



LA MA(PA)RENTALIDAD DESDE UNA EPISTEMOLOGÍA COMPLEJA - REFLEXIONES SOBRE LA NUTRICIÓN RELACIONAL Y EL APEGO SEGURO

María L. Christiansenⁱⁱ

Universidad de Guanajuato,
México

Resumen:

En este artículo, se intenta reflexionar epistemológicamente acerca de la idea de amor parental en términos de la metáfora de "nutrición relacional"; el objetivo es dar cuenta de la naturaleza *compleja* del vínculo parento-filial en contextos de buen trato. Al hablar de complejidad se alude al carácter multinivel que el proceso de crianza supone, en una triple dimensión: cognitiva, emocional y pragmática. Estas propuestas han sido desarrolladas por algunos autores del campo de las ciencias sociales y de la salud mental, entre ellos Juan Luis Linares, Jorge Barudy y Maryorie Dantagnan, entre otros. Abordar la parentalidad como proceso nutricional es una vía de cuestionamiento a la tradicional simplificación sentimentalista, la cual exacerba algunos componentes del vínculo a nivel emocional, pero deprecia la importancia de las otras fuentes nutricionales, las cuales no son en absoluto sustituibles. Como se irá estableciendo aquí, la crianza basada en el amor relacional plurificado es fundamental para la estructuración de un *apego seguro*, y como fuente formadora de la capacidad de *empatía* y *resiliencia*.

Palabras claves: nutrición relacional; amor complejo; apego seguro; competencia parental; resiliencia

Abstract:

In this article, we try to reflect epistemologically on the idea of parental love in terms of the metaphor of "relational nutrition", to give an account of the *complex* nature of the parento-filial bond in contexts of good treatment. When talking about complexity, the multilevel character that the process of parenting supposes is implied, in a triple dimension: cognitive, emotional and pragmatic. These proposals have been developed by some authors from the field of social sciences and mental health, among them Juan Luis Linares, Jorge Barudy, Maryorie Dantagnan, among others. Addressing

ⁱ PARENTAL LOVE FROM A COMPLEX EPISTEMOLOGY - REFLECTIONS ON NUTRITION RELATIONSHIP AND SAFE ADJUSTMENT

ⁱⁱ Correspondence: email mlchris_mex@hotmail.com

parenthood as a nurturing process is a way of questioning the traditional sentimental simplification, which exacerbates some components of the emotional level, but depreciates the importance of other nutritional sources, which are not substitutable at all. As will be established here, parenting based on plurified relational love is fundamental to the structuring of a *secure attachment*, and as a source of capacity for *empathy* and *resilience*.

Keywords: relational nutrition; complex love; secure attachment; parental competence; resilience

1. Introduction

En este artículo, se intenta reflexionar *epistemológicamente* acerca de la idea de amor parental en términos de la metáfora de “nutrición relacional”, para dar cuenta de la naturaleza *compleja* del vínculo parento-filial en contextos de buen trato.

El abordaje *epistemológico* disecciona, fundamentalmente, las *formas* de producir y validar el conocimiento. En tal sentido, el presente trabajo constituye un ejercicio de análisis crítico que ayude a cuestionar el *reduccionismo sentimentalista* desde el cual se ha entendido el *amor* en general, y el *amor parental* en particular.

Al hablar de una postura epistemológica *complejista*, se pretende destacar el carácter *multinivel* que el amor parental engloba, en una *triple dimensión*: cognitiva, emocional y pragmática. Estas propuestas han sido ya desarrolladas -separadamente- por algunos autores del campo de las ciencias sociales y de la salud mental, entre ellos Juan Luis Linares, Jorge Barudy y Maryorie Dantagnan, entre otros. A través de este artículo, se espera poner en diálogo sus valiosísimas contribuciones.

Abordar la parentalidad como proceso nutricional representa una denuncia a la tradicional *simplificación* del amor como emoción, la cual ha avanzado en detrimento de una cosmovisión *relacional* que supere la depreciación de otras fuentes nutricias insustituibles. Como se irá estableciendo aquí, la crianza basada en el buen trato es clave para la formación de un *apego seguro* (en el sentido de Bowlby, 1951, 1969, 1973), y en su base reside una comprensión pluridiversificada del amor parental.

Se procederá en el siguiente orden: en primer lugar, se expondrá el sentido en el cual se estará usando aquí la *metáfora nutricia* para hablar del *amor*, y sus premisas epistemológicas complejizadoras. En la segunda parte, se aludirá al concepto de *apego seguro* como pilar de relaciones estructuradas desde competencias parentales adecuadas. Finalmente, en el tercer punto, se propondrá la idea de una *parentalidad resiliente* a través de la articulación de los conceptos antes presentados.

2. Amor Complejo: la metáfora de *nutrición relacional* en el proceso de crianza

No cabe duda de que la familia es el entorno social en el cual, originalmente, se suscitan los estímulos relacionales de mayor influencia para la maduración individual. No obstante, esto está muy lejos de alentar a un buen pronóstico, ya que dicha maduración

dependerá, en gran medida, de los recursos múltiples que el contexto cuidador proporcione en distintos aspectos del desarrollo. Idealmente se tendería a creer que la familia es siempre el espacio donde se socializa a los niños en la asimilación de conductas adaptadas, pero hay sobrada evidencia de que las experiencias de socialización familiar pueden distar mucho de tal objetivo.

Iniciemos con la pregunta siguiente: ¿en qué condiciones tempranas se va entretejiendo una visión del sí-mismo a la que se llegará a considerar, más tarde, como definitoria de lo que uno *es*? De esta pregunta derivan muchas otras, como, por ejemplo: ¿por qué, entre las infinitas posibilidades de autonarración, algunas se cristalizan como descripciones verdaderas acerca del yo? ¿cómo influyen sobre los propios relatos identitarios aquellos guiones culturales que en cada sistema familiar son dominantes? ¿se configura igual una narración de identidad personal en una familia que se autopercebe desde el derrotismo que en una familia que se visualiza desde la “saga heroica”?

Estos interrogantes son de muy árida respuesta, pero, al menos, habría que señalar que la identidad (el sentido de sí) es el resultado de procesos narrativos intrincados e historicados (cfr. Carreras y Linares, 2006). En ese sentido, el seno de la vida familiar funcionará, en la mayoría de los casos, como un crisol de descripciones acerca de “quién es uno”, y algunas de esas descripciones llegarán a tener un peso decisivo en la visión del sí mismo. Dicho de otra forma, la familia generalmente proporciona un marco de significados desde los cuales se le otorga validez a las experiencias. Así, todo lo ocurre, ocurre en dos mundos: el fáctico y el simbólico. Por ejemplo, si un adulto recuerda que, cuando tenía 5 años, su familia fue violentamente desalojada de la casa donde siempre habían vivido, no sólo estará evocando lo que de hecho sucedió, sino lo que significó ese acontecimiento a nivel personal. Su relato no será una descripción aséptica de emociones, sino una construcción que entrelaza ideas, creencias, patrones explicativos, sentimientos, mapas sobre su persona y sobre los demás. Ciertamente, habrá narrativas que llegarán a ser consideradas como “verdades irrefutables” sobre el sí-mismo, en la medida en que darán cuenta de aspectos esenciales del *self*, características no renunciables ni negociables (“*así era yo*”, “*así soy*”). En virtud de que la *personalidad*, en una acepción relacional, se va formando a través de estas experiencias narrativas tempranas (Carrera y Linares, 2006), las relaciones familiares dejan una impronta difícil de borrar, tanto si fermentan en un ámbito de *amor* como si lo hacen desde el desamor.

