

Competencias parentales, apego y desarrollo

José Luis Gonzalo Marrodán
Psicólogo clínico y psicoterapeuta infantil

Las competencias parentales fomentan el apego seguro y favorecen el desarrollo psicobiológico

Parentalidad
positiva

- La parentalidad competente (empatía + apego seguro)

Apego seguro

- Fomenta el apego seguro niño.

Desarrollo
positivo

- Favorece el desarrollo psicobiológico.

Parentalidad competente y buen trato



**Buen
trato**

La parentalidad: cuándo es competente

- ▶ Se caracteriza por padres o familias que presentan competencias parentales (capacidad) para ser empáticos, sensibles y ofrecer límites (estructura + consistencia) reflexivos a sus hijos/as, que les permitan aprender a regular sus impulsos y emociones, a la par que utilizan unos estilos de crianza basados en una disciplina contenedora y que enseñe.
- ▶ Las competencias parentales básicas son la empatía y el estado de mente con respecto al apego de los padres (pueden ejercer una función reflexiva o no)

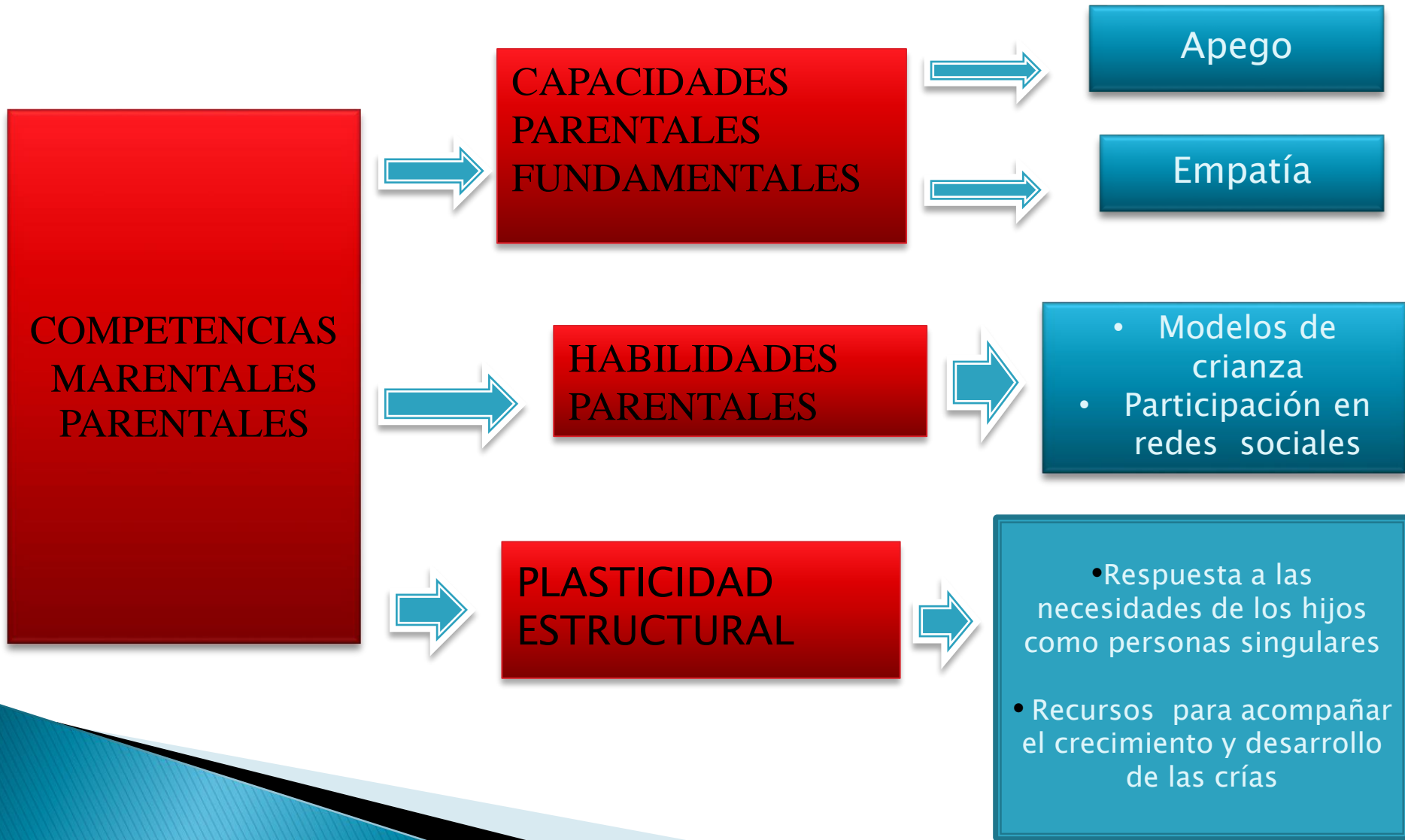
La parentalidad competente implica los buenos tratos (Barudy y Dantagnan, 2005; 2010)

- ▶ Los buenos tratos son el resultado de las CAPACIDADES del mundo adulto de proporcionar a la infancia :
- ▶ Cuidados.
- ▶ Afecto.
- ▶ Estimulación.
- ▶ Protección.
- ▶ Educación.
- ▶ Socialización.
- ▶ Recursos resilientes.



Todo lo necesario para asegurar el desarrollo de una PERSONALIDAD infantil sana.

