

## I.INTRODUCCIÓN

El propósito de la presente investigación es estudiar la relación que existe entre Estilo Parental, Estilo de Apego y Bienestar Psicológico en mujeres divorciadas y no divorciadas; así como las diferencias entre Estilo Parental, Estilo de Apego y Bienestar Psicológico en los mismos grupos.

Baumrind (1967, 1971) analizó las diferencias en los estilos parentales y describió cuatro tipos. Los estilos parentales difieren en dos dimensiones distintas: el porcentaje de cuidado y ternura que demuestran los padres hacia los hijos y el porcentaje de control sobre las actividades de los hijos. Estas dimensiones dan lugar a los cuatro estilos parentales básicos: a) Autoritario, donde se restringe la ternura y se ejerce un fuerte control; b) Con autoridad, padres altamente cariñosos y moderados en términos de control paterno en lo relativo al comportamiento de los hijos, facilitando el desarrollo de la competencia social; c) Negligentes, carecen tanto del compromiso con los hijos como de la supervisión adecuada; y finalmente d) Permisivos, proporciona un nivel moderado a alto de cuidado y menos control paterno, existe inconstancia en cuanto a la aplicación de la disciplina, aceptando impulsos y deseos de los hijos.

Por su parte, Parker (1996) describió cuatro estilos parentales, diferenciados por dos ejes, control y cuidado. Estos estilos parentales son: a) Cuidado óptimo, definidos por alto cuidado y baja sobreprotección; b) Compulsión afectiva, combinación de excesivo cuidado y excesiva protección; c) Control sin afecto, identificado por una sobreprotección y escaso cuidado; d) Negligente o descuidado, combinación de bajo cuidado y baja protección.

El estudio de las relaciones interpersonales y el reconocimiento de la relación con la madre como la primera relación importante han conducido a concentrarse en las características del vínculo entre progenitor e hijo. Este marco conceptual involucra aquellos fenómenos por los que se interesaba Freud, que condujeron al desarrollo de la Teoría del Apego. Bowlby (1983) consideró el apego como un sistema de control dirigido al objetivo, motivado por la necesidad del infante de sentir seguridad. Es decir, cualquier forma de comportamiento que hace

que una persona sienta proximidad con respecto a otra persona identificada y preferida. Rubin (1974) define el apego como sinónimo de amor, remarcando que tanto el apego como el amor son componentes básicos en la formación de las relaciones de amor. Por otro lado, Tzeng (1992) lo define como un proceso que implica dinámicas emocionales y funciones biológicas que conducen al amor romántico.

Bowlby (1989), al hacer una revisión de investigaciones, encontró que la influencia de los padres es determinante para ejercer la propia maternidad o paternidad. Asegura que infancias felices darán como resultado actitudes paternales más adecuadas, siendo más sensibles a las demandas de los hijos y proporcionando contacto físico protector y afectivo. Por otro lado, las infancias perturbadas, con maltratos físicos y psicológicos, dan como resultado dificultades en la maternidad o paternidad reflejándose en la poca interacción establecida con los hijos .

Se ha demostrado que los estilos de apego persisten estables con el tiempo; es decir, el estilo de apego es manifestado dentro de las relaciones románticas adultas como un estilo de amor expresado por cada uno de los miembros, producto de las experiencias que se tuvieron en la infancia y que han persistido a lo largo de la vida del sujeto.

Ainsworth y sus colegas (1978) revelaron cuatro tipos distintos de estilos de apego: a) Apego seguro, caracterizado por una demostración apropiada de angustia cuando los cuidadores se van, seguida de una conducta reconfortante y comportamientos positivos al regreso de los mismos; b) Apego de ansiedad/ambivalencia, donde el individuo está inseguro de si su progenitor será accesible o sensible o si le ayudará cuando los necesite; c) Apego de evitación, caracterizado por una reacción defensiva y de rechazo hacia el objeto de apego, evitando al cuidador y exhibiendo señales de separación con angustia; d) Apego desorganizado, caracterizado por una conducta variable, inconsistente y contradictoria.

Cabe mencionar, que los estilos de apego tienen influencia en el desenvolvimiento y desarrollo de los seres humanos, por lo que se ve reflejado en el funcionamiento general de los mismos.

De tal manera, el Bienestar Psicológico ha sido definido por Ortega (1992) como el equilibrio de la psiqué manifestado en una percepción adecuada del medio que rodea al individuo. De acuerdo a aportaciones de diversos autores, se ha definido como concepción de autorrealización, concepción de madurez y como criterio de salud mental (Maslow, 1968; Allport, 1961; Jahoda, 1958).

Riff (1989) argumenta que lo anterior puede integrarse en un modelo multidimensional del bienestar psicológico, el cual está conformado por seis dimensiones: a) Autoaceptación, actitudes positivas hacía sí mismo y aceptación de la vida pasada; b) Relaciones positivas con otros, enfatizando la importancia de la cordialidad y confianza en las relaciones interpersonales; c) Autonomía, locus de control interno, capacidad de autoevaluarse y regulación de la conducta; d) Dominio ambiental, capacidad de crear y escoger ambientes adecuados a la condición psíquica; e) Propósito en la vida, ser productivo y creativo, tomando en cuenta el aspecto emocional; f) Crecimiento personal, desarrollo del potencial y expansión como persona.

## 1. Estilos Parentales

### 1.1 Clasificación de los Estilos Parentales

Los estilos parentales difieren de manera significativa en dos distintas dimensiones de educar a los hijos. El porcentaje de cuidado y ternura que demuestran los padres durante la interacción con sus hijos y el porcentaje de control que demuestran los padres sobre las actividades de sus hijos y su comportamiento.

Baumrind (1971) realizó una serie de estudios sobre la relación entre los estilos parentales y la competencia social de los niños de edades preescolar y escolar. Los datos de sus estudios sobre niños de edad preescolar se consiguieron a través de observaciones hechas en centros escolares, y también en el laboratorio, cuando los niños tenían entre cuatro y cinco años. Los datos de los padres de estos niños fueron obtenidos a través de observaciones en casa y en entrevistas con las madres y los padres. A partir de estos estudios, Baumrind (1967, 1971) analizó las diferencias en los estilos parentales y describió tres tipos. Sin embargo, tiempo después, se amplió su trabajo inicial y, en la actualidad, la investigación describe cuatro estilos parentales (Rothbaum y Weisz, 1994).

Los padres *arbitrarios* o *autoritarios* restringen la ternura, rechazan y ejercen un fuerte control (Moore, 1997). Establecen en el hogar normas absolutas para el comportamiento de todos los hijos. Estas reglas no pueden cuestionarse ni negociarse; adoptan una disciplina forzosa y demandan una obediencia inmediata, no utilizan métodos persuasivos sino coercitivos. Los adolescentes de hogares autoritarios obtienen puntuaciones razonablemente buenas en pruebas de aprovechamiento escolar, pero relativamente pobres en pruebas de autoconfianza y autoconcepto (Lierbert; Spiegel, 2000).

Los padres con *autoridad* tienden a ser altamente cariñosos y moderados en términos de control paterno en lo relativo al comportamiento de los hijos. Su estilo de disciplina es inductivo, no punitivo (es decir, se valen del razonamiento y la explicación) y por la congruencia en la crianza infantil (Lierbert; Spiegel, 2000). Este estilo es el que más facilita el desarrollo de la competencia social. Los padres

interactúan amistosa y afectuosamente con sus hijos considerando sus deseos, pensamientos y necesidades, se interesan en las actividades cotidianas de sus hijos, respetan opiniones y expresan su orgullo paterno en los logros de sus hijos, apoyan y alientan a sus hijos cuando se enfrentan a presiones cotidianas. Estas interacciones positivas impulsan al niño a corresponder a los padres de una forma similar por el cariño recibido; lo cual también es un estímulo positivo para los padres que continúan fomentando el intercambio (Moore, 1997).

Los padres *negligentes* carecen tanto del compromiso con los niños como de la supervisión adecuada. Este estilo se vincula con niños que califican más bajo en las mismas pruebas donde los hijos de padres autoritarios puntúan alto. Sus hijos se perciben irresponsables en diversos asuntos, incluidos los que afectan su propia salud y bienestar físico (Liebert; Spiegel, 2000). Son amigables y sociables, pero carecen de habilidades de comportamiento para situaciones sociales básicas.