Ahora bien, ¿cuándo es viable hablar del entorno familiar como “ámbito de amor”? Juan Luis Linares (2006a, 2006c, 2007) ha propuesto entender el *amor* en un sentido *complejo* apelando a la metáfora *nutricional*. Se refiere, por supuesto, a una nutrición de la capacidad de participar en relaciones sociales sanas, comenzando, en la primera parte de la vida, con la oferta relacional que los padres pueden hacerles a sus hijos (y que funcionará, posteriormente, como modelo de amor parental).

La vivencia subjetiva de ser “complejamente amado” implica tener consciencia de ser pensado, sentido y tratado de forma amorosa (Linares, 2006a, 2006c). Como se

puede ver, la relación de amor no se circunscribe a un sentimiento *afectivo*, el cual es condición necesaria pero *no suficiente* para el desarrollo adecuado de la personalidad. La posibilidad de maduración personal requiere de un ecosistema relacional capaz de dar lo indispensable para que la nutrición social pueda concretarse. Así como la nutrición biológica está conformada por fuentes distintas e irremplazables, la nutrición relacional también. Por ejemplo, el exceso de carbohidratos no contrarresta un déficit de proteínas, del mismo modo que un exceso de proteínas no compensa la carencia de lípidos. Todos y cada uno de los componentes son relevantes para la satisfacción de sus respectivas funciones específicas. Pues bien, lo mismo acontece para que tenga lugar una experiencia vincular basada en el trato amoroso en sentido complejo. Toda persona crece en un determinado ecosistema social, y de la abundancia o carencia de recursos nutricios que dicho ecosistema albergue dependerá en gran medida la estructura de la personalidad. Por supuesto que la familia de origen no es el único sistema de pertenencia del cual emanan las experiencias de buen trato; en el proceso de socialización otros actores son también significativos, como sucede con la escolarización, con los pares o con la nueva familia creada (pareja, hijos). Estos otros ingredientes del ecosistema podrían, en un escenario favorable, proveer de los recursos nutricios que faltan o faltaron en la familia de origen; pero, en un escenario desfavorable, esas otras experiencias podrían intensificar los efectos de la desnutrición vivida tempranamente en el sistema familiar primario.

Según Linares, son tres los canales que coadyuvan a una *nutrición relacional adecuada*, a saber:

- componentes *cognitivos*;
- componentes *emocionales*;
- componentes *pragmáticos*.

A continuación, se analizará cada uno de ellos en el caso del amor parental. Hay que subrayar que, la experiencia de nutrir debe ser constante, inequívoca y directa (Linares y Soriano, 2013).

2.1 Componentes cognitivos

El primer componente cognitivo de la nutrición relacional es el *reconocimiento*, que consiste en la aceptación de la existencia del otro, limitando, en cierto modo, la propia existencia (Linares y Soriano, 2013). Este “des-centramiento” (o “egocidio”) no es una trivialidad. Por ejemplo, en el comúnmente llamado “narcisismo”, los otros existen sólo en tanto reconozcan la valía del narcisista; esos “otros” no serán reconocidos en su alteridad, en su diferencia. Similarmente, cuando se piensa en un hijo como un obstáculo para el desempeño profesional, y se lo somete a una existencia “satelital” alrededor del protagonista, el reconocimiento de su diferenciación e individualidad se obstruye.

Cuando la falta de reconocimiento se estabiliza y tiende a cronificarse, puede formar una pauta relacional de “desconfirmación”; en lenguaje filosófico podríamos referirnos incluso a una “desontologización”: el otro no es tratado como alguien con

entidad propia. Algo como esto sucedería, por ejemplo, en los casos más alevosos de sobreprotección, donde el sobreprotegido no puede ser visto como alguien con capacidad propia, por lo cual su autonomía queda anulada.

El segundo componente cognitivo es la “valoración”, la cual consiste en *apreciar* las cualidades del otro en la coincidencia y en la *diferencia*. El bloqueo de este conducto nutricional puede detonar peyorativas actitudes de descalificación y desvalorización (por ejemplo, cuando se hacen sistemáticas comparaciones estigmatizadoras entre los hermanos, o cuando se manifiesta recurrente decepción por los logros no cumplidos del hijo).

Con la valoración ocurre algo análogo a lo que acontece con el reconocimiento: reconocer y valorar adecuadamente al otro no supone mermar ni aumentar al autorreconocimiento y la autovaloración. De hecho, para nutrir, hay que estar nutrido.

2.2 Componentes emocionales

Un vínculo parento-filial puede considerarse como emocionalmente nutricional si existen equilibradamente sentimientos de “aceptación” y “ternura”. Por ejemplo, la *disponibilidad* hacia los hijos implica no una mera aceptación resignada de sus necesidades, sino un *deseo* que connote a dicha disposición de un sentido de entrega gratificante y gratuita, muy por encima de una esclavizante obligación racionalizada. Linares y Soriano aclaran que el bloqueo de estos componentes puede dar lugar a la indiferencia o, peor aún, a emociones contrarias (efecto péndulo): “No es raro que la aceptación pueda tornarse en ‘hipercriticismo’ y ‘rechazo’, y que la ternura devenga en ‘desapego e irritación’” (2013: 126).

Dos advertencias a considerar:

- 1) Si bien los componentes nutricionales son *independientes*, el hecho de que alguno se obstruya podría comprometer también el potencial nutricional de otro u otros componentes. Por ejemplo, unos padres que no reconozcan (cognitivamente) las dificultades de un hijo minusválido podrían no sentir ternura por él. Y, por supuesto, la inversa también: el hecho de no resonar afectivamente con ese hijo podría intensificar la mirada rechazante hacia el hijo. El campo interaccional está impregnado de círculos viciosos.
- 2) Ciertamente la aceptación y la ternura son componentes muy inestables en el corto plazo (es decir, cambiantes), pero los más resistentes a largo plazo: se afectan fácilmente en el trato cotidiano, pero se recuperan rápidamente con igual facilidad (Linares y Soriano, 2013: 126).

2.3 Componentes pragmáticos

La nutrición relacional en su dimensión *pragmática* está materializada en la *acción*, es decir, en el *trato amoroso*. Aquí cabría recalcar lo ya dicho: una obstrucción importante en la vía cognitiva y/o en la vía emocional podría resultar drástica para la vía pragmática. Retomando el ejemplo anterior, el rechazo y la negación de un hijo en su condición de diferencia (vía cognitiva), aunado a la ausencia de emociones positivas de

ternura y aceptación (vía emocional) serían un caldo de cultivo para acciones de maltrato.