El buen trato depende principalmente de las competencias parentales (Barudy y Dantagnan, 2005; 2010)



I. Fuentes biológicas

Hormonas : oxitocina, vasopresina y los opioides endógenos o endorfinas

Una organización cerebral dependiente del entorno humano.

II) Los recursos y las competencias parentales

Apego, empatía, modelos de crianza, participación en redes sociales, resiliencia.

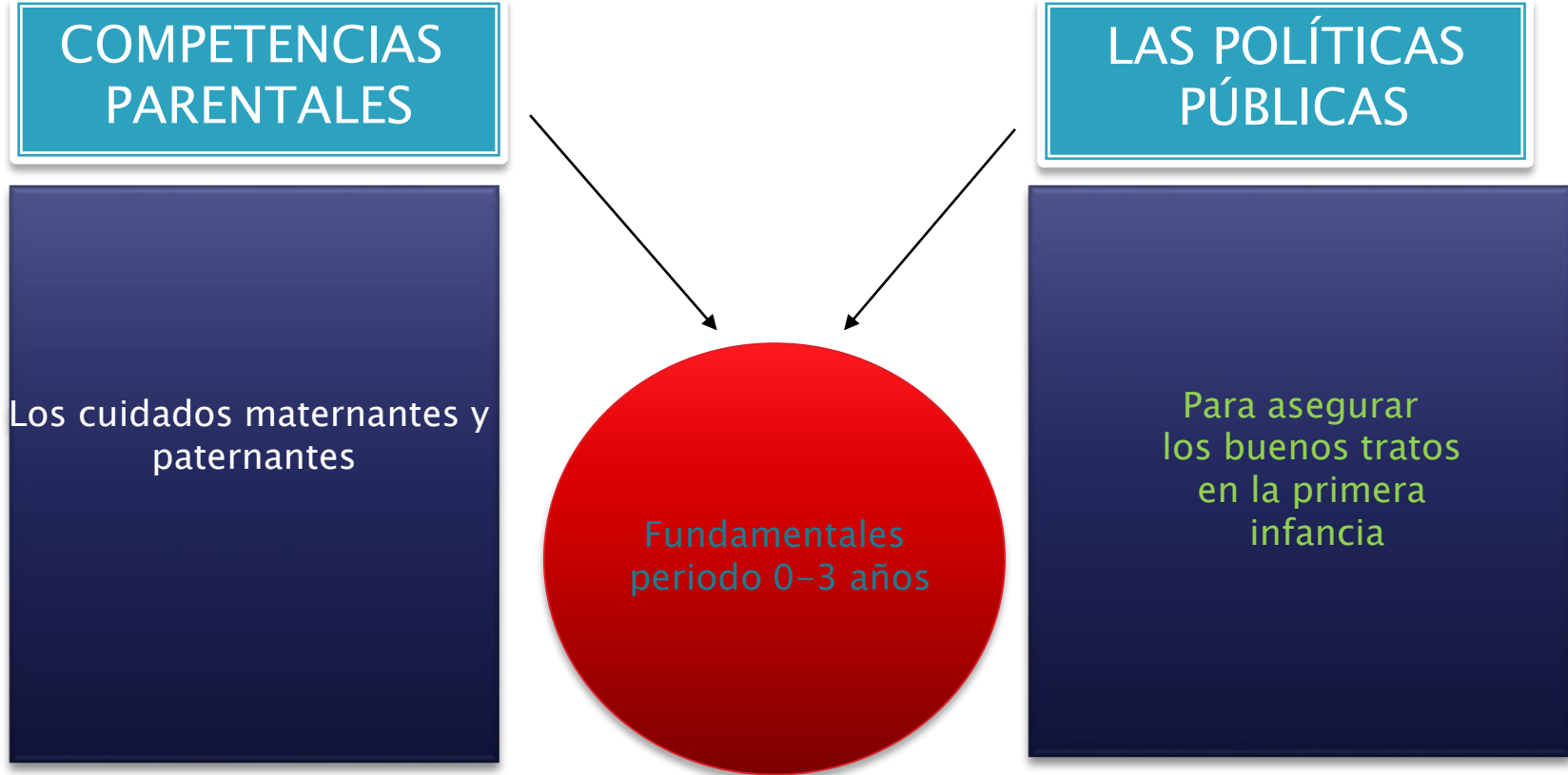
Fuentes de la parentalidad bientratante

III) Los modelos de buenos tratos en la cultura, en la familia, en las instituciones y en la sociedad.

La conciliación de la vida familiar y laboral en tiempos de crisis, tendría que ser uno de los pilares de una sociedad bientratante.

IV) La resiliencia individual, familiar y social.