Los padres *indulgentes* o *permissivos* se caracterizan porque no logran hacer que las reglas se cumplan, ni siquiera de plantear normas familiares. Este tipo de padres son poco exigentes para con sus hijos y tienden a ser inconstantes en cuanto a la aplicación de la disciplina; aceptan impulsos, deseos y acciones de sus hijos y son menos propensos a vigilar su comportamiento (Moore, 1997). Este estilo de paternidad está ligado al uso de drogas y de alcohol y al mal comportamiento escolar. Sin embargo, resulta interesante que estos mismos jóvenes obtengan más o menos elevadas puntuaciones en pruebas de competencia social y autoconfianza (Liebert; Spiegel, 2000).

Parker (1996), por su parte define cuatro estilos parentales, los que también son diferenciados por el cuidado y control o protección que ejercen los padres durante la crianza de sus hijos. Para una mejor comprensión de los siguientes estilos parentales, el autor traza dos ejes: uno para cuidado y otro para control. Que al cruzarse dan lugar a cuatro cuadrantes que ubican las características parentales. Estos estilos parentales son los que a continuación se mencionan: a) *Cuidado óptimo*, son aquellos que están definidos por un alto cuidado y baja sobreprotección; b) *Compulsión Afectiva*, es una combinación de excesivo cuidado y excesiva protección; c) *Control sin afecto*, identificado por una sobreprotección y

un escaso cuidado; d) *Negligente o descuidado*, se forma por la combinación de bajo cuidado y baja protección.

## **1.2 Los estilos parentales y el funcionamiento psicológico**

Ser padres es una actividad muy compleja que incluye conductas específicas que trabajan, tanto individual como en conjunto, influenciando el desarrollo de los hijos. Muchos investigadores se han basado en el concepto de estilo parental de Baumrind (1971) para describir los patrones de conducta de los padres, y la repercusión de los mismos en el funcionamiento, tanto psicológico como social, de los hijos.

A medida que el niño crece, deja atrás la infancia y empieza a caminar, una de las tareas de los padres es facilitar el contacto del hijo con otros niños de la edad. Los padres se interesan por las interacciones del niño con sus compañeros; sin embargo, con el paso del tiempo, se preocupan más por la habilidad de sus hijos a llevarse bien con dichos compañeros. El llevarse bien tiene distintas interpretaciones, pero en general, los padres quieren que sus hijos disfruten de la compañía de otros niños, que éstos quieran a sus hijos, que se porten bien cuando están juntos y que resistan la influencia de los compañeros quienes son más agresivos o desafiantes, en relación con la autoridad de los adultos.

Mientras que las relaciones entre los compañeros, son sólo uno de los muchos tipos de relaciones sociales que un niño debe aprender, los estudios que analizan el estilo en que los padres educan a sus hijos indican algunas claves que ayudan a entender el desarrollo de dones sociales dentro de un grupo social (Baumrind, 1971; Hoffman, 1975; Putallaz, 1987).

Cada uno de estos estilos parentales, descritos anteriormente, tiene implicaciones en lo que es la competencia social de los niños para con los compañeros de juego y los adultos. Los tres estilos difieren de manera significativa.

Los padres autoritarios tienden a manifestarles menos ternura a sus hijos y más control comparado con los otros tipos de padres. Ellos establecen normas de comportamiento absolutas para sus hijos que no se pueden cuestionar ni negociar.

Optan por una disciplina forzosa y requieren una obediencia inmediata; tampoco utilizan métodos persuasivos cariñosos como el afecto, el elogio y los premios con sus hijos (Baumrind, 1971). Por consiguiente, los padres autoritarios tienden a modelar los modos más agresivos de resolución de conflictos y son menos atentos en el modelaje de comportamientos cariñosos y afectivos en la interacción con sus hijos.

En contraste con este modo paterno, los padres más permisivos tienden a manifestar más ternura a sus hijos, de un nivel moderado a alto, y menos control paterno. Son poco exigentes e inconscientes en cuanto a la aplicación de la disciplina. Aceptan los impulsos, deseos y acciones de sus hijos y son menos propensos a vigilar su comportamiento.

Los padres con autoridad, en cambio, tienden a ser altamente cariñosos y moderados, en términos del control paterno en lo que se refiere al comportamiento de los niños. Es justamente esta combinación paterna que Baumrind (1991) y otros investigadores consideran como la más facilitadora en el desarrollo de la competencia social en los niños durante su temprana niñez y aún después.

Los comportamientos paternos basados en el cariño que promueven la competencia social en los niños incluyen la interacción afectuosa y amistosa con el niño; la consideración de sus sentimientos, deseos y necesidades; un interés en sus actividades cotidianas; un respeto por sus puntos de vista, la expresión del orgullo paterno en términos de sus logros y, finalmente, el apoyo y aliento al niño cuando se enfrenta con épocas de gran presión (Ramsey, 1991).

Las ventajas de ofrecerle mucho cariño al niño en el fomento del desarrollo social han sido confirmadas en los diferentes estudios (Hoffman, 1975; Ramsey, 1991; Baumrind, 1971). Estas ventajas comienzan en la infancia cuando el cariño materno facilita una relación segura, la cual enfatiza la competencia social que continua durante la niñez. De hecho, la existencia de altos niveles de cariño en la crianza de los niños asegura que habrá más interacciones positivas que negativas entre los adultos y los niños en la vida familiar diaria. Esto, al mismo tiempo, predispone al niño a corresponder a los padres el cariño y a disfrutar del tiempo que pasa con ellos. La crianza paterna cariñosa también motiva al niño a

complacerles a los padres al estimularlo a satisfacer las expectativas paternas; asimismo, ayuda al niño a no herir o decepcionar al padre querido. Debido a que los niños se identifican más frecuentemente con los modelos paternos cariñosos, los niños de padres cariñosos tienden a incorporar los valores paternos, como la consideración y la justicia en las relaciones interpersonales; es decir, a su propio estilo de vida (Putallaz, 1987).

Si existe un factor negativo en el uso de altos niveles de cariño en la crianza de un niño, es el riesgo de que los padres cariñosos sean menos atentos en el desafío del niño a medirse con las normas apropiadas del comportamiento. Este riesgo parece disminuir; pero con la inclinación de los padres autoritativos a combinar los niveles moderados de control paterno con el cariño (Baumrind, 1971).

Los padres cariñosos, que mantienen un nivel de control moderado con respecto a sus hijos, no ceden su derecho a fijar normas de comportamiento para el niño y a comunicarle la importancia de ceñirse a las normas establecidas. Para facilitar la conformidad, los padres autoritativos ofrecen razones y explicaciones para justificar sus peticiones especiales. La evidencia de los estudios sugiere que dicha práctica aumenta la comprensión del niño en términos de las reglas impuestas, haciendo que sea posible para el niño vigilar su propio comportamiento cuando los padres no estén presentes (Morre, 1997).

Los padres que utilizan prácticas de crianza con autoridad, con frecuencia recurren al mismo tiempo a estímulos positivos como el elogio, la aprobación y los premios, para aumentar la conformidad del niño en términos de las normas de conducta. El éxito del refuerzo positivo es producir resultados deseables en términos del comportamiento es ya conocido; por lo tanto, una respuesta positiva de un padre ante el buen comportamiento puede ser el factor más poderoso en lo que es el aumento de la conformidad del niño y la disminución de la necesidad de recurrir a acciones disciplinarias.

Cuando la mala conducta ocurre, y se considera que la disciplina es necesaria; los padres con autoridad muestran preferencia por un modo de disciplina racional e inductivo en el que se discuten ambas partes de un asunto y se procura una



solución justa. Estos padres, también, prefieren un modo disciplinario orientado hacia las consecuencias de las acciones, a través del cual el niño se ve obligado a compensar por su mala conducta. Hoffman (1975) señala que esta estrategia disciplinaria tiene la ventaja de que se enfoca la atención hacia el daño hecho a la víctima, más que al daño del niño en manos de un padre furioso por su mala conducta.

Finalmente, los padres con autoridad intentan evitar las formas de castigo más extremas al criar a sus hijos. No favorecen el uso del castigo físico o verbal extremos, como ridiculizar o comparar de manera social negativa; los cuales atacan el sentido de autoconfianza del niño (Baumrind, 1971).