El canal pragmático abarca una doble función parental: la protección y su contracara, la normatividad. Tan importante es cuidar a los hijos de las amenazas hostiles como señalar límites y establecer pautas de comportamiento para la integración social. Esta función puede desbalancearse fácilmente: un exceso de protección (hiperprotección) acompañado de una falta de límites (hiponormatividad), o, al contrario, una excesiva normatividad (hipernormatividad) con pocos cuidados (hipoprotección). En los casos más delicados, los padres podrían fracasar en ambas funciones pragmáticas, no pudiendo dar protección ni direccionamiento alguno (Linares y Soriano, 2013; Linares, 2006a, 2007).

2.4 Obstrucciones nutricias y formas de maltrato psicológico

Dado que, desde un enfoque del amor en sentido complejo, se asume que un vínculo parento-filial se alimenta de una *triple* fuente nutricia, el bloqueo parcial de alguna de sus rutas cancela la efectividad del conjunto. Incluso tales interferencias podrían propiciar severas alteraciones de la maduración de la personalidad y diferentes trastornos psicopatológicos (Linares y Soriano, 2013; Carreras y Linares, 2006; Linares, 2006a, 2007).

Es necesario enfatizar la importancia de un hecho innegable: la función *parental* está altamente influida por el tipo de *conyugalidad* que existe en la pareja, o bien por el tipo de *posconyugalidad* en aquellas parejas que ya se han separado o divorciado, pero que siguen compartiendo el proyecto de crianza de sus hijos. Ciertamente estas dos variables (parentalidad y conyugalidad) están separadas, pero en general se influyen, para bien o para mal. Por ejemplo, hay parejas que viviendo en una permanente “luna de miel” podrían volverse miopes de las carencias nutricias de sus hijos; o, por el contrario, una pareja sumida en una terrible crisis matrimonial o en un litigio judicial por la custodia de sus hijos podría tironear a estos sin dimensionar adecuadamente el daño psicológico perpetrado hacia los menores. En breve, la conyugalidad puede ser, en determinado momento, armónica o disarmónica, y combinarse esta condición con una parentalidad conservada o deteriorada. Dichas combinaciones dan origen a posibles ecosistemas familiares en los que predominan, según Linares (2006a, 2006c, 2007, 2010, 2015), diversas prácticas de maltrato psicológico de envergadura. A grandes rasgos, sobresalen las siguientes:

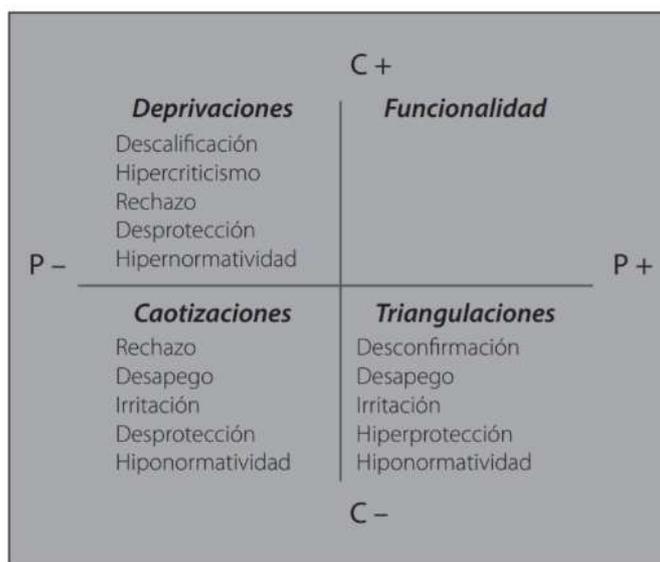
- Cuando la conyugalidad es armónica y la parentalidad está conservada, se generan condiciones para una nutrición relacional plena.
- Cuando la conyugalidad es disarmónica pero perdura el interés por la parentalidad, se dan frecuentemente intentos de *TRIANGULACIÓN* (la cual podría definirse como una invitación implícita a los hijos a involucrarse en el conflicto de los padres y a tomar posición como aliados en contra del otro).
- Cuando la conyugalidad es armónica, pero no va acompañada de un consabido interés por los hijos, pueden advenir experiencias de *DEPRIVACIÓN*. En este

tipo de situaciones, el exagerado interés en la relación conyugal es inversamente proporcional al interés por los hijos.

- Cuando la conyugalidad es disarmónica y la parentalidad además está deteriorada, se dan las condiciones para las denominadas *CAOTIZACIONES*, en las cuales los hijos quedan expuestos a riesgos inminentes, incluso de desarrollar trastornos de la vinculación social (como las sociopatías).

En la Figura 1, Linares expone las formas más sobresalientes de maltrato psicológico, y en la Figura 2 pueden apreciarse más claramente las atmósferas relacionales a las cuales estas variables combinadas dan origen:

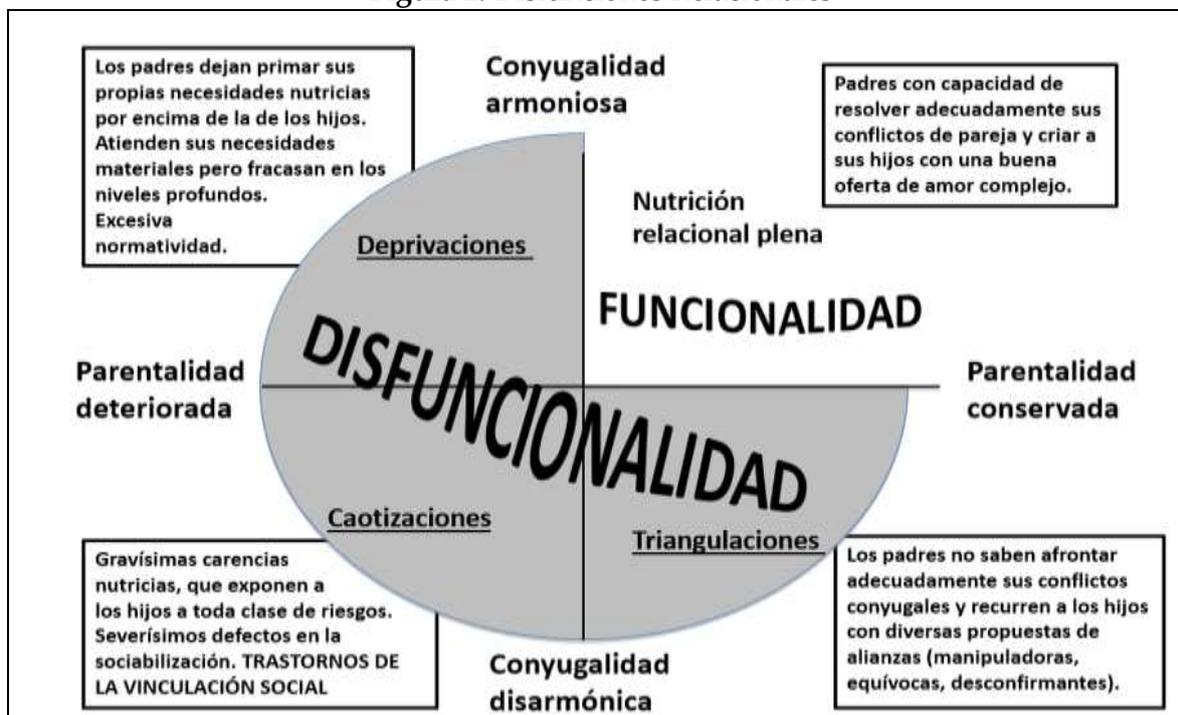
Figura 1: Modalidades más frecuentes del maltrato psicológico