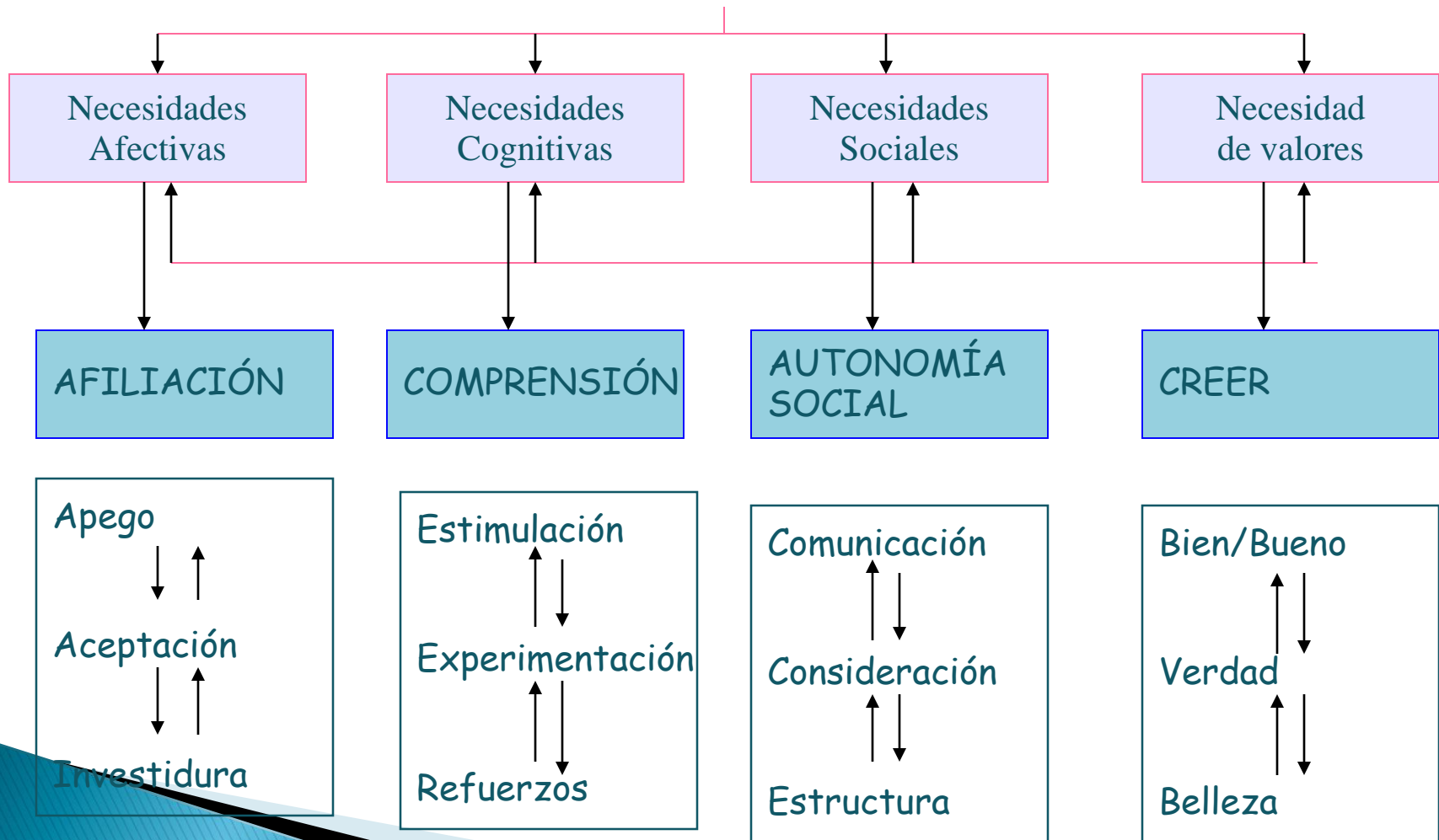
Las fuentes de los buenos tratos a los niños (Barudy y Dantagnan, 2005; 2010)



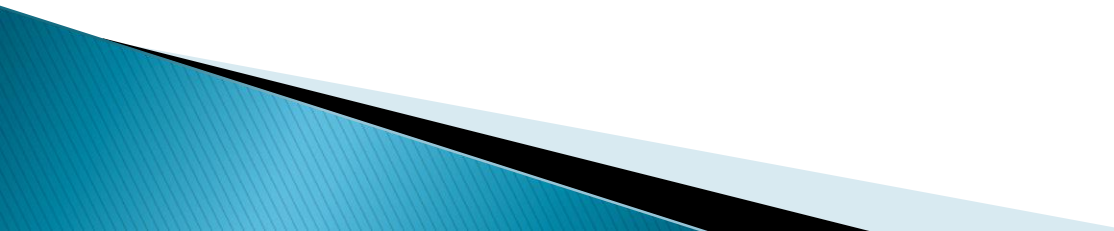
ESTO ES VITAL PARA LOS BEBES PORQUE NACEN INMADUROS Y DEPENDIENTES. SU VIDA Y DESARROLLO DEPENDEN DE LAS COMPETENCIAS DE LOS ADULTOS.

El paradigma de las necesidades infantiles

PERSONALIDAD



La finalidad educativa y socializante de la parentalidad biológica/social bientratante

- ❖ Los niños y las niñas necesitan ser educados con amor que no es incompatible con la autoridad.
 - ❖ Los niños y niñas necesitan construir una identidad individual y social a partir de relatos coherentes, verídicos y respetuosos de los derechos humanos.
- 

La parentalidad desde una perspectiva masculina

(Barudy y Dantagnan, 2005; 2010)

- ❖ Poco a poco los hombres se están rebelando al papel atribuido por la ideología patriarcal.
- ❖ Hay hombres que se despiertan a la emoción, a la ternura, a la afectividad y a los cuidados a los niños y a las niñas.
- ❖ Corresponden a la manada de hombres buenos.




Los buenos tratos favorecen (Barudy y Dantagnan, 2005)

- El desarrollo psico-motor, cognitivo, afectivo y relacional sano de los niños y niñas.
- Una personalidad capaz de responder con empatía, mentalización, solidaridad y altruismo a los desafíos de la existencia infantil y más tarde de la adulta.
- No solo aseguran el bienestar infantil, sino la esperanza que otro mundo alternativo a la opresión neo-liberal globalizante es posible.