Con lo mencionado con anterioridad, se puede concluir que el estilo parental con autoridad funciona mejor que los otros estilos paternos en lo que es facilitar el desarrollo de la competencia social en el niño tanto en casa como en su grupo social. Los altos niveles de cariño, junto con los niveles moderados de control paterno, ayudan a que los padres sean agentes responsables en la crianza de sus hijos y que los niños se vuelvan miembros maduros y competentes de la sociedad.

Bowlby (1989) revisa varias investigaciones en las cuales la influencia de los padres es determinante para ejercer la propia maternidad o paternidad. Asegura que la infancia feliz de los padres dará como resultado actitudes paternas más adecuadas, debido a que los padres son más sensibles a las demandas de los hijos y proporcionan contacto físico protector y afectivo. Esta educación contribuye a que los hijos repitan esos comportamientos con los otros niños; y en la adultez, en la práctica de la crianza con sus propios hijos. Las historias de separación de los padres, historias de perturbación en la infancia como los maltratos físicos y psicológicos, los cuidados irregulares o inexistentes de los padres hacia los hijos; la convivencia con padres en la que la crítica y la censura fueron frecuentes y amargas, dan como resultado dificultades en la propia paternidad o maternidad. Todo ello se refleja en las pocas interacciones que pueden establecer con sus bebés, en las dificultades con la alimentación y el sueño de sus hijos. En muchos casos este tipo de padres son aprensivos por el temor constante al abandono, tanto con sus hijos como de sus propias parejas. Ejercer violencia es una opción

para la educación de sus hijos y, en algunos casos, son los padres quienes exigen paternidad a los hijos invirtiendo los papeles ya que han experimentado su propia crianza inadecuada.

### **1.3 Estudios recientes**

Los efectos de los estilos de crianza (parentales) y la socialización es un tema de investigación reciente. Se estudió el desamparo aprendido como parámetro de socialización en los niños (Sahoo y Nansa, 1990); desarrollo de culpa y conciencia por medio del temperamento de los niños y la socialización (Kochanska, 1991); el autoritarismo parental y sus implicaciones en el desempeño escolar de los adolescentes y el apoyo afectivo que los padres brindan a sus hijos en sus logros escolares (Steinberg, Lamborn, Dornbusch y Darling, 1992); la autoestima y la autosuficiencia de los niños y adolescentes en función de los estilos parentales desfavorables, clima familiar inapropiado y su relación con la depresión (Oliver y Paull, 1995); la relación entre las experiencias negativas que tiene el padre en su trabajo y la conducta escolar de sus hijos (Stewart y Barling, 1996).

Otros estudios (Maier y Seligman, 1976) investigaron el desamparo aprendido como parámetro de socialización en niños y se enfocaron al papel que desempeña la madre en la socialización de sus hijos. Los resultados destacaron la importancia de los estilos de crianza que la madre brinda a sus hijos y los efectos en la socialización de los mismos; también, mostraron que la comunicación entre los padres e hijos aporta efectos positivos en la socialización y realización de las actividades escolares de los niños. Los resultados que se encontraron reafirman la importancia de la relaciones padres-hijos (Sahoo y Nanda, 1990).

Con respecto al autoritarismo parental se realizaron diversos estudios en los que se demostró que los adolescentes que dicen tener al autoritarismo como tipo de régimen parental, parecen rendir mejor en las actividades escolares (Steinberg, Elmen y Mounts, 1989; Steinberg, Mounts, Lamborn y Dornbusch, 1991). Sin embargo, otras investigaciones mostraron que el autoritarismo parental se puede asociar con el incremento de conductas o actividades agresivas y éstas

tienen que ser atendidas por un orientador vocacional durante la adolescencia y para disminuir este tipos de conductas, el orientador tiene que incrementar las actividades académicas, influirles sentimientos positivos hacia la escuela y aspiraciones académicas mayores (Lamborn, Mounts, Steinberg y Dornbusch, 1991).

La asociación entre la autoestima y la autoeficacia de los jóvenes como resultado de los estilos parentales desfavorables y el clima familiar inapropiado, han sido, también, temas de estudio. Se encontró que en los estudiantes la depresión como rasgo de personalidad es un factor de posible sucesión de la familia de origen y correspondiente al clima familiar negativo (Oliver y Paull, 1995).

En México se han realizado estudios sobre los estilos parentales y de crianza en la niñez. Los investigadores trataron de explorar las relaciones disfuncionales entre los padres e hijos o en ausencia de éste, además de los efectos que provocarían en los niños estos tipos de relaciones defectuosas (Sánchez y Hernández, 1992). Este interés surgió del hecho de que dentro del contexto familiar el papel que el padre juega en el desarrollo de la salud psicológica no se había considerado como generador de factores de riesgo en la crianza de los niños. Han concluido que en el desarrollo emocional de los hijos, influye más en forma negativa el rechazo del padre que el rechazo de la madre; de igual forma mostraron que los estilos autoritarios de los padres se involucraron con autoestima disminuida, falta de motivación, menor desarrollo intelectual y rendimiento académico bajo en los adolescentes; así como, comunicación deficiente o inexistente entre padres e hijos.

## **2. Estilos de Apego**

### **2.1 Teoría del apego y el desarrollo de la personalidad**

Durante las décadas de los años treinta y cuarenta, una serie de clínicos estaban haciendo observaciones de los efectos negativos que el prolongado cuidado institucional y/o los frecuentes cambios de la figura materna durante los primeros años de vida tienen en el desarrollo de la personalidad. Esto dio lugar a publicaciones posteriores, entre las cuales destacan las de Bender (citado por Bowlby, 1989), John Bowlby (1940, 1944), Dorothy Burlingham y Anna Freud (citado por Bowlby, 1989).

Por los años cincuenta, Bowlby (1989) fue invitado a colaborar en un estudio de las naciones Unidas sobre las necesidades de los niños sin hogar. Después de haber hecho una revisión exhaustiva de la literatura y discutirla con expertos, presentó su informe titulado *“Maternal Care and Mental Health”* en el cual analizaba la influencia adversa del cuidado maternal inadecuado durante la infancia sobre el desarrollo de la personalidad de los hijos. Hizo hincapié en la aguda aflicción sentida por los niños separados de su madre y hacía recomendaciones acerca de la mejor manera de evitar o mitigar los efectos nocivos a corto y a largo plazo de tales aflicciones.

A pesar de que a finales de los años cincuenta gran parte de los psiquiatras y psicólogos infantiles, así como aquellos que trabajaban en la asistencia social, habían aceptado lo descubierto en la investigación y estaban poniendo en práctica dicho cambio, la controversia provocada por las publicaciones aún se mantenía. Sin embargo, la investigación continuó. Vinieron los trabajos Provence y Lipton (1962) en niños institucionalizados; y los estudios de Heinicke (1956) y Westheimer (1966).

En 1963 la Organización Mundial de la Salud (OMS) publicó el artículo en el que se volvía a examinar los efectos de los diversos tipos de experiencias incluidas el concepto de privación del cuidado materno. Dentro de dichos artículos el más amplio y destacado fue el realizado por Ainsworth (1962), psiquiatra norteamericana. La autora analizaba las cuestiones que habían propiciado la

controversia e identificaba el número de problemas que requerían mayor atención e investigación.

Posteriormente, los estudios de Harlow (1965) sobre los efectos de la privación de cuidados maternos en los macacos de la India, ejercieron una poderosa influencia. Sin embargo, a pesar de los grandes descubrimientos y cambios provocados, se seguía señalando deficiencias en la evidencia así como la duda sobre si los efectos nocivos del cuidado materno repercuten en el desarrollo de la personalidad de los hijos, así como en la persistencia de los mismos.

La publicación de la obra *Maternal Care and Mental Health* trajo consigo un nuevo enfoque a la teoría del apego. Esta obra consta de dos partes: la primera, analiza los datos relativos a los efectos adversos de la privación de los cuidados maternos; y la segunda, habla de los medios para prevenirla (Bowlby, 1989). A pesar de esto, no se dio una explicación de los efectos de la privación de cuidados maternos sobre el desarrollo de la personalidad.