(Fuente: Linares y Soriano, 2013: 129)

Algo que debe quedar bien establecido es que no hay una relación unicausal, directa o decisiva entre la atmósfera relacional en la cual se vive en la familia de origen y el resultado del proceso maduracional de la personalidad, ya que pueden aparecer mecanismos compensatorios en otros ámbitos relacionales dentro de la familia ampliada o fuera de ella. Si bien las múltiples modalidades de maltrato psicológico (triangulaciones, deprivaciones y caotizaciones) ocurridas en las experiencias tempranas pueden significar graves déficits originales, podrían aflorar mecanismos de protección que actúen subsanando, en lo posible, los efectos residuales de la desnutrición relacional vivida con anterioridad. Tales interacciones actuarían como auténticas *incubadoras relacionales* mediante experiencias *resilientes*.

Figura 2: Disfunciones Relacionales



(Fuente: Elaboración propia, adaptado de Linares (2007: 388))

3. El Concepto de “apego seguro” como pilar de la competencia parental nutricia

Una ma(parentalidad) sana, competente y bientratante supone dos capacidades fundamentales: *apego* y *empatía* (Barudy y Dantagnan, 2010). Esto tiene muchísimo que ver con lo que antes se esgrimió respecto a la nutrición relacional en su múltiple dimensión cognitiva, emocional y pragmática. En lo que sigue de esta sección, se analizará resumidamente el concepto de apego y de empatía, poniendo de relieve sus interrelaciones con la idea de amor desde una perspectiva complejista-ecosistémica. Lo que se espera afirmar es que, los riesgos más elevados de obstrucción de las vías nutricias relacionales son, precisamente, el fracaso en el desarrollo adecuado de la capacidad de apego y de empatía social (cimientos firmes de las destrezas parentales competentes legadas a la siguiente generación).

3.1 El apego

La proclividad por apegarse a la figura de un cuidador es innata en el recién nacido, ya que de ello depende su supervivencia. La cría humana llega al mundo en una condición de dependencia muy alta, puesto que, al momento de nacer, no ha culminado en absoluto su proceso de desarrollo. En consecuencia, si esa figura cuidadora no es capaz de responder a las necesidades más elementales del neonato, este último muy probablemente morirá. Cabe decir, entonces, que la experiencia del apego es *relacional*, en cuanto exige la *sincronización* de las dos partes, basadas en el pedir cuidados y el

darlos. Pero aquí ya hay una asimetría destacable: la capacidad del neonato de pedir cuidados es *innata*, dada, mientras que la capacidad parental de responder adecuadamente es aprendida (y no meramente biológica).

La nutrición cognitiva, emocional y pragmática comienza desde la vida intrauterina. Es obvio que el proceso relacional transcurre, para el feto, de manera *sensorial*, siendo particularmente afectado por estímulos desagradables a raíz de situaciones de estrés vividas por la madre. Por ejemplo, en procesos de gestación caracterizados por violencia física, puede haber “sufrimiento fetal” a través de la tensión muscular transmitida por la contractura de la pared abdominal y de las paredes uterinas, pero también podría estar asociado con otros hábitos, como el tabaquismo, el consumo de alcohol y drogas, etcétera (Barudy y Dantagnan, 2010). En otras palabras, la historia relacional comienza *antes* de nacer, y está conformada por sensaciones y emociones que se almacenan como *memorias implícitas* (Siegel, 2007).

La relación de apego se estructura *recursivamente*: los padres influyen sobre sus hijos, que influyen sobre sus padres (y así sucesivamente, en espiral). Es un proceso comunicacional que, de parte del hijo, reclama una proximidad del cuidador que le garantice protección y cuidados. El sistema de apego se activa ante la sensación de miedo o de ansiedad. Que un hijo no manifieste ningún grado de angustia o preocupación ante la separación o ausencia de su cuidador, es tan contrario al apego seguro como la reacción exagerada de extrema angustia o preocupación desbordada. En el primer caso, se trataría más bien de una conducta de tipo evitativo más cercana al desapego; en el segundo caso, de un apego inseguro que aborta cualquier atisbo de autonomía.

¿Cuándo un apego puede considerarse *seguro*? En palabras de Bowlby (1951, 1969, 1973), lo es cuando proporciona la sensación de *seguridad* básica (“*holding*”). Así lo exponen Barudy y Dantagnan:

“El apego une a padres e hijos en el espacio y en el tiempo, lo que se manifiesta, sobre todo, durante la infancia por la tendencia a mantener una proximidad física, y cuya expresión vivencial o subjetiva, cuando este apego es sano, es la sensación de seguridad (Bowlby, 1973). El establecimiento de apego permite no sólo que el niño discrimine, a partir de un momento de su desarrollo, a sus padres, familiares y extraños, sino también que disponga de una representación interna de sus figuras de apego, como disponibles, pero separadas de sí mismo, pudiendo evocarlas en cualquier circunstancia.” (2010: 91).

La interiorización de los padres como fuente de seguridad, estabilidad y disponibilidad genera lazos invisibles que permiten la exploración confiada del entorno y el proceso de separación-individuación a través del cual el hijo irá construyendo su propio tejido social afectivo. El vínculo de apego es crucial para el proceso de desarrollo de la mente infantil, ya que, evolutivamente, el cerebro inmaduro del bebé puede utilizar las funciones maduras del cerebro de sus padres o cuidadores para organizar su propio funcionamiento (Barudy y Dantagnan, 2010: 90-93). El problema es que no

siempre el adulto cuidador tiene la aptitud para responder adecuadamente a las señales del niño. Se supone que debería poder responder, ya que se ha dicho que los sistemas de apego son innatos y, por lo tanto, todo adulto fue, al principio, un bebé biológicamente predeterminado a apegarse a un cuidador. Sin embargo, como ya adelantamos en la sección anterior, las carencias nutricias que pudo haber vivido en su propio proceso de maduración pudieron haber atrofiado el aprendizaje relacional que emana de las experiencias de amor complejo. No debe omitirse que el estilo de apego infantil modela las relaciones adultas, incluidas las parentales. Es decir, las vivencias de apego vividas como hijos en la infancia se codifican en las memorias implícitas como modelos o esquemas de apego internalizados, que influirán posteriormente sobre la forma de ejercer la parentalidad con sus propios hijos. El apego se experimenta ante todo como hijo, y luego como padres (y en ello hay una impronta ineludible).