La importancia del cariño y la estimulación.

Para organizar su cerebro y desarrollarse, los bebés necesitan sentir de sus padres o sus cuidadores:

- El contacto físico, en forma de caricias.
 - Palabras que transmitan una melodía amorosa.
 - Comportamientos constantes y coherentes que sean capaces de calmar la excitación provocada por sus estados de necesidad.
 - Una estimulación permanente que tome en cuenta la singularidad de su desarrollo.
- 

Contacto físico y desarrollo cerebral

El tomar en brazos a un bebé, procurarle masajes y mecerle produce una estimulación vestibular que provoca las interconexiones entre neuronas de diferentes áreas, así como la mielinización creando redes funcionales que garantizan su desarrollo psicomotor, la instauración del pensamiento, su inteligencia emocional, sus modelos relacionales, así como la emergencia del lenguaje, primero comprensivo y luego narrativo. (Rygaard 2005)



El apego y la empatía



DOS COMPETENCIAS PARENTALES BASICAS: APEGO Y EMPATÍA



La empatía

(Barudy, 2005)

- ▶ La empatía es un conjunto de constructos cuya finalidad es comprender la emoción del otro, comprender la respuesta emocional en uno mismo y tener en cuenta las características de la situación para finalmente tomar decisiones para una acción adecuada.

La empatía


(Barudy, 2005)

- ▶ Los componentes de la empatía parental son:
 - **Empatía básica:** capacidad de aproximarse a lo que sienten los niños interpretando adecuadamente su lenguaje emocional.
 - **Comprensión empática:** comprender lo que los hijos están pensando, sintiendo o teniendo deseos o intenciones propias. Hacer un esfuerzo en colocarse en sus “zapatos”, evitar atribuir intenciones y significados.
 - **Sintonía:** Es la capacidad de escuchar con interés los relatos de los hijos de una manera activa y receptiva, enviando señales de que se está conectado con las vivencias que son el telón de fondo de los gestos y de las palabras.
 - **Contextualización empática o cognición social:** Que quiere decir incorporar el contexto social de los niños y niñas en la comprensión de lo que dicen, hacen o sienten. Uno de los factores más importantes es la asimetría en la relación con los adultos y su dependencia a éstos.

La empatía (Barudy, 2005)

- ▶ Por lo tanto, la empatía es una característica fundamental para poder ejercer una parentalidad competente.
- ▶ Las familias que llegan al sistema de protección presentan, por sus historias de vida y por sus experiencias familiares y sociales, que influyen en los circuitos cerebrales, distintos grados o niveles de empatía que definirán el grado de incompetencia parental que presenten.

Niveles de empatía (Barudy, 2005)

- ▶ **Ausencia de empatía:** los padres no pueden acceder al mundo emocional y a las necesidades de sus hijos. En este sentido, no hay capacidad reflexiva. Los padres no pueden ver a sus hijos como sujetos con ideas, intenciones o deseos propios.
 - ▶ **Trastorno de la empatía:** los padres mal interpretan las señales con que sus hijos manifiestan sus necesidades. Los padres tienden a proyectar sus propias vivencias o sentimientos en los niños.
- 

Niveles de empatía (Barudy, 2005)

- ▶ **Habilidad empática deficiente:** los padres tienen pocas habilidades sociales y comunicativas para expresar o transmitir lo que sienten a sus hijos. Pueden ponerse en su lugar y llegar a sentir como ellos pero no saben cómo transmitir esas vivencias.
- ▶ **Dificultad para la expresión de la empatía:** los padres no pueden expresar lo que sienten a sus hijos debido a contextos sociales estresantes, por ejemplo, víctimas de pobreza, exclusión social, enfermedad, crisis económica...

Nivel 0 de empatía

- ▶ Una persona que se encuentra en este nivel no tiene empatía en absoluto. En este nivel las personas son capaces de cometer delitos, entre los que se incluyen asaltos, asesinatos, torturas y violaciones. Cuando se les indica que han hecho daño a otros, esto no significa nada para ellos. No pueden experimentar remordimiento o culpa, porque simplemente no entienden qué siente la otra persona. Para Baron-Cohen es el extremo máximo: lo que él denomina “cero grados de empatía”

Nivel 1 de empatía

- ▶ En este nivel una persona puede hacer daño a los demás, pero puede reflexionar hasta cierto punto sobre lo que ha hecho y mostrar su arrepentimiento. Lo que ocurre es que llegado el momento no pueden detenerse. No hay respuesta emocional adecuada y por tanto, carecen de autocontrol.
- ▶ Aquí se pueden incluir muchas personas que maltratan a los demás: pueden reconocer que está mal pero no pueden integrarlo en su mente para no pasar al acto. En determinadas circunstancias pueden activar la empatía pero les puede su temperamento violento.
- ▶ Aquí podríamos incluir a los padres o cuidadores que en entrevista te dicen que sí, que no deben maltratar a su hijo pero ante una conducta de éste que valoran como intolerable, le pegan una paliza.

Nivel 2 de empatía

- ▶ Aquí se dispone de suficiente empatía para vislumbrar cómo se siente la otra persona, lo cual hará que evite cualquier tipo de agresión física. Sin embargo puede gritar y decir cosas dañinas a los demás. Necesita de otro que se lo haga notar y le diga que se ha excedido y ha dicho cosas que han podido herir.
- ▶ Son personas que se meten constantemente en problemas debido a su salida de tono, ya sea en el trabajo o en casa. A todos nos vienen a la mente nombres de personas que conocemos. Les cuesta, a pesar de los problemas que surgen, comprender qué es lo que han hecho mal.

