

**1a Jornada Fundació PRESME: NOVES MIRADES EN SALUT MENTAL I APRENTATGE.**

**Les aportacions de la teoria de l'aferrament a la comprensió de les dificultats d'aprenentatge i comportament.**

**Bellaterra, 14 Nov. 2008**

**APEGO PARA DOCENTES. REFLEXIONES GENERALES**

**Carlos Lamas**

Los humanos como cualquier ser social está programada genéticamente, instintivamente, para crear aferrarse con otros individuos. La imagen más útil es la del pulpo. Los bebés deben aprender a aferrarse a su madre en primer lugar y a otros seres humanos posteriormente. Al nacer carece de patas para aferrarse, pero al ir creciendo empieza a generar tentáculos con los que mantener la relación. El tentáculo no es unidireccional sino que es en parte materno y en parte del niño. Eso explica que la calidad de las relaciones sean diferentes con los diversos individuos. La capacidad de establecer lazos con la figura que cuida al bebé está programada. La calidad de tales lazos depende de la interacción con la mamá. A partir de que la primera pata se ha formado, irán apareciendo más tentáculos con los que se irá aferrando a otros seres humanos. Toda la vida vamos estableciendo relaciones que nos cambian profundamente. La muerte de una persona con la que mantenemos una relación de apego, sería como una amputación de nuestros tentáculos. Duele y debemos hacer un trabajo para integrar el muñón en nuestra experiencia vital, a esa tarea le llamamos duelos.

Instintos en los humanos:

- Afiliación a grupos.
- Alimentación.
- Sexual.
- Exploratorio
- Apego. Búsqueda protección por personas específicas.

Hay sinergias, apego y sexual, en la pareja y excluyentes, apego y exploratorio

En el niño el apego empieza cuando comienza a actuar intencionadamente adaptándose también a la madre y reconoce específicamente a determinadas personas, vinculándose a ellas.

Requiere una interacción estable y el desarrollo de determinados procesos mentales y afectivos del niño.

A los 8-12 meses se instaura el apego hacia una persona específica. Aparece la ansiedad por separación.

El apego permite: Exploración del ambiente e interacción con personas desconocidas y el miedo a los extraños. La función del miedo es garantizar la seguridad.

Calidades del apego. Nos mantenemos pensando en el apego como relación.

El apego seguro requiere una cualidad en la figura, que es la sensibilidad.

*La respuesta sensible como organizador psíquico.* Notar las señales del bebé, interpelaras adecuadamente, responder apropiada y rápidamente. Lo contrario, el cuidador fracasa en leer los estados mentales o los deseos del bebé o cuando fracasa en apoyarlo adecuadamente.

La respuesta sensible genera una integración del self y de su autovaloración. Propicia la respuesta amorosa, cooperativa y recíproca.

En la respuesta sensible existe la diferenciación. El menor es otra persona con sus necesidades (libertad guiada) y el adulto limita su reactividad y autoreferencia.

En la niñez y adolescencia. Identificar las señales del menor, quiere decir hablar de sus estados internos, para que así los reconozca (estás triste porque..., esta pataleta fue porque te sentiste herido, estas contento porque conseguiste que tu maestro se sintiera orgulloso de ti por ....)

Un adulto sensible es el que gana acceso al estado mental del menor y le atribuye significado (entabla conversaciones significativas con los menores, en las que muestra la capacidad de reflexionar sobre temas interpersonales. Es *empatía* más habilidad de reaccionar como un ser humano *diferenciado*. En otros textos, conducta de apoyo.

Un adulto insensible interpreta mal las necesidades de ayuda o responde a éstas de forma demasiado empática o poco diferenciada lo que produce en el menor una sensación de disgusto consigo mismo en un momento de fragilidad y demanda de ayuda.

Un apego seguro comporta:

- 1.- Confianza básica en el mundo
- 2- Sentimiento de autovaloración

3.- Reconocer y prevenir el peligro. Realizar predicciones y distinguir entre situaciones potencialmente seguras e inseguras.

Si las figuras de apego no son sensibles, el niño debe adaptarse, sobrevivir creando lazos de otras calidades. La repercusión sobre él mismo será que explorará el mundo de forma deficiente, no interpretará los peligros de forma adecuada y se perderá la riqueza del entorno. Tendrá otras repercusiones sobre el menor, sobre su confianza básica en el mundo y, en particular, sobre los seres humanos y configurará una pobre imagen de sí mismo.

La autora más útil para entender la evolución de los menores en situaciones de apego deficientes es Crittenden.

Tratamiento de los apegos inseguros:

Estar disponibles física y emocionalmente y ser sensibles. La relación es lo que cura, da alternativas al menor para crear otros tipos de apego, otro tipo de tentáculos. Todos hemos cambiado a través de las relaciones que hemos creado. La teoría no es determinista sino que habla de plasticidad en el ser humano. Si no, como explicaríamos aquellos padres severos que se convierten en tiernos abuelos.

Identificar los apegos. Dar lo que no hay, emociones, cogniciones, memorias pero valorar lo que es experto el menor.

Identificar el propio tipo de apego. Comprendemos mejor a nuestros similares, nos enamoramos, apasionamos por los de tipo contrario.