Hasta 1958, en la teoría psicoanalítica se postulaban cuatro teorías referentes a la naturaleza y origen de los vínculos infantiles: a) Teoría del impulso secundario, el niño tiene una serie de necesidades fisiológicas que deben satisfacerse; en especial la necesidad de recibir alimento y calor, siendo la madre la fuente de gratificación para el niño; b) Teoría de succión del objeto primario, el niño tiene una tendencia innata a entrar en contacto con el pecho humano, succionarlo y poseerlo oralmente, este pecho pertenece a la madre, por lo cual se apega a ella. c) Teoría de apego a un objeto primario, los niños poseen una tendencia innata a entablar contacto con otros seres humanos y apegarse a ellos, hablando en este sentido de una necesidad de un objeto independiente de la comida. d) Teoría del anhelo primario de regreso al vientre materno, los niños guardan resentimientos por el hecho de haber sido expulsados del vientre materno, y ansían regresar a él (Bowlby, 1989).

La teoría más ampliamente difundida es la teoría del impulso secundario. En ese momento se afirmaba que la razón por la cual un niño desarrolla un estrecho vínculo con su madre radica en que ella lo alimenta. Se postulan dos tipos de vías, primaria y secundaria. Se considera el alimento como la vía primaria

y la relación personal, conocida como dependencia, como secundaria. Sin embargo, esta teoría no correspondía a los hechos. Se decía que si esto fuera cierto, un niño se apegaría a quien lo alimentara con mucha facilidad, lo cual no ocurre (Bowlby, 1989).

Una teoría alternativa, derivada de la escuela húngara de psicoanálisis, postulaba una relación objetal primaria desde el principio. Sin embargo Klein (1953), en su versión más conocida, mencionaba que el pecho materno se presenta como el primer objeto, y se coloca el acento en el alimento y en la oralidad, así como en la naturaleza infantil de la "dependencia". Este planteamiento, tampoco correspondía con las experiencias reportadas de los niños.

Fue entonces, cuando en busca de profundizar en el tema y dar una explicación a la controversia anterior, se desarrolló una Teoría de la Personalidad, cuyo marco conceptual parece involucrar aquellos fenómenos por los que, también, se interesaba Freud como son relaciones amorosas, angustia de separación, desapego emocional, duelo, trauma, culpa, depresión; por mencionar algunos.

A partir de ahí, el autor construye el concepto de conducta de apego y con ello su Teoría de Apego. De esta manera, ha tratado de explicar las relaciones tempranas de la infancia, con su aparición y desaparición, que poseen una base biológica. El concepto clave en esta teoría es el del sistema conductual. Es decir, la relación del organismo con personas claramente identificadas del entorno, donde los límites se mantienen por medios conductuales en lugar de fisiológicos (Bowlby, 1989).

Históricamente, la teoría se desarrolló como una variante de las relaciones objetales del psicoanálisis; basando sus conceptos en la Teoría de la Evolución, de la Etología, del Control y de la Psicología Cognoscitiva. Siendo, éstas últimas, las ramas que fundamentan esta teoría; y que, junto con la perspectiva biológica (Biológico-Evolutiva), se concretan en las descripciones de la conducta de apego; la cual está formada por componentes tanto emocionales como cognoscitivos, así como conductuales (Martínez, 1994).

Desde la perspectiva cognoscitiva, la teoría establece que durante el desarrollo social el individuo construye e internaliza modelos afecto/cognoscitivos de sí mismo y de patrones de interacción significativos con los otros (Ainsworth, Blehar y Waters, 1978; Main, Kaplan y Cassidy, 1985). Se dice que estos modelos son los que intervienen en el desarrollo de la personalidad y guían la conducta social.

La investigación empírica ha documentado la existencia de modelos mentales cognoscitivos en los adultos (Collins y Read, 1990; Feeney y Noller, 1990; Simpson, 1990). Éstos son producto del desarrollo social que se da en función de otros, dentro del marco del apego, a través de los lazos emocionales generados en todo tipo de relación humana. Sin embargo, no se consideran derivados del alimento, sino de la capacidad de establecer dichos lazos con otros individuos como un rasgo efectivo de la personalidad y de la salud mental. Esta búsqueda de cuidados es manifestada por un individuo más débil y menos experimentado hacia alguien a quien se le considera más fuerte y/o más sabio. De tal modo que los componentes centrales del funcionamiento de la personalidad a lo largo de la vida, para Bowlby (1989) son: el propiciador de cuidados, el buscador de cuidados en el explorador del entorno, incluyendo el juego y las diversas actividades.

En cuanto al aspecto emocional, la teoría de apego es un intento de explicar los apegos duraderos de los niños y de los adultos con otras personas determinadas. Aquí se ve al niño como un participante activo en relación con su mundo físico y social; por lo que al momento de interactuar con otros individuos da lugar a vínculos recíprocos. En este sentido, el principio básico de la teoría de apego reside en que las relaciones de apego continúan siendo importantes a lo largo de toda la vida dado que perduran en etapas posteriores.

Lo anterior ha podido ser demostrado gracias a los estudios realizados hasta nuestros días. En el trabajo de Bowlby (1969, 1973, 1980) sobre apego ,explicó como los niños llegan a apegarse emocionalmente a sus primeros cuidadores y a desequilibrarse emocionalmente cuando los separan de ellos. La atención en la conducta infantil continuó con las investigaciones llevadas a cabo

por Ainsworth y sus colegas (Ainsworth, Blehar, Waters y Wall, 1978; Bell y Ainsworth, 1972), ligando la responsabilidad de los cuidadores primarios sobre las señales de los niños durante el primer año de vida junto con el desarrollo de los tres estilos de apego. Recientemente, la literatura se ha enfocado en el tema de la continuidad de apego. Un gran número de estudios longitudinales proporciona evidencia de dicha continuidad desde la infancia hasta principios de la adolescencia. (Main, Kaplan y Cassidy, 1985). E incluso, existen investigaciones donde se habla de que el apego juega un papel importante en las relaciones adultas, incluyendo las de pareja (Weiss, 1982).

En este mismo sentido, según Bowlby (1973) esta evolución se hace a través de la selección natural y la adaptabilidad progresiva que el ser humano va teniendo sobre su ambiente. De tal modo, que los infantes que poseen tendencias de apego de cercanía con sus cuidadores, tenderán a reproducir estas tendencias con la edad, y subsecuentemente pasar estas tendencias a futuras generaciones (Ainsworth, Blehar, Waters y Wall, 1978; Main, Kaplan y Cassidy, 1985; Simpson, 1990).

Con respecto al aspecto conductual, la clave de la teoría está en un sistema de control que trata de explicar cómo un niño u otras personas mayores, mantienen constantemente su relación con una figura de apego entre ciertos límites de distancia o accesibilidad; de acuerdo con tal sistema, funciona como catalizador de una "homeostasis ambiental" a través de un mecanismo encaminado hacia la realización de metas (Bowlby, 1989).

De esta forma, si una figura de apego es consistentemente accesible y responde a las señales de angustia del niño, las emociones negativas atienden una función de comunicación, y el niño aprende que las señales de angustia pueden ser reguladas por estrategias que envuelven una pretensión activa de confort (Cassidy y Kobak, 1990; Kobak y Sceery, 1988). En contraste, si las señales de angustia del niño son respondidas inconsistentemente por parte de su cuidador, el niño aprende que las emociones negativas son inefectivas para provocar respuestas y por consiguiente, podría haber una tendencia exagerada a tales emociones negativas, tendiendo a responder a situaciones angustiantes con



expresiones de displacer incluyendo, entre éstas, miedo y enojo que se dirigen hacia la figura de apego (Ainsworth et al., 1978). O, por el otro lado, aprenden a inhibir sus emociones negativas, ya que perciben en el ambiente que la figura de apego es fría y rechazante (Bartholomew, 1990) lo que los lleva a expresar poco sus necesidades de apego y los conduce a la separación y alejamiento en sus relaciones cercanas o íntimas (Ainsworth, Fuller y Finchamn, 1995; Sroufe y Waters, 1977).

Una vez mencionado los elementos que moldean al estilo de apego y la influencia de diversas teorías; es necesario hacer un recorrido, cronológico, sobre los diversos autores que han participado en la concepción del apego. Empezando por Maslow (1955), quien ve el apego como una forma deficiente e inmadura de amor; es decir, una forma de amor dependiente para con el otro. Harlow (1958) hace una definición de apego en términos más psicológicos, refiriéndose a él como una necesidad por identificar amor.