Nivel 3 de empatía

- ▶ Estas personas, en este nivel, son conscientes de que tienen problemas de empatía y es posible que lo intenten ocultar. Es un esfuerzo por fingir ser normal que puede ser agotador y estresante. Las interacciones sociales les resultan complicadas porque no entienden las bromas de los demás, las expresiones faciales de los otros tampoco las comprenden bien y no están seguras sobre lo que se espera de ellas. Lo único que desean es estar solos y ser ellos mismos.

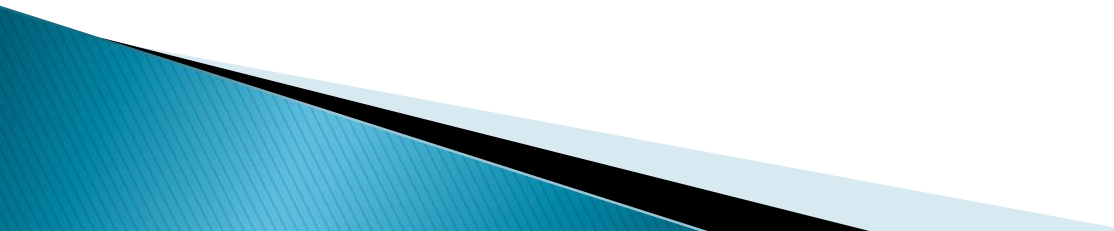
Nivel 4 de empatía

- ▶ Son personas cuya empatía se haya un tanto embotada. Tienen un promedio bajo de empatía. Prefieren conversaciones que se ciñen a tópicos que no incluyan emociones.
- ▶ Se sitúan más hombres que mujeres a este nivel; son aquéllos que prefieren arreglar un coche que sostener conversaciones sobre sentimientos. Las amistades se basan más en actividades e intereses compartidos que en una intimidad emocional.
- ▶ Las personas con disposición al apego evitativo podrían situarse aquí.

Nivel 5 de empatía

- ▶ Las personas a este nivel poseen un nivel de empatía ligeramente superior. En este nivel se incluyen más mujeres que hombres. Aquí las amistades se basan en la intimidad emocional, en compartir confidencias, brindarse apoyo mutuo, palabras de comprensión... Hay sintonía y conexión emocional, propias del apego seguro. Son personas cuidadosas en la forma de interactuar con los demás y se tienen en cuenta los sentimientos de los otros. Se dejan asesorar por los otros y sus puntos de vista en la toma de decisiones.

Nivel 6 de empatía

- ▶ Aquí se sitúan personas con una empatía extraordinaria. Se centran continuamente en los sentimientos de la otra persona. No escatiman esfuerzos para captar cómo se sienten y ofrecerles ayuda. Se dispone de un talento natural y extraordinario para sintonizar, conectar y resonar emocionalmente con las personas. Quien está con este tipo de personas superdotadas para la empatía, sienten rápido que son capaces de captar su mundo interior y generar confianza y seguridad para poder abrirse.
- 

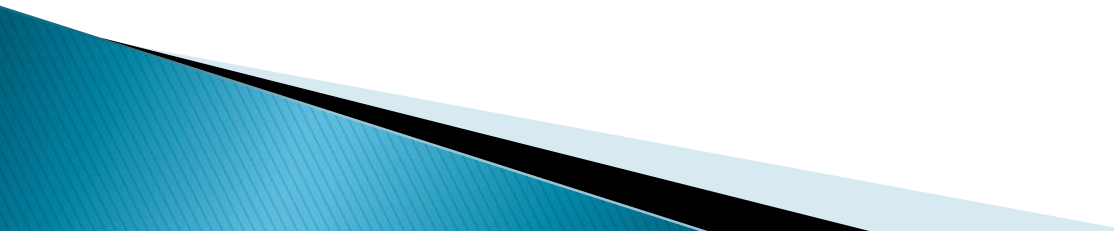
Empatía y competencia parental

- ▶ En el ámbito de la protección del menor, los adultos que maltratan a los niños (les pegan, lesionan, a veces con mucha crueldad; o les insultan y vejan psicológicamente, machacando su autoestima), se muestran negligentes (por ejemplo, salen de juerga y al día siguiente no se levantan hasta las cinco de la tarde, dejando a su hijo sin la atención y debida satisfacción de sus necesidades físicas y psicológicas durante horas) o abandonan (un padre que abandona el hogar familiar sin darle ninguna explicación coherente al niño/a, dejándole sumido en el dolor y en la desorientación) son personas que se sitúan como mucho entre el nivel 0 y 2. Lo más probable que entre el 0 y el 1.