Con referencia a la intersección entre apego infantil y apego adulto, no está de más aclarar que, además de forjar cierto estilo de vinculación con los hijos, el modelo de apego infantil introyectado también influye sobre el amplio abanico de relaciones interpersonales con otros adultos, comenzando por la pareja. Es así que, adultos que han sido criados en contextos poco o nada nutricios (de triangulaciones, deprivaciones, caotizaciones), serán, como padres, mucho más propensos a responder inadecuadamente a las demandas de apego de sus hijos. Aquí no se podría establecer, por supuesto, un determinismo lineal, ya que, como se establecerá en la sección siguiente, la desnutrición relacional primaria podría subsanarse parcialmente en otros vínculos que resulten nutricios (en una ecología social *resiliente*). Empero, hay que admitir que los modelos de apego tienden a ser resistentes al cambio y a instaurar patrones relacionales altamente rigidizados. El núcleo del problema no está en la repetición intergeneracional de apegos seguros, sino, justamente, en la repetición de apegos inseguros.

3.2 Tipos de apego y calidad de la parentalidad

Partiremos del hecho de que, si bien la tendencia a apegarse está inscrita en nuestra constitución natural, el tipo de apego desarrollado es *relacional*, es decir, depende de los factores protectores con los que se cuenta dentro de un ecosistema social.

3.2.1 Apego Seguro

Como se anticipó, el *apego seguro* emerge en presencia de una buena competencia parental, en la que están coordinadas las capacidades del que pide y el que da. La *seguridad básica* (que se traducirá, más tarde, en autoestima positiva) proporciona las condiciones indispensables para el crecimiento, la organización y el desarrollo neurocerebral del niño (Barudy y Dantagnan, 2010: 97-99). La disponibilidad de la figura cuidadora es primeramente física, luego simbólica (internalizada) y las figuras que ocupan esos roles van cambiando a lo largo de la vida. Allí donde pudo florecer un apego seguro, se han sembrado posibilidades para que broten, en el futuro, nuevas relaciones de apegos seguros.

Pero ¿qué ocurre ante la ausencia de competencia parental? Los escenarios que pudieran ser descritos en términos de “incompetencia parental” son un semillero para el advenimiento de *apegos inseguros*, que son resultado de procesos de nutrición relacional obstruidos en grados y formas diversas.

3.2.2 Apego Inseguro

A grandes rasgos, se ha hecho una clasificación de los *apegos inseguros* de acuerdo con las siguientes distinciones (Ainsworth, *et al*, 1978):

- Apego Inseguro Evitativo;
- Apego Inseguro Ansioso, Resistente o Ambivalente.

El apego inseguro evitativo tiene que ver con un conjunto de reacciones del hijo ante la sensación de la figura cuidadora como no disponible, reactiva, no perceptiva e incluso rechazante o amenazante. La conducta observable en el hijo es la de evitar o minimizar la búsqueda de proximidad.

En el otro caso, el de apego ansioso, resistente o ambivalente, se correlacionan con padres incoherentes o negligentes en las repuestas que dan a las señales de sus hijos. El hijo tiende a buscar desesperadamente la proximidad con el progenitor, y aun cuando la obtenga, sigue en un estado de ansiedad y alerta difícil de desactivar.

3.2.3 Apego Desorganizado/ Desorientado

Hay una última categoría de apego, que no cabe ser considerada como apego inseguro, ya que, en este caso, la incompetencia parental es muy notoria y drástica. Se trata del denominado *apego desorganizado/desorientado*, en modalidades descritas por autores como Zeanah (1996), Keck y Kupecky (1995), Barudy y Dantagnan (2010), entre otros. Se ha sido subdividido este estilo de apego *desorganizado/desorientado* en los siguientes subtipos:

- Desorganizado Controlador;
- Desorganizado Desapegado.

Al interior de cada una de estas subcategorías se hallan distintas modalidades de apego desorganizado, las cuales se expondrán sucintamente.

3.2.3.1 Estilo de Apego Desorganizado Controlador

A. Modelo de apego desorganizado controlador punitivo/agresivo

B. Modelo de apego desorganizado controlador cuidador compulsivo o con inversión de roles

C. Modelo de apego desorganizado complaciente compulsivo

A. Modelo de apego desorganizado controlador punitivo/agresivo

Son propios de niños que, criados en una atmósfera parental de maltrato severo, canalizan su temor, su impotencia y su rabia agrediendo a otros. En esas otras relaciones intentan tener el control que no tienen ante sus progenitores. Sus respuestas punitivas o controladoras están afinadas en la desconfianza que sienten hacia los demás y se constituyen en mecanismos autodefensivos. El horror internalizado que

sienten hacia los cuidadores es afrontado desde la ilusión de controlar la situación mediante la coerción sobre otros, aprendiendo a usar la humillación, el abuso y el ataque incluso sobre aquellos que quisieran ayudarlos. Como sostienen Barudy y Dantagnan (2010: 101), esto ayudaría a entender el desconcierto de los padres adoptivos, acogedores o educadores de hogares infantiles cuando ven frustradas sus intenciones de reparación.

B. Modelo de apego desorganizado controlador cuidador compulsivo o con inversión de roles

Este estilo es frecuente en niños que participan en relaciones donde uno de los padres vive una violencia pasiva-dependiente por maltrato conyugal o por violencia familiar, ante lo cual muestran una mezcla de conductas de evitación, inhibición de sus afectos negativos y conductas exageradas de cuidado por alguno de sus cuidadores. Es usual la parentalización o conyugalización de estos hijos, lo cual los lleva a asumir roles de cuidado hacia alguno de sus padres, como forma de lidiar con su sensación de indefensión. Estos hijos se hacen visibles, presentes, existentes, a través de los cuidados dados a los otros.

C. Modelo de apego desorganizado complaciente compulsivo

En este caso, según Barudy y Dantagnan (2010), los niños intentan controlar la relación y modular el horror provocado por sus progenitores tratando de sobrecomplacerlos (lo cual, más tarde, se extenderá posiblemente a los sustitutos parentales). Esto alienta la hipervigilancia sobre los otros, sacrificando las propias necesidades afectivas.

3.2.3.2 Estilo de Apego Desorganizado Desapegado

Este estilo está ligado a la ausencia de relaciones afectivas duraderas y continuas en el tiempo, tal como ocurre por ejemplo en los casos de divorcio litigante y el fenómeno del “peloteo” entre los padres. También es propio de casos donde uno o ambos progenitores tienen algún diagnóstico psiquiátrico. La inestabilidad relacional que se vive en su entorno puede dificultar inmensamente la construcción de vínculos que funcionen como base segura; por el contrario, se tenderá al autorrepliegue o a la participación en relaciones superficiales, poco o nada selectivas, con grandes complicaciones para pedir ayuda.