Bowlby (1973, 1989) conceptualiza el apego como cualquier forma de conducta que tiene como resultado el logro o la conservación de la proximidad con otro individuo claramente identificado al que se le considera mejor capacitado para enfrentarse al mundo. Esto resulta obvio cuando la persona esta asustada, fatigada o enferma, y se siente aliviada con el consuelo y los cuidados otorgados por otro. Es decir, el saber que la persona es accesible y sensible, le da a la persona un sentimiento de seguridad, estimulándola a continuar la relación. Esta definición enfatiza una función biológica atribuida a la protección; por lo tanto se puede decir que forma parte integral de la naturaleza humana.

Por otra parte, Rubin (1974) define el apego como sinónimo de amor, remarcando que ambos, el apego y el amor, son componentes básicos en la formación de las relaciones de amor. Tzeng (1992) lo define como un proceso que implica dinámicas emocionales y funciones biológicas que conducen al amor romántico; de tal forma que los apegos de los adultos son similares a los apegos infantiles, pero experimentados de manera diferente dependiendo las variaciones en la historia de apego de cada individuo.

Y finalmente, Hazan y Shaver (1987) así como Bartholomew y Horowitz (1991) coinciden con la definición anterior, con respecto a que es un proceso de desarrollo que conlleva al amor romántico.

Las definiciones mencionadas anteriormente presentan ciertas semejanzas. Primeramente, están aquellas que enfatizan el aspecto biológico, refiriendo que el apego es una necesidad biológica de búsqueda de protección y cuidados por parte de la figura de apego quien se considera fuerte y capaz (Bowlby, 1973,1989; Maslow, 1955). En un segundo término, se encuentran las definiciones que lo manejan como un proceso producto del desarrollo y evolución de la historia de apego propia de cada individuo (Bartholomew y Horowitz, 1991; Hazan, 1987; Tzeng, 1992). Igualmente, se maneja el aspecto de dependencia como parte de la conceptualización del apego (Bowlby, 1973; Harlow, 1958; Maslow, 1955). Así como la asociación del apego con el amor, concibiendo a éste último como necesidad física y emocional. Sólo Rubin (1974) los concibe; al apego y al amor, como sinónimos que se complementan recíprocamente.

Es aquí, en la que dada la importancia del primer vínculo, especialmente con la madre y de los cuidados otorgados por la misma, en función de las señales manifestadas por el niño; condujo a los teóricos a concentrarse en el apego existente entre ellos dando lugar así a un aspecto importante de la teoría del apego, que comprende las diferencias individuales en la capacidad de usar la figura de apego como base segura, lo cual ha permitido la identificación y el estudio en el estilo de apego.

## **2.2 Tipos de Estilos de Apego**

La conducta de apego, como se mencionó anteriormente, es una forma de conducta que busca la proximidad con otra persona que se considera capaz y fuerte, no solamente en el aspecto físico, sino que tiene que ser receptivo a las necesidades de bienestar y protección. Es decir, es un “vínculo emocional que une al niño con alguna o algunas figuras en tiempo y espacio” (Waters, Kondo-Ikemura, Posada y Ritchers, citado por Liebert y Spiegel, 2000).

Para desarrollar la teoría de apego Bowlby (1989) se basó en la observación de la conducta y de las relaciones de madres-hijos en situaciones de separación; lo cual lo condujeron a postular la secuencia de reacciones que experimenta el niño ante dicha situación: a) Protesta, exhibe dolor y angustia; b) Desesperanza, caracterizado por pasividad y tristeza; c) Separación, caracterizado por defensa y evitación de que la madre retorne.

Dependiendo de la reacción generada en el niño al momento de la separación, será el estilo de apego que desarrolle; mismo que es llevado a las relaciones posteriores (Bowlby, 1973). Ainsworth y sus colegas (Blehar, Waters y Wall; 1971, 1978) llevaron a cabo estudios sistemáticos, en los que idearon un procedimiento para evaluar los estilos de apego, tomando en consideración la secuencia de reacciones descritas con anterioridad. Este procedimiento fue llamado “la situación extraña”, que consiste en interacciones entre el niño, los padres y un adulto desconocido por el pequeño hasta ese momento. Durante dos periodos breves se deja al niño únicamente en presencia del “extraño”; se observaron y calificaron las reacciones del niño en dicha situación, así como al momento del regreso de los padres. En base a estos estudios, se identificaron tres estilos distintos de apego.

El apego seguro, el cuál ha sido establecido por la eficacia del objeto de apego, son personas que confían en que sus padres (figuras parentales) serán accesibles, colaboradores si se encuentran en una situación adversa o atemorizante (Bowlby, 1989). Están libres de miedo, demostrando una ansiedad apropiada cuando el objeto de apego está alejado ya que están seguros y confían en él. Los padres de niños con apego seguro tienden a responder con rapidez y propiedad a las conductas del niño; las señales de angustia se acogen con una

conducta reconfortante, y los comportamientos positivos, con una interacción juguetona (Isabella; Belsky y von Eye, 1989). Con esta seguridad el niño se atreve a hacer sus exploraciones del mundo, lo cual es favorecido por el progenitor al ser accesible y amorosamente sensible a las señales de su hijo. Asimismo, estos individuos pueden desarrollar relaciones interpersonales estables, ya que toleran altos niveles de confianza, interdependencia, compromiso y satisfacción (Simpson, 1990).

El apego de ansiedad/ambivalencia se caracteriza por una crónica ansiedad relativa hacia el objeto de apego; el individuo está inseguro de si su progenitor será accesible o sensible o si le ayudará cuando lo necesite. A causa de esto, hay tendencia a la separación ansiosa, es propenso al aferramiento y se muestra ansioso ante la exploración de su medio. En este estilo el conflicto es evidente, y se ve favorecido por el progenitor que se muestra accesible y colaborador en algunas ocasiones pero no en otras, y por las separaciones y amenazas de abandono utilizadas como medio de control (Bowlby, 1989). Por lo tanto, el niño vacila entre el acercamiento y la evitación basándose en expresiones de protesta y enojo con angustia hacia el cuidador primario.

El apego de evitación, se caracteriza por una reacción defensiva y de rechazo hacia el objeto de apego, como una forma de protección a sí mismos, evitando al cuidador y exhibiendo señales de separación con angustia (Tzeng, 1992). El individuo no confía en que cuando busque cuidados recibirá una respuesta servicial sino que, por el contrario, espera ser desairado (Bowlby, 1989). Los padres de niños con estilo de apego evasivo, son reservados, desapegados y, a menudo, rechazan o descuidan las señales de sus hijos (Liebert y Spiegel, 2000). Este individuo intenta vivir su vida sin el amor y el apoyo de otras personas, intenta volverse emocionalmente autosuficiente (Ainsworth, M., Bell, S. Y Stayton, D., 1971), lo cual puede dar lugar, con posterioridad, de ser diagnosticado como narcisista o poseedor de un falso sí mismo, tal como lo describió Winnicott (1960).

La mayor parte de los casos observados se ajustaba a los tres estilos de apego descritos anteriormente; sin embargo, en el procedimiento de la "situación desconocida" de Ainsworth et al (1978), algunos niños parecieron desorientados

y/o desorganizados. Luego de muchos estudios, Main y sus colegas llegaron a la conclusión de que esas formas de conducta se producen en niños que muestran una versión desorganizada de uno de los tres estilos de apego anteriores (Main y Weston; Main y Solomon, citado por Liebert y Spiegel, 2000). A este estilo de apego se le denominó desorganizado o desorientado. La conducta de estos niños es muy variable y, a veces, incluso inconsistente y contradictoria. Es decir, puede empezar a acercarse al progenitor que regresa y luego darse vuelta y alejarse o conducirse como si estuviera confundido por su retorno, esto no lo hace ni acercándose ni evitándolo activamente, sino más bien “inmovilizándose”; el niño deja de responder a todo pese a haber observado el regreso del progenitor. Esto pudo observarse en niños que han sido maltratados físicamente o totalmente descuidados por sus padres (Crittenden, 1985, citado por Bowlby, 1989). Otros se producen en parejas en las que la madre padece una forma grave de enfermedad afectiva bipolar y trata al niño de un modo desigual e imprevisible. También cuando hay una preocupación, por parte de los progenitores, ante una pérdida durante la infancia, o que hayan sido víctimas de maltratos físicos o sexuales pueden dar mensajes confusos o atemorizantes a sus hijos (Main y Hesse, citado por Liebert y Spiegel, 2000).