Empatía y competencia parental

- ▶ Es necesario determinar si el déficit de empatía causante de la incapacidad parental es permanente o transitorio (quizá determinadas condiciones de vida han desconectado temporalmente los circuitos de la empatía, pero cuando estas condiciones adversas se restauran, ese padre o madre pueden funcionar con niveles de empatía más altos)

Empatía y competencia parental

- ▶ En este sentido, creo que la clasificación que nos ofrecen los profesores Barudy y Dantagnan es muy clarificadora, y compatibiliza bien con los niveles que define Baron-Cohen.
 - ▶ Creo que es más apropiada para el ámbito de la protección del menor.
- 

Barón Cohen y Barudy–Dantagnan

Barudy y Dantagnan	Baron–Cohen
Ausencia de empatía Trastorno de empatía (Incompetencia parental severa)	Niveles 0 y 2
Habilidad para la empatía Dificultad para la empatía (Incompetencia parental mínima o parcial)	Niveles 3 y 4

Cero grados de empatía de manera permanente

- ▶ Cuando los niveles de empatía son muy bajos, casi ya en el cero, y de manera permanente, Baron-Cohen establece qué psicopatologías o desórdenes encajan adecuadamente en esos inquietantes cero grados: **la psicopatía, el narcisismo y la personalidad límite.**
- ▶ Para este autor debería de incluirse una categoría diagnóstica que se denominara trastorno de la empatía.
- ▶ En estos casos, en estos perfiles, tener cero grados de empatía es devastador para la sociedad.

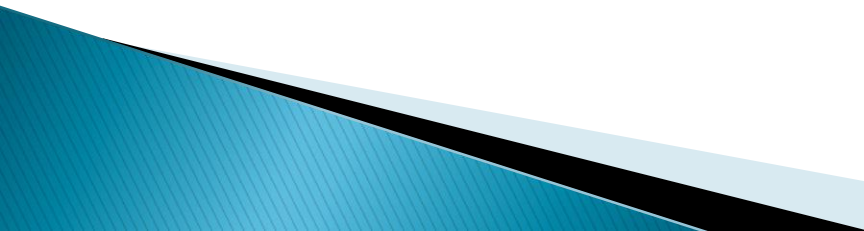
Incompetencia parental severa y crónica=cero grados de empatía

- ▶ Los padres o cuidadores en la zona más baja de la empatía son probablemente irrecuperables y la actuación de los sistemas de protección debe de velar siempre por el interés superior del menor.
- ▶ Además de “cero grados de empatía” es muy posible que encontremos en esos adultos perfiles de personalidad como los descritos, traumas no resueltos, trastornos disociativos...

El apego adulto

- ▶ Sabemos que las representaciones de apego formadas en la niñez persisten en un porcentaje alto en la vida adulta. Y que estas representaciones adultas condicionan e influyen poderosamente en cómo será la calidad de los cuidados que se dispense a los menores.

La entrevista de apego adulto (Main, 1985)

- ▶ Es una evaluación narrativa del “estado mental con respecto al apego” de un adulto, que refleja un patrón organizativo particular o estado de mente engranado de ese individuo en el momento de la entrevista.
 - ▶ Esta entrevista tiene una robusta correlación con la relación del adulto entrevistado y su hijo y sugiere que esa posición es bastante tenaz en la vida de la persona.
 - ▶ La entrevista mide rasgos del adulto derivados fundamentalmente de las experiencias individuales.
- 

La entrevista de apego adulto (Main, 1985)

- ▶ La entrevista de apego adulto consiste en una narración autobiográfica semiestructurada en la que un adulto, o algunas veces un adolescente progenitor o en vísperas de serlo, se le formulan preguntas sobre su propia niñez. Ofrece una perspectiva única sobre las relaciones entre el apego, la memoria y la narración.
- ▶ Se obtiene una valoración global de “*coherencia de mente*”, que evalúa el estado global de la mente con respecto al apego: seguro/autónomo; desdeñoso; preocupado; desorganizado.

ÍTEMS ENTREVISTA APEGO ADULTO

- Cuál es la primera vez que recuerdas haber estado separado de tus padres? ¿cómo tú y ellos respondieron? ¿recuerdas algunas separaciones que se quedaron en tu cabeza?
- Te sentiste alguna vez rechazado cuando niño/a? Por supuesto, mirando desde el presente te puedes dar cuenta realmente que no era un rechazo, pero lo que estoy tratando de preguntarte aquí es que si recuerdas haberte sentido rechazado en la niñez.
- ¿Alguna vez te amenazaron tus padres de algún modo? Ya sea, para disciplinarte o quizás sólo como una broma o jugando.
- ¿Cómo crees que estas experiencias con tus padres te han afectado tu personalidad adulta? ¿hay algunos aspectos de tus experiencias tempranas que tú sientes que se quedaron atrasadas en tu desarrollo?
- ¿Por qué crees que tus padres se comportaron así durante tu infancia?
- ¿Hubo otros adultos con quienes te sentiste cerca cuando niño/a, o cualquier otro adulto que era especialmente importante para ti?
- ¿Viviste la pérdida de un padre u alguien querido cercano mientras fuiste niño/a?
- ¿Ha habido muchos cambios en tu relación con tus padres desde que eras niño/a? digo, desde la niñez hasta ahora.
- ¿Qué relación tienes actualmente con tus padres?
- (¿Cómo tú respondes, en términos de sentimientos, cuando te separas de tu niño?)
- Si tuvieses tres deseos para tu niño en 20 años más desde ahora, ¿cuáles serían? Pensando en el tipo de futuro que te gustaría para tu hijo/a.
- ¿Hay alguna cosa particular con la cual sentisteis que aprendisteis de tus experiencias de niño/a? Lo que esperas que tu niño pudiera aprender de tu experiencia de ser hijo o hija.