Aquí se pueden visualizar dos casos distintos, según ocurra que el niño tienda a la inhibición o desinhibición:

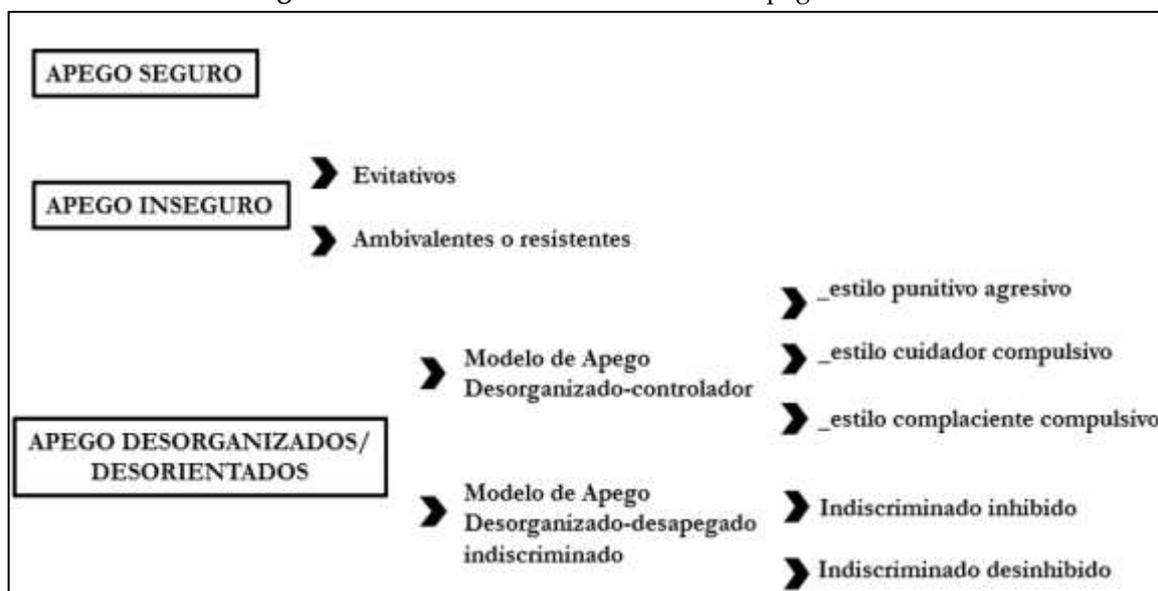
- *Estilo de apego desorganizado indiscriminado inhibido*: dan la apariencia de ser niños pasivos, pero son hipervigilantes de quien observan como amenazante. Dicha hipervigilancia los aparta del interés en el juego y la exploración del entorno (lo cual redundaría en la pobreza de sus vinculaciones afectivas y en la incapacidad de disfrutar de la interacción social). Este tipo de patrones comportamentales podrían ser confundidos con autismo o estereotipias psicóticas (Barudy y Dantagnan, 2010: 104).
- *Estilo de apego desorganizado indiscriminado desinhibido*: Es habitual este estilo de apego en niños institucionalizados desde temprana edad (orfanatos o casas de

acogida). Manifiestan un afecto confuso hacia los extraños, con excesivo fervor, pero superficial, que en realidad se traslada de un adulto a otro en función de intereses instrumentales. Ante las separaciones, no presentan indicios de angustia, sino de indiferencia, con un nivel de empatía muy bajo, conductas destructivas o de autorriesgo, con muchas dificultades para edificar o permanecer en relaciones emocionalmente comprometidas (Barudy y Dantagnan, 2010).

3.3 Clasificación de los estilos de apego: Recapitulación

La clasificación de los estilos de apego es arbitraria, cambiante y no exhaustiva. Funciona como guía heurística, orientadora, y no como una cosificación de las relaciones y de las trayectorias de vida de los individuos. En la Figura 3 se presenta una contrastación de los estilos de apego previamente descritos:

Figura 3: Clasificación de los Modelos de Apego Infantil



(Fuente: Elaboración propia, adaptada de Barudy y Dantagnan, 2010: 97)

4. Nutrición relacional y Estilos de Apego: el amor parental desde una epistemología ecosistémica

En esta última sección, que es la principal, se pretende poner en diálogo lo expuesto en la primera parte, acerca del amor complejo como *nutrición*, y lo dicho en la segunda, sobre la competencia parental como forjadora de un *apego seguro*. Dicha articulación no es forzada, ya que, en cualquiera de los dos casos, las capacidades y recursos fundamentales son insustituiblemente cognitivos, emocionales y pragmáticos.

Comencemos entonces por el primer cuadrante señalado por Linares (2007), en el cual se desarrolla una nutrición relacional plena, fruto de las condiciones que los adultos responsables han sabido brindar. Sin duda, podría aquí agregarse que ese ecosistema social sienta las bases para el logro de un apego seguro. No está demás recordar que, en dichos contextos, la pareja de padres no sólo preserva su función

parental, sino que también ha sabido gestionar su situación conyugal, tanto si están juntos como si se han separado. Es relevante hacer un par de precisiones:

- 1) no incurrir en el equívoco de idealizar las condiciones de amor nutricio y apego seguro (sería un despropósito considerar que la seguridad básica y el amor nutricio sólo son alcanzables en situaciones libres de conflictos, que serían irreales, y, por lo tanto, inexistentes).
- 2) No apresurarse a pensar que la atmósfera cognitiva, emocional y pragmática se da *siempre* en el entorno *familiar*, el cual podría ser francamente desnutricio y propicio para la formación de apegos inseguros o desorganizados. Aquí cabría subrayar la importancia de la noción de “ecosistema social” (en el cual la familia puede tener un rol protagónico, o no). Como sostendrá Barudy, la parentalidad (entendida como rol, como función nutricia) siempre es *social*, incluso aunque sea ejercida por los padres biológicos (que han tenido desde el inicio la posibilidad de no criar a sus hijos, y han optado por hacerlo). Dicho de otra forma, en los casos donde los padres procrean y crían a sus hijos, la función parental biológica coincide con la social; no así en los casos donde los padres procreadores no han sido capaces de ejercer su función parental social. En esta última circunstancia, la supervivencia depende de que otras figuras de apego puedan llevar a cabo esa función. Por ello, aquí se considera que la buena parentalidad en una sociedad hay que pensarla ecosistémicamente, y no sólo a nivel de la familia directa y de los padres biológicos. Para ampliar esta consideración, habría que evaluar qué recursos de protección y fortalecimiento tiene el grupo para subsanar estas situaciones, y, por supuesto, también ponderar qué características o recursos de agravamiento complican aun más la condición del niño.