Lo anterior permite entender la influencia que ejerce el modo en que los padres tratan a los hijos para su futuro desarrollo, desenvolvimiento y relaciones interpersonales. Sin embargo, existen otros estudios que confirman que los diferentes modos en que las madres tratan a sus hijos están, estrechamente, relacionados con el estilo de apego que éste mostrará hacia ella posteriormente (Bowlby, 1989). Se pudo observar que la madre de un niño que había mostrado un estilo de apego seguro demuestra ser atenta y sensible a su desempeño, respondiendo a los éxitos y dificultades del niño de manera servicial y alentadora. Por el otro lado, la madre de un niño con inseguridad demuestra ser menos atenta y sensible; dando respuestas inoportunas y poco provechosas, prestando poca atención a lo que el niño hace o siente e incluso, desalentando los intentos de pedir ayuda y consuelo.

Ainsworth (1969) resume sus observaciones en tres perspectivas: el apego se forma en la base a la gratificación de necesidades de tipo biológico (psicoanálisis), inicialmente en busca de protección y sobrevivencia, cuya función es proporcionar reforzadores positivos y eliminar los estímulos negativos (teoría del aprendizaje social). Según algunos teóricos, como Brehm (1992), Pam (1975), Rubin (1970) y Weiss (1982); estos aspectos se dan como manifestaciones de amor entre los miembros de la pareja. Es decir, una persona se une a otra por satisfacer necesidades, a través de ciertos estilos de apego y de interdependencia, buscando exclusividad y absorción que se manifiestan en lo que llamamos amor.

### **2.3 Investigación de Estilo de Apego**

A pesar de que el apego ha sido mayormente relacionado con fenómenos infantiles, investigaciones recientes lo han enfocado a la descripción de la conducta de apego en los adultos y al desarrollo de sus relaciones interpersonales. Un principio básico de la teoría de apego es que las relaciones de apego siguen siendo importantes a lo largo de toda la vida (Ainsworth, 1982; Bowlby, 1977, 1980, 1982).

La investigación longitudinal sobre el apego ha establecido una elevada confiabilidad en el factor tiempo. Se encontró que los infantes identificados con apego seguro a los 12 meses mantuvieron este estilo a los 21 años de edad (Waters, Merrick, Albersheim y Treboux, 1995). También se ha visto que el estilo de apego se correlaciona con otras circunstancias en la vida del sujeto como son el desarrollo cognoscitivo, relaciones con compañeros de la misma edad, trastornos alimenticios y problemas conductuales (Liebert y Spiegel, 2000).

Recientemente, ciertos investigadores han examinado la relación entre los modelos de apego y la adaptación social y emocional en los adultos. Main desarrolló un instrumento llamado Adult Attachment Interview (George, Kaplan y Main, 1987), el cual explora las representaciones de los adultos en función de sus relaciones de apego en la infancia. En la base de estas entrevistas, las madres fueron clasificadas en grupos de apego paralelos a los tres estilos de apego descritos en la infancia, tomando en cuenta la calidad de interacción de las

madres con sus hijos y el estilo de apego de los niños (Main et al, 1985). Kobak y Sceery (1988) usaron este procedimiento para examinar a jóvenes adultos, obteniendo evidencia de que sujetos seguros se ven a sí mismos, relativamente, serenos y sustentadores; por otro lado, los sujetos evasivos se perciben serenos y sin sustento; y, finalmente, el ansioso-ambivalente se percibe angustiado, afligido y sin sustento.

Gracias a las características conductuales y emocionales de los diferentes estilos de apego descritos por Ainsworth et al. (1978), Hazan y Shaver (1987) conceptualizaron el amor romántico como un proceso de apego, y desarrollaron un autorreporte que contenía los tres estilos de apego de la infancia. Inicialmente se evaluó adultos por un “ítem singular” de autorreporte que consiste en tres prototipos paragrafícos, de acuerdo a los tres estilos de apego de Bowlby (1973), que mide el estilo de apego adaptado a relaciones románticas adultas.

En cuanto a sus resultados, reportan que los individuos que manifiestan un estilo de apego seguro pueden acercarse con facilidad a otros, muestran confort al depender de otros y que, a su vez, otros dependan de ellos; además no sienten miedo o preocupación cuando son abandonados o cuando se alejan de otros. En el apego de evitación se encuentra que los sujetos reportan desconfort y ansiedad al estar cerca de otros, les es difícil creer y depender de otros, y se ponen nerviosos cuando alguien esta muy cerca. Finalmente, en el apego de ansiedad-ambivalencia, los individuos reportan sentir con mayor frecuencia, que sus parejas no los quieren, no se sienten amados y desean estar extremadamente cerca de su pareja (Feeney y Noller, 1990; Simpson, 1990).

La medida de “ítem singular” ha sido modificada por otros investigadores como Levy y Davis (1988), Collins (1990), Feeney (1990) y Simpson (1990). Bartholomew (1991) refleja cuatro estilos de apego en adultos, que en relación con la teoría de Bowlby (1973) se fundamenta en los modelos de trabajo internalizados, uno del self y otro de la figura de apego. Cada modelo internalizado puede ser dicotomizado en positivo y negativo, dando lugar a cuatro estilos de apego: (1) Estilo de Seguridad, producto de la combinación de la evaluación positiva de ambos modelos de trabajo internalizados, se caracteriza por manifestar

confort, intimidad y autonomía; (2) Estilo Preocupado: resultante de la alta evaluación negativa del sí mismo y la búsqueda constante de la evaluación positiva de los otros, se caracteriza por estar constantemente preocupado en las relaciones interpersonales; (3) Estilo de Alejamiento: producto de la evaluación negativa tanto por sí mismo como por los otros, por lo que se caracteriza por manifestar una disminución de la intimidad y mayor independencia en sus relaciones interpersonales; (4) Estilo Temeroso: producto de la disposición negativa hacia la demás gente, protegiéndose de las relaciones interpersonales, evitándolas y manteniendo una sensación de independencia e invulnerabilidad.

Las investigaciones de apego en adultos han arrojado explicaciones en cuanto a que la estabilidad de las relaciones adultas podrían ser paralelas a las clasificaciones infantiles (Collins y Read, 1990; Fenney y Noller, 1994; Hammond y Fletcher, 1991; Hazan et al.1987; Shaver y Brennan, 1992). Esto puede deberse a las llamadas diferencias individuales; es decir, los estilos de apego en los adultos funcionan como características individuales que tienen consecuencias en sus relaciones cercanas y en el nivel en que se encuentran. Las interacciones pasadas tienen influencia en el comportamiento en relaciones íntimas. Bowlby (1969, 1973) argumenta que la gente desarrolla creencias y expectativas acerca de otros o “internaliza modelos” en base a sus experiencias tempranas con sus cuidadores primarios. Estos modelos se desarrollan gradualmente durante la infancia, la niñez y la adolescencia; y si no son alterados por cuestiones familiares; se mantienen hasta la adultez.

Muchas investigaciones (Bartholomew y Horowitz; 1991; Shaver y Brennan, 1992; Collins et al., 1990; Feeney et al., 1990; Hazan y Shaver; 1987; Kirkpatrick et al., 1994; Simpson, 1990) sugieren que los diferentes modelos de trabajo de apego regulan las percepciones adultas y sus conductas en relaciones románticas. Igualmente, encontraron que la diferencia sexual puede ser un predictor de la estabilidad de la relación desde las diferencias individuales de apego. Atribuyen esas diferencias a la interacción de estilos de apego y a los roles tradicionales de género, en la que la mujer tiende a ser más esfuerzos que los hombres por mantener una relación (Hutson, Surra, Fitzgerald y Cate, 1981) y a iniciar más



rupturas (Hill, Rubin y Peplau, 1976). Sin embargo, Hazan et al. (1987) no consideran la diferencia sexual en cuanto al funcionamiento de apego en las relaciones adultas.

Collins et al. (1990), Feeney y Noller, (1990) y Levy y Davis (1988) concuerdan en que las diferencias entre hombres y mujeres no son consecuencias del proceso de socialización sino de los modelos de trabajo que se forman, cognoscitivamente, en cada sexo como parte de su precedente de roles genéricos. Collins (1990) y Kirkpatrick (1994), en sus trabajos sobre los modelos cognoscitivos en adultos, sugieren que los modelos de trabajo formados en estilos de apego inseguros y evitantes están relacionados con su estereotipo social y además, expresan menos satisfacción en su relación. Los hombres con estilo de apego evitante y las mujeres con estilo de apego inseguro reportan baja satisfacción en sus relaciones románticas. A pesar de que la sociedad favorece este tipo de parejas, los miembros de las mismas tienen dificultad para satisfacer las necesidades de intimidad o de autonomía, por sus diferentes orientaciones y habilidades predeterminadas por sus modelos de trabajo cognoscitivos desarrollados en la infancia.