Ejercicio 1: Cuestionario de empatía de Baron-Cohen



ALIANZA EDITORIAL

Apego adulto y apego infantil

APEGO ADULTO

Desdeñoso

Preocupado

No resuelto

APEGO INFANTIL

Evitativo (A)

Ansioso-ambivalente (C)

Desorganizado (D)

Tipos de apego: conductas parentales

- ▶ **Apego seguro**
 - Responden de forma rápida y sensible.
- ▶ **Apego inseguro–ansioso**
 - Padres incoherentemente disponibles, sensibles y perceptivos. El progenitor trataría de conectarse, pero de un modo que no es contingente con la comunicación del niño. Padres intrusivos emocionales en ocasiones.
- ▶ **Apego inseguro–evitativo**
 - Padres caracterizados por la distancia emocional y por la conducta olvidadiza y de rechazo por parte de los progenitores. Emocionalmente indisponibles, no perceptivos a las necesidades de ayuda de sus hijos e inefectivos para satisfacer dichas necesidades.
- ▶ **Apego desorganizado**
 - Padres que son fuente de terror para los niños. Su conducta amedrentadora o de cambios bruscos en su estado de mente independientes de las señales del niño (atemorizada o desorientada). Conductas temerosas, desorientadas y amenazantes de los progenitores que son inherentemente desorganizadoras del bebé/niño.

Tipos de apego: rasgos del niño

▶ Apego evitativo

- Este patrón de apego es característico de niños cuyos padres están emocionalmente indisponibles, no perceptivos a las necesidades de ayuda de sus hijos e inefectivos para satisfacer dichas necesidades (Siegel, 2007)
- En una interacción así, el niño maximiza una estrategia, para adaptarse, que minimice la búsqueda de proximidad con los cuidadores.



Tipos de apego: rasgos del niño

▶ Apego inseguro-ambivalente

- A diferencia del patrón de apego anterior, un apego ambivalente fuerza al niño a estar más preocupado por su propia angustia y a maximizar su atención hacia la relación (imprevisible) de apego (Siegel, 2007)
- Este modelo de apego contradictorio con lo que el bebé precisa crea una sensación grande de inseguridad en el niño. Crecerá con una gran incertidumbre relativa a si sus necesidades serán satisfechas o no.



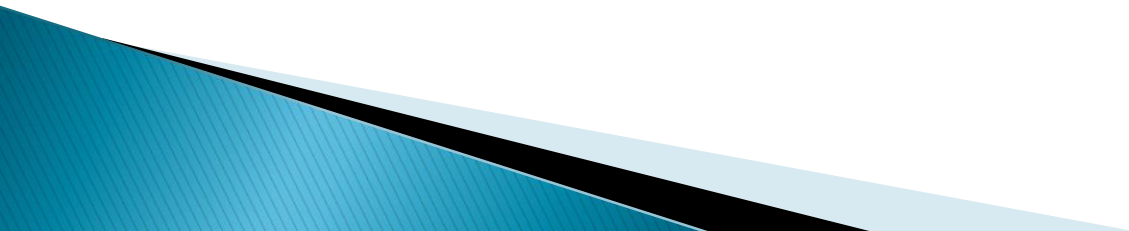
Tipos de apego: rasgos del niño

▶ Apego desorganizado

- Los niños con apego desorganizado contienen en su manifestación externa elementos de los otros apegos inseguros (ambivalente y evitativo) sólo que no son capaces de organizar sus relaciones en una estrategia coherente y organizada.
- Cuidadores que aterrorizan niño y a la vez, son la fuente de cuidados a la que debe recurrir.
- *“¿Me acerco o me alejo?”*
- La consecuencia es una desregulación del sistema emocional y probabilidad de desarrollar trastornos disociativos vida adulta.



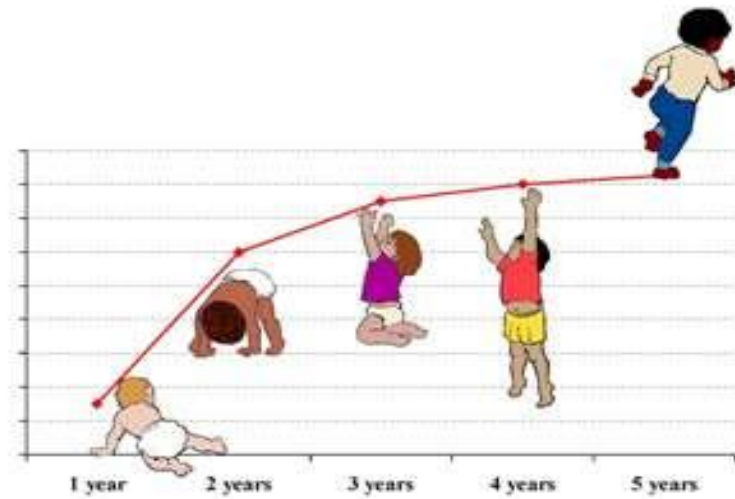
¿Qué tipo de apego puede
fomentar?



Ejercicio 2: Tareas respecto al apego

- ▶ ¿Cuáles son las tareas de los padres, madres o cuidadores respecto al apego durante el primer año de vida de sus hijos/as?