Continuando con el esquema propuesto por Linares (2007) para dar cuenta de los procesos nutricios, pasemos al cuadrante de las *triangulaciones*, donde, en principio, la parentalidad se ha preservado pero la belicosidad conyugal es tan ardua que pone en riesgo esa buena parentalidad. Estas interrelaciones son triangulares, ya que los adultos implicados no han encontrado otra forma de afrontar el conflicto que no sea “invitando” a alguno de sus hijos a aliarse en contra del otro progenitor. Como Linares (2015) ha dicho, en estos escenarios fermentan las alianzas manipuladoras, desconfirmantes. Este espacio es idóneo para las denominadas “*dinámicas del Juicio de Salomón*” y para las “*prácticas alienadoras familiares*” (PAF). En el caso de las dinámicas salomónicas, el hijo es víctima pasiva del tironeo de los padres, mientras que, en una instancia posterior, ese hijo tironeado puede pasar a tener un rol activo y beligerante en contra de uno de sus progenitores.

Las dinámicas del juicio de Salomón remiten a la historia bíblica, cuyo planeamiento inicial es el siguiente: dos mujeres se presentan ante el sabio rey Salomón, alegando ambas ser la verdadera madre de un niño. Fracasados los intentos del rey por mediar entre ellas, e incapaz de determinar quién tiene razón, astutamente el rey dispone que el niño sea cortado en dos, entregando una mitad a cada mujer. El resultado es que, una de ellas, renuncia rápidamente a su parte ante el horror de ver

despedazado al niño (el rey decide que ella es la verdadera madre, y se lo otorga vivo y entero). Para Linares, esta trama representa bastante bien una situación cada vez más común: dos progenitores enzarzados en un cruel combate por la “posesión” de un hijo, descalificándose recíprocamente como padres y entregándose a todo tipo de manipulaciones, judiciales y extrajudiciales, con tal de salirse con la suya. Linares afirma: “Un observador externo puede tener la impresión de que los padres llegarían a preferir rasgar el cuerpo de sus hijos (el espíritu se lo rasgan sin vacilar), antes que ceder ante su ex pareja.” (Linares, 2006b: 56)

En las prácticas alienadoras familiares también hay este jaloneo por el hijo, ya que los padres están demasiado ocupados en ganarse mutuamente la pulseada simétrica. En esta instancia, el hijo probablemente ya ha aceptado involucrarse *activamente* en el problema de los padres, como forma de misión protectora hacia el progenitor percibido como más dolorido y vulnerable. Este punto es particularmente destacable: las triangulaciones no funcionarían si el “invitado” a la *alianza* no aceptara, y la aceptación tiene mucho que ver con un profundo sentido de lealtad a ciertos ideales (internalizados como “deber ser”). En el campo de batalla de los conflictos familiares, las creencias del sistema relacional funcionan como verdades incuestionables (mitos) que instauran guiones a seguir. El hijo puede convertirse, así, en responsable de defender la honorabilidad de uno de sus padres (culpando al otro de traición), en confidente de aquel a quien percibe como “perdedor” o víctima, o en chivo emisario que lleva y trae mensajes incendiarios para la ya cruda realidad familiar. Puede adoptar el rol de tercer adulto que es parte del problema y puede incluso actuar como un “esposo ofendido” o “esposa ofendida”. Al tomar un papel activo, el hijo recupera su condición de “persona”, vuelve a ser sujeto, y no objeto del peloteo de sus padres (Giovanazzi y Linares, 2007).

Estas atroces dinámicas pleitistas pueden transcurrir en un clima de aparente y tensa calma, por debajo de la cual pueden estar circulando incalculables estrategias manipulatorias procedentes de todas las direcciones. En lugar de dividir el campo problemático en buenos y malos, es más realista y usual visualizarlo como un “tira y afloje” entre el “manipulador exitoso” y el “manipulador fracasado” (Linares, 2015), cuyos roles son intercambiables.

Pues bien, en este infierno conyugal al que el hijo ha sido arrastrado, las condiciones para un apego seguro no tienen posibilidad de surgir. El contexto se presta más para el desarrollo de un estilo de apego inseguro (ansioso o ambivalente-evitativo), aunque, cuando la trifulca entre los padres toma dimensiones más grandes, pueden abrirse otras posibilidades de apego tendientes a la desorganización. Dentro de las danzas alienantes que se viven muchas veces en los litigios por separación y divorcio, por ejemplo, el rol activo de los hijos podría favorecer formas de apego controladoras, basadas en la agresión, en el cuidado o en la complacencia. La trayectoria de cada caso será, obviamente, muy particular, pero hay con un común denominador: en ausencia de figuras parentales *resilientes*, se quedará expuesto a un ecosistema nada favorable para

la maduración de la identidad relacional. En estas condiciones, la pregunta “¿quién soy para mis padres?” no hallará una respuesta nutricia.

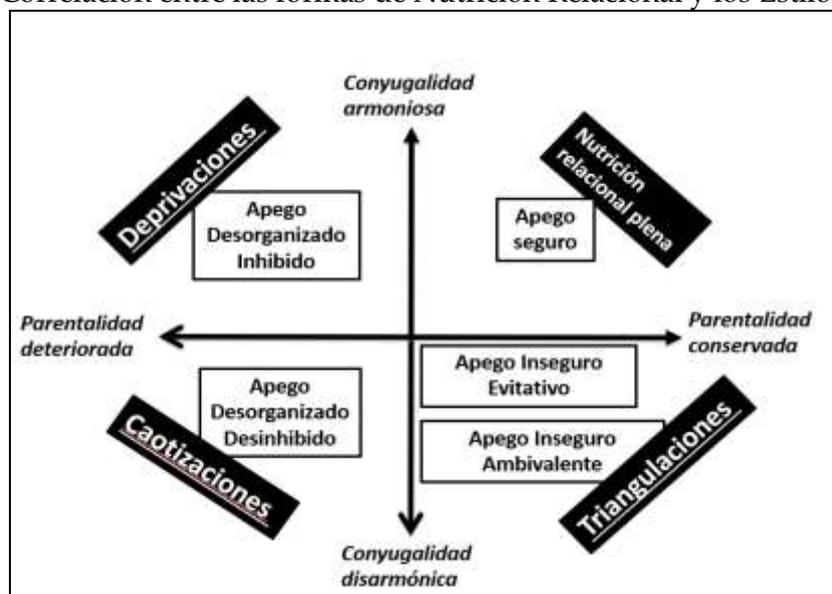
Pasando al cuadrante de las *deprivaciones*, hay que recordar que allí la desnutrición relacional está vinculada con la excesiva atención que los padres depositan sobre su conyugalidad (tanto si es demasiado buena como si es demasiado mala), en detrimento de su disponibilidad nutricia hacia los hijos. En consecuencia, el espacio familiar puede ser terreno abonado para el crecimiento de modelos de apego desorganizados/desorientados, alentando cierta pasividad, retraimiento e inhibición social (resultantes de una actitud hipervigilante y autodefensiva).