Davila y Bradbury (2001) realizaron un estudio en parejas divorciadas y no divorciadas; comprobando que el estilo de apego inseguro está asociado con el hecho de permanecer en un matrimonio donde no se sienten satisfechos; es decir, las personas que estaban en un matrimonio estable pero no satisfechos, mostraban altos niveles de inseguridad. La contraparte del estilo de apego seguro, el estilo inseguro está asociado con insatisfacción, poca comunicación y pobre soporte en el matrimonio; así como hacer a las personas dependientes. Por lo tanto, la decisión de permanecer en la relación o dejarla radica en el nivel de dependencia que se tenga en la relación. Este tipo de relaciones, generalmente, terminan en divorcio.

Por todo lo dicho hasta este momento, el estilo de apego es manifestado dentro de las relaciones románticas adultas como un estilo de amor expresado por cada uno de los miembros, producto de las experiencias que se tuvieron en la infancia y, que han persistido en la niñez y adolescencia.

### **3. Bienestar Psicológico**

#### **3.1 ¿Qué se entiende por bienestar psicológico?**

El bienestar psicológico se presentará cuando la psiqué esté en equilibrio, manifestándose a través de una percepción adecuada del medio ambiente (Ortega, 1992). La adaptación también juega un papel importante en el bienestar psicológico. La adaptación se da, según Freud (1981), cuando el Yo es suficientemente fuerte para enfrentar adecuadamente los problemas y las situaciones que pasa en la interacción con su medio ambiente. Cuando este enfrentamiento e interacción no son adecuados, se puede hablar de un Ego debilitado.

El bienestar psicológico y la personalidad son dos aspectos que van de la mano. La personalidad es definida como una organización dinámica de los sistemas psicofísicos que se encuentran en el interior del individuo y que determinan su conducta y pensamiento característicos. Conjunto de disposiciones, impulsos, tendencias, apetencias e instintos biológicos innatos en el individuo que, al unirse con dichos conjuntos determinarán en el individuo disposiciones y tendencias adquiridas por medio de la experiencia vivida en su medio ambiente (Allport, 1975).

Aunque existen vestigios de bienestar psicológico subjetivo que han sido extensamente evaluados (Diener, 1984; Larson, Diener y Emons, 1985), dichos estudios se han enfocado en la fiabilidad y validez de sus mediciones. Y cuando se enfrentan a definir la estructura básica del bienestar psicológico, las discusiones se centran en la distinción entre afecto positivo y negativo, así como satisfacción en la vida (Andres y Withey, 1976; Bradburn, 1969; Bryant y Veroff, 1982; Stock, Okun y Benin, 1986).

El trabajo de Bradburn (1969) sobre la estructura del bienestar psicológico propuso la distinción entre afecto positivo y negativo. El propósito de esta investigación consistió en saber cómo ciertos macroniveles sociales cambian afectando la situación de cada individuo y, su sentido de bienestar psicológico. Sin embargo, esta visión era más de intuición y suerte, que un proyecto científico.

Bradburn (1969) y sus colegas se basaron en la felicidad como una causa influyente en el bienestar psicológico, tomando como referencia la obra de Aristóteles (siglo IV a.C, citado por Riff, 1989), *Ética de Nicómaco*, donde se plantea que la felicidad es uno de los mayores bienes de la acción humana. Sin embargo, la felicidad no fue el único indicador del funcionamiento psicológico positivo; también fue definido en función de la satisfacción en la vida. La satisfacción en la vida es vista como complemento de la felicidad, la dimensión afectiva del funcionamiento positivo (Andrews y McKennell, 1980; Bryant y Veroff, 1982; Campbell, Converse y Rodgers, 1976).

La extensa literatura pretende definir el bienestar psicológico, incluyendo aportaciones como la concepción de autorrealización de Maslow (1968), el funcionamiento personal de Rogers (1961); Jung (1933) con la formulación de la individualización, así como Allport (1961) con la concepción de madurez. Otra teorías han definido el bienestar psicológico siguiendo el desarrollo de la vida, enfatizando en las diferentes fases o etapas. Aquí se incluye el modelo psicosocial de Erikson (1959), la descripción de los cambios en la personalidad en la adultez y vejez (Neugarten, 1968, 1973), así como el criterio de salud mental mencionado por Jahoda (1958).

Ryff (1989) argumenta que, las anteriores perspectivas pueden integrarse en un modelo multidimensional del bienestar psicológico. Este modelo esta conformado por seis dimensiones que evalúan el bienestar psicológico:

- a) *Autoaceptación*. Definida como la característica central de la salud mental de una persona; así como, autorrealización, óptimo funcionamiento y madurez. Aceptación de la vida pasada, actitudes positivas hacia sí mismo como una característica principal del funcionamiento psicológico.
- b) *Relaciones positivas con otros*. Aquí se enfatiza la importancia de la cordialidad y confianza en las relaciones interpersonales. La habilidad de amar es vista como un componente central de la salud mental. Son personas simpáticas y afectivas a todos los seres humanos, amistades profundas e identificación con los otros. Las relaciones positivas ayudan a disminuir el stress en las concepciones del bienestar psicológico.

- c) *Autonomía*. Características de autodeterminación, independencia y regulación de la conducta. La persona posee locus de control interno, capacidad de autoevaluarse, producir y generar elementos que le permitan organizar su vida (Cohen de Govia, 1975). Tiene metas comunes y un status psicosocial estable.
- d) *Dominio ambiental*. La habilidad individual de escoger o crear ambientes adecuados a su condición psíquica es definido como una característica de la salud mental. El funcionamiento psicológico positivo es su participación activa en el dominio del medio; habilidad para ser creativo, a través, de actividades físicas o mentales.
- e) *Propósito en la vida*. Características en base a las creencias que dan los sentimientos; comprensión del propósito en la vida, sentido de dirección e intencionalidad. Los propósitos, metas; así como ser productivo y creativo incluyendo el aspecto emocional, constituyen la función psicológica positiva y el sentimiento de que la vida tiene significado.
- f) *Crecimiento personal*. El óptimo funcionamiento psicológico requiere, no solamente las características anteriores, sino además que se continúe desarrollando el propio potencial; crecer y expandirse como persona. La necesidad de actualizarse y realizarse potencialmente es central en las perspectivas del crecimiento personal.

En resumen, la integración de la salud mental, salud clínica y las teorías del desarrollo de la vida permiten conocer los aspectos que conllevan a la estructuración de la personalidad en forma adecuada, y a conocer las perspectivas que acompañan el bienestar psicológico.

### **3.2 La familia y su relación con el bienestar psicológico**

El concepto tradicional de la familia es el de un lugar donde pueden encontrarse el amor, la comprensión y el apoyo, aún cuando todo lo demás haya fracasado; el lugar donde podemos recuperar aliento y sacar “nuevas energías” para enfrentarnos mejor al mundo exterior (Satir, 1985). Dentro del desarrollo de

una persona, la familia juega un papel importante; y son los padres quienes tienen a su cargo la creación, el desarrollo y formación de seres humanos.

Virginia Satir (1985) ha descrito cuatro aspectos en la vida de una familia: (1) los sentimientos e ideas que uno tiene sobre sí mismo, a lo que llamó *autoestima*; (2) *comunicación*, formas para expresar lo que quieren decirse el uno al otro; (3) las *normas* que utiliza la gente para actuar y sentir, que llegan a constituir eventualmente lo que llamó sistema familiar; (4) las relaciones de la gente con los demás y con las instituciones fuera de la familia; es decir, *enlace con la sociedad*.

Van Den Berghe (1983) define que la familia humana tiene cierto número de características que abarcan a la especie que la hacen reconocidamente humana, y diferente de los grupos familiares de otras especies. Minuchin (1983) define a la familia como un factor sumamente significativo. Es un grupo socio cultural que determina la respuesta de sus miembros a través de estímulos desde el interior hacia el exterior.

