



una relación de apego con sus padres es cuando éste confía en las habilidades de ellos para darle lo que él necesita.

El estudio del Dr. Alan Sroufe partió en 1975 siguiendo a 180 niños y sus familias, haciendo mediciones que le ayudaran a dominar el desarrollo social y emocional de los niños, el lenguaje y el desarrollo cognitivo y el temperamento, y con un focus especial en la relación padres-hijo en la infancia más temprana. Con sus medi-

ciones, Alan Sroufe quería comprobar dos hipótesis: una que hace referencia a que las diferencias individuales en la calidad de la relación del apego entre el cuidador y el niño son producto de una historia de interacción, y la otra, que las variaciones de la calidad del apego son la base para la personalidad en la vida adulta.

Ambas hipótesis las comprobó. La dependencia emocional, en general, muestra dramáticamente cambios en el desarrollo

de los niños. Los bebés cuando nacen se supone que deben ser altamente dependientes. "Es un estado natural de la infancia, buscar una cercanía física y de contacto, es normativo y funcional", dice Alan Sroufe. Explica que los humanos no son como otras especies de animales que pueden sobrevivir solitarios. "No sobreviviríamos sin una relación de apego. Somos una especie completamente social, somos dependientes con otros y eso es lo que hace la relación de apego en primer lugar".

El apego tiene que ver en cómo los padres tratan a sus hijos desde pequeños. Si el bebé tiene una necesidad, le hace una señal al padre o a la madre. Por ejemplo, si quiere que lo levanten, alza sus brazos. Si los padres responden de manera constante a las necesidades del bebé, éste va a estar seguro de que el padre responderá a sus requerimientos. Esto se denomina apego seguro. Para que los padres puedan lograr un apego seguro con sus hijos, Felipe Lecannelier señala que es básico ser empáticos. "Tienen que tener la capacidad de ponerse en el lugar de sus hijos; deben ser curiosos, y estar atentos a las reacciones de los niños. Deben estar comprometidos con la crianza y pasar una cantidad de tiempo considerable con ellos: la cantidad de tiempo es mejor que la calidad, mientras más tiempo es mejor", dice. Los padres deben saber manejar bien las situaciones de estrés de sus hijos y eso se consigue no siendo autoritarios, sino coherentes, afectivos, predecibles y continuos en la relación con el niño.

Pero ¿qué pasa cuándo los padres no responden así? Según Felipe Lecannelier, un apego inseguro se debe a que los padres no dedican el tiempo suficiente al cuidado del niño. "También, muchas veces, los adultos tienen reacciones impredecibles, cambiando sus actitudes frente a los niños. Eso no es bueno, porque ellos tienen que establecer un vínculo de confianza sabiendo que los padres siempre estarán ahí para ayudarlos; y son poco afectivos. Los cambios, en general, no son buenos para la seguridad que necesita el niño para establecer la relación de apego. Las consecuencias para los niños que han tenido apego inseguro pueden ser desde presentar problemas emocionales cuando sean mayores, hasta no ser capaces de tener confianza y formar un vínculo afectivo con sus parejas en la adultez, explica Dr. Alan Sroufe.

Para Felipe Lecannelier, el apego no es determinista en los problemas de la adolescencia, pero sí un apego inseguro es probable que cause problemas de ansiedad, agresividad y bajo rendimiento académico