El recrudecimiento de estos escenarios tan desfavorables podría empeorar ante la ausencia de mecanismos neutralizadores o compensatorios, y desembocar en auténticas *caotizaciones*, típicas de los sistemas familiares multiproblemáticos; en ellos, la desnutrición conyugal se ha combinado con la desnutrición parental, por lo cual se crece en una especie de “desierto relacional”; la desorganización del apego podría inducir a cierta desinhibición social, que frivolicé los vínculos y diseque los canales nutricios que pudieran haber contrarrestado las experiencias de desamor.

4.1. Correlaciones entre las modalidades nutricias y los estilos de apego

Teniendo en cuenta las correlaciones encontradas entre el potencial nutricional de las relaciones filio-parentales y el estilo de apego pronosticado, pueden representarse dichas asociaciones, tal como aparece en la Figura 4:

Figura 4: Correlación entre las formas de Nutrición Relacional y los Estilos de Apego



(Fuente: Elaboración propia, basada en Linares (2006c, 2007) y Barudy y Dantagnan (2010))

5. Consideraciones Finales

Entender la ma(parentalidad) desde una concepción ecosistémica implica pensarla como un fenómeno que emerge de una multiplicidad de condiciones que tanto pueden

reforzarse recíprocamente como neutralizarse o equilibrarse. Al concebir el amor como una relación *nutricia*, es posible identificar su carácter *complejo*; la articulación de lo cognitivo, lo emocional y lo pragmático convierten al lazo social en una especie de “cordón umbilical” que alimenta las vías actuales y potenciales para el desarrollo de una identidad relacional madura. Plantear la competencia parental de esta manera ha permitido, aquí, concebir la nutrición parental como propulsora de la seguridad básica que define al apego seguro.

Ahora, lo que hay que resaltar, es que, tanto el acto de nutrir como de regular adecuadamente la proximidad con los hijos, son prácticas *sociales*, lo cual compromete a una pluralidad de actores no reducibles a la (ma)parentalidad biológica. Que los progenitores ejerzan competentemente la parentalidad no determina el destino de sus hijos, ya que, en los contextos en los que crecen (ecologías sociales), los cuidados nutricios podrían provenir de otros buenos cuidadores (figuras *resilientes*). Evidentemente, no es lo mismo cuando, ante una parentalidad abandonica, el ecosistema social reacciona de manera complejamente *nutricia*, que cuando colectivamente abandona al ya abandonado. Dicho ecosistema es una red de co-protagonistas en la cual, además de los padres biológicos, participan por acción u omisión, los parientes y allegados, la comunidad escolar, los profesionales de la salud, los abogados y jueces, los legisladores y funcionarios, entre muchos otros partícipes voluntarios e involuntarios. Innegablemente, la cuestión del buentrato en la infancia se inscribe en una perspectiva de Derechos Humanos, pero también se enmarca en una profunda necesidad de reflexión sobre la epistemología desde la cual se “ama” a los hijos. Como se dice popularmente, siempre es más fácil sembrar una flor que evitar que se marchite.

Acerca del Autor

María L. Christiansen es Doctora en Filosofía de la Ciencia por el Instituto de Investigaciones Filosóficas de la Universidad Nacional Autónoma de México; Especialista en Psicoterapia Sistémica por la Universidad de Guanajuato; Licenciada en Filosofía por la Universidad Nacional de La Plata (Argentina); Certificada por el Milan Approach Psychotherapy en el Centro Milanés de Terapia Familiar, Italia; Profesora-Investigadora *fulltime* del Departamento de Filosofía, Universidad de Guanajuato; Miembro del Sistema Nacional de Investigadores del Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología, CONACYT, México.

Referencias

- Ainsworth, M. D., M. C. Blehar, E. Waters y S. Wall. 1978. *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Barudy, J. y M. Dantagnan. 2010. *Los desafíos invisibles de ser madre o padre. Manual de evaluación de las competencias y la resiliencia parental*. Barcelona: Gedisa.

- Bowlby, J. 1951. *Maternal Care and Mental Health*. Organización Mundial de la Salud (OMS).
- Bowlby, J. 1969. *Attachment and Loss*, vol. 1: *Attachment*. Nueva York: Basic Books.
- Bowlby, J. 1973. *Attachment and Loss*, vol. 2: *Separation and Anger*. Nueva York: Basic Books.
- Carreras, A. y J. L. Linares. 2006. "Diálogos sobre personalidad, identidad y narrativa", *Redes: revista de psicoterapia relacional e intervenciones sociales*, 16: 83-96.
- Giovanazzi, S. y J. L. Linares. 2007. "Dinámicas relacionales parentales em torno a los hijos en el proceso de separación conyugal. El Síndrome del Juicio de Salomón", *Revista Sistemas Familiares*, 23 (2): 64-73.
- Keck, G. C. y R. M. Kupecky. 1995. *Adopting the hurt child: Hope for families with special-needs kid*. Colorado Springs, CO: Pinon Press.
- Linares, J. L. 2006a. "Complex love as relational nurturing: an integrating ultramodern concept", *Family Process*, 45(1): 101-115.
- Linares, J. L. 2006b, *Las Formas del Abuso. El Maltrato dentro y fuera de la Familia*. Barcelona: Paidós.
- Linares, J. L. 2006c. "Una visión relacional de los trastornos de personalidad", Cap. 11 en *Terapia Familiar y de Pareja*, coordinado por A. Roizblatt. Santiago de Chile: Editorial Mediterráneo.
- Linares, J. L. 2007. "La personalidad y sus trastornos desde una perspectiva sistémica", *Clínica y Salud*, 18 (3): 381-399.
- Linares, J. L. 2010. "Paseo por el Amor y el Odio: La conyugalidad desde una perspectiva evolutiva", *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, XIX (1): 75-81.
- Linares, J. L. y J. A. Soriano. 2013. "Pasos para una psicopatología relacional", *RMIP*, 5 (2): 119-146
- Linares, J. L. (comp.) 2015. *Prácticas Alienadoras Familiares. El "síndrome de alienación parental" reformulado*. Barcelona: Gedisa.
- Siegel, D. 2007. *La mente en Desarrollo*. Bilbao: Declee de Brouwer.
- Zeanah, C. H. 1996. "Beyond Insecurity: A reconceptualization of attachment disorders of infancy", *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 64(1): 42-52.

Creative Commons licensing terms

Author(s) will retain the copyright of their published articles agreeing that a Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC BY 4.0) terms will be applied to their work. Under the terms of this license, no permission is required from the author(s) or publisher for members of the community to copy, distribute, transmit or adapt the article content, providing a proper, prominent and unambiguous attribution to the authors in a manner that makes clear that the materials are being reused under permission of a Creative Commons License. Views, opinions and conclusions expressed in this research article are views, opinions and conclusions of the author(s). Open Access Publishing Group and European Journal of Social Sciences Studies shall not be responsible or answerable for any loss, damage or liability caused in relation to/arising out of conflicts of interest, copyright violations and inappropriate or inaccurate use of any kind content related or integrated into the research work. All the published works are meeting the Open Access Publishing requirements and can be freely accessed, shared, modified, distributed and used in educational, commercial and non-commercial purposes under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License \(CC BY 4.0\)](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).