Ackerman (1986) considera que la familia es un “plan universal de vida. Es la unidad de crecimiento y la experiencia, de la realización y del fracaso; es también la unidad de la salud y la enfermedad”. Esta definición engloba el hecho de que en la familia pueden existir momentos saludables y de crecimiento, pero también situaciones conflictivas y de desaliento.

La familia es la principal influencia socializadora sobre el adolescente. Esto significa que la familia es el principal transmisor de conocimientos, valores, actitudes, roles y hábitos que una generación pasa a la siguiente. Por medio de la palabra y el ejemplo la familia moldea la personalidad del adolescente y le infunde modos de pensar y actuar que se vuelven habituales. Pero lo que los adolescentes aprenden de los padres depende en parte del tipo de persona que sean los padres (Rice, 1997).

Una forma de socializar a los hijos es a través de la disciplina, lo que permite alcanzar la autorregulación que es la habilidad de controlar su propia conducta de manera que sea adecuada para una determinada situación. La disciplina no sólo restringe el comportamiento, sino que también puede afectar el desarrollo de la moralidad, la cognición y la personalidad. No todos los padres disciplinan a sus

hijos de igual modo, algunos pueden adoptar el poder de la fuerza, cuyo recurso inmediato ante la conducta considerada por éstos no apropiada es la agresión física. Por otra parte, están los padres con un estilo de disciplina de retirada de amor, técnica que implica el ignorar al hijo como muestra de desaprobación, y por último, existe un tercer tipo de estilo disciplinario que corresponde a la disciplina inductiva, en la cual se usa el razonamiento y explicación para que los hijos tomen conciencia de lo negativo de su conducta, estas explicaciones a menudo ayudan a que los hijos puedan considerar la opinión o punto de vista de otras personas.

Durante la infancia, el niño mitifica a sus padres, los ven como unos seres que todo lo hacen bien, que nunca se equivocan, les parecen los mejores del mundo, al llegar a la adolescencia empiezan a detectar defectos e incoherencias, produciéndose la toma de conciencia de la necesidad de rebelarse frente a unos seres que han dejado de ser perfectos (Hoffman, 1985).

Este cuestionamiento los lleva a independizarse y a buscar autonomía, en la mayoría de los casos esto lleva a disputas entre padres e hijos, ya que los hijos se quieren sentir autónomos en la forma de controlar sus conductas, por otra parte los padres hacen un esfuerzo para que los hijos se adapten a las reglas sociales. Si bien en ésta etapa de la vida no resulta tan regular la conducta de los hijos como en épocas anteriores, los conflictos se resuelven dando una satisfacción mutua, donde los padres seguirán ejerciendo una influencia importante en los valores básicos de los adolescentes (Papalia, 1997).

Frente a estos conflictos familiares que pueden surgir, los padres utilizan patrones de comportamiento en los cuales se incluyen lo exigentes o no que puedan ser. La exigencia va desde un firme control sobre sus hijos, hasta dejarles hacer lo que quieran. También se observa lo receptivos o no receptivos que pueden ser con sus hijos. Los padres receptivos tienden a aceptar y anteponer las necesidades de sus hijos a las propias y los padres no receptivos suelen rechazar las necesidades de sus hijos para anteponer las suyas (Maccoby y Martin, 1983).

La investigación de Rutter (1979) refiere que las personas criadas en hogares desdichados o quebrantados cuentan con más probabilidades de tener hijos ilegítimos, de convertirse en madres adolescentes, de formar matrimonios

desdichados y de divorciarse; ya que las experiencias adversas en la infancia tienen efectos de dos tipos: o hacen al infante más vulnerable a posteriores experiencias adversas, o bien, generan más probabilidades de que el niño o la niña se tropiecen o se enfrenten con otras experiencias semejantes (Bowlby, 1989).

El divorcio se experimenta de manera diferente en los padres y en los hijos (Wallerstein 1990). Los hijos tienden a ser los principales receptores del estado de ánimo en los padres. Para el niño, el divorcio es la pérdida de algo esencial para su desarrollo y esto es la estructura familiar, lo cual origina sentimientos de soledad y temor hacia el presente y futuro. Se reactiva el temor primitivo de ser abandonado, y se experimenta una sensación de pérdida y tristeza.

Duran (1997) analizó algunos aspectos que muestran el efecto que tiene el divorcio en los hijos; mostrando que el conflicto paterno, la calidad de las nuevas relaciones de los padres, y el apoyo de los padres durante y después del divorcio afectan las actitudes hacia la cohabitación, el matrimonio, el noviazgo; aspectos como la confianza y el compromiso. Igualmente se observó que, la edad en la que ocurrió el divorcio es una influencia que afecta, tanto la confianza como el compromiso.

El niño pasa por distintas reacciones emocionales que dependen de varios factores. Existen algunos que se generalizan y entre estos está el sentirse rechazado por ambos padres, lo cual genera enojo al pensar que los padres no están cumpliendo con sus responsabilidades. Ya sea por temor al castigo o a preocupar a sus padres, hay quienes ocultan su enojo mientras que otros lo muestran al exterior. La furia que siente el niño se acompaña de una sensación de impotencia, la cual surge al pensar que su opinión no cuenta. Otro sentimiento es el de soledad ya que en todo este proceso conflictivo parecen olvidarse de él; así que aprende a asociar el divorcio con el hecho de estar solos en el mundo. Una experiencia habitual para los hijos de padres divorciados es la del conflicto de lealtad, donde algunas veces favorecen a la madre y otras al padre. Muchos se sienten culpables, y otros que es su deber componer el matrimonio (Wallerstein, 1990).

### **3.3 Estudios recientes**

Riff y Lee (1995) propusieron la estructura de un modelo multidimensional del bienestar psicológico, que evaluaba seis dimensiones: autoaceptación, crecimiento personal, propósito en la vida, relaciones positivas con los demás, dominio ambiental y autonomía. En este estudio encontraron que existía consistencia de edad y sexo en muchos aspectos del bienestar psicológico; encontraron que la mujer, a diferencia del hombre, poseía más relaciones positivas con otros. Sin embargo, no se mostró relación suficiente entre los términos de felicidad y satisfacción en la vida y el bienestar psicológico.

Kaplan y Damphousse (1997) estudiaron la relación entre el bienestar psicológico y los eventos en la vida. Para ello, estudiaron a jóvenes adolescentes de primero de secundaria y jóvenes adultos. Encontraron que para los jóvenes adultos existía influencia positiva hacia el estrés psicológico en eventos tales como tener un enfermo en casa, ser despedido, empezar la preparatoria y el divorcio. Mientras que eventos como graduarse, empezar estudios universitarios, recibir una promoción y ganar más sueldo tenían una influencia negativa en el estrés psicológico.

Otras investigaciones (Xochihua, 2001) encontraron que las chicas adolescentes que habían estado separadas de sus padres mostraban mayor ansiedad y desazón con los hombres. Eran más tensas y agresivas que las que venían de familias intactas; también mostraban mayor conflicto con sus madres y una autoestima menor.

Hoffman y Bastline (1995) observaron como la ausencia del padre interfiere en el desarrollo de la masculinidad en varones. También, encontraron que comparando la latencia en varones sin padre en casa, éstos tendían a formar fantasías idealizadas de sus padres, imaginándolos sin hostilidad, mientras que los que vivían con sus padres se identificaban con su agresividad.

En un estudio realizado por Booth y Amato (2001), se encontró que la disolución de un matrimonio en el que los conflictos no eran severos ni fuertes; trae consigo efectos negativos en el bienestar de los adolescentes. Sin embargo,



cuando el conflicto marital está inmerso en un ambiente de conflictos, los jóvenes experimentan mayor satisfacción. Summers, Forehand, Armistead y Tannenbaum (1998) estudiaron la relación entre el divorcio de los padres ocurrido en la edad adolescente y seguido por seis años más tarde. Se observó la adaptación psicosocial en cuanto a su relación de familia y se encontró que jóvenes adultos de familias con padres casados reportaron mayores lazos amorosos estables, a diferencia con los jóvenes de familias de padres divorciados.

Morrison y Cherlin (1995) estudiaron el efecto que tiene el divorcio en el bienestar de los niños pequeños. Examinaron las consecuencias que éste tiene en los problemas de conducta, así como los logros académicos. Se encontró que tiene poco efecto en las niñas a diferencia de los niños quienes mostraron efectos negativos, especialmente en problemas de conducta.