta serían los que marcarían una línea de desarrollo concreta y limitarían el grado de sensibilidad epigenética para lograr que el desarrollo sea coherente a pesar de las tendencias ambientales; tal capacidad autoregulatoria se denomina Homeorresis.

En función de una estructura de personalidad dada se seleccionarían los estímulos a percibir ignorando otros determinando una forma a interpretar las situaciones y los planes de acción a elaborar.

El grado de sensibilidad epigenética al ambiente sería especialmente importante durante los primeros años, disminuiría durante la infancia y se limitaría mucho en la adolescencia, de tal forma que la personalidad pueda adaptarse correctamente en consonancia con el ambiente de desarrollo.

Dr.
J.M. Illa