Desarrollo



EL DESARROLLO SANO DEPENDE DE LOS GENES Y DE LA CALIDAD DEL AMBIENTE SOCIOFAMILIAR (RELACIONES)



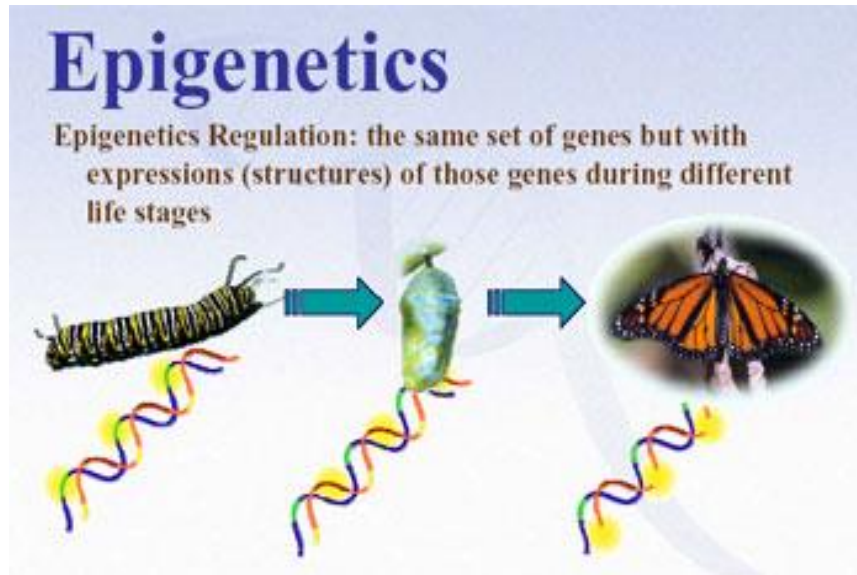
LOS PADRES COMPETENTES FOMENTAN APEGOS SEGUROS Y PROGRAMAN CEREBRO PARA UN ADECUADO DESARROLLO (COZOLINO, 2010)

- ▶ **Programación ambiental:** el desarrollo armónico del cerebro (izquierdo/derecho; superior/inferior) no depende de los genes ni del ambiente sino de ambos en interacción, dando lugar a una nueva ciencia llamada **EPIGENÉTICA**.
- ▶ Hay una amplia evidencia de que las madres ratas transmiten sus genes mediante el ADN y modelan la expresión de los mismos mediante sus conductas. **Programación ambiental** es un término utilizado para describir esta orquestación de los factores epigenéticos durante el desarrollo.

EPIGENÉTICA: METÁFORA



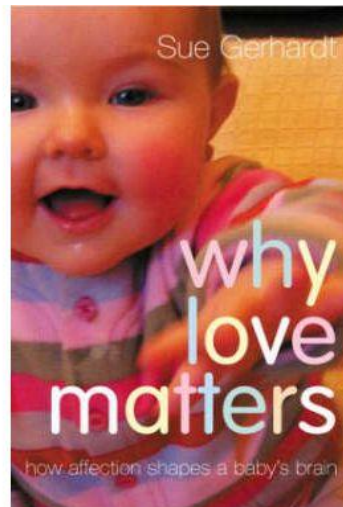
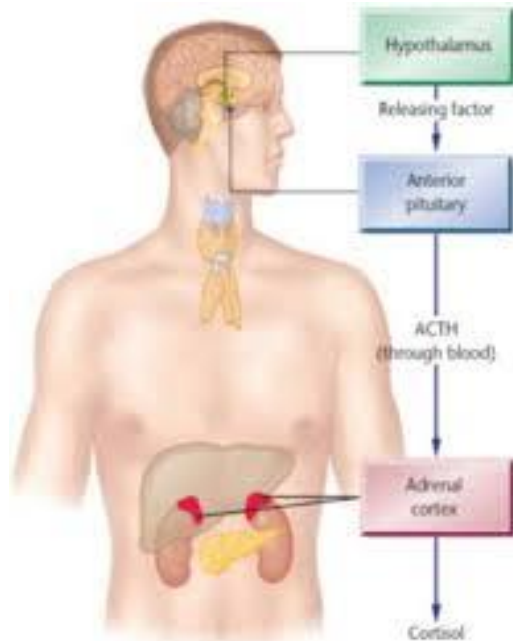
Epigenética: el mismo equipamiento genético pero con expresiones de dichos genes durante diferentes etapas de la vida



LOS PADRES COMPETENTES FOMENTAN APEGOS SEGUROS Y PROGRAMAN CEREBRO PARA UN ADECUADO DESARROLLO (Cozolino, 2010)

- ▶ “La expresión genética está programada mediante la experiencia (...) En efecto, el genoma es como un teclado mientras que los procesos químicos seleccionan las notas que se van a tocar. Uno de los procesos químicos se llama metilación”
- ▶ “El nivel de atención materna ha revelado que puede tanto estimular como silenciar la expresión de los genes en los ámbitos del crecimiento neuronal y la plasticidad cerebral en la modulación del eje hipotálamo–pituitario–adrenal (que como ya sabéis es un eje que regula las reacciones al estrés) y programa la conducta materna futura”

EL AMOR MATERNAL



LOS PADRES COMPETENTES FOMENTAN APEGOS SEGUROS Y PROGRAMAN CEREBRO PARA UN ADECUADO DESARROLLO (COZOLINO, 2010)

- ▶ **“Las ratas que recibieron una mayor atención materna tienen cerebros que son más robustos, resilientes y capaces de criar o dar cuidados que otras que no la recibieron. Estas ratas son capaces de aprender rápido y mantener los contenidos en la memoria durante más tiempo. Estas ratas son menos reactivas al estrés y además pueden usar sus habilidades para aprender con niveles de activación más altos y a través de situaciones más difíciles. Sufrieron menos los daños de los efectos del cortisol (hormona del estrés) mediante una regulación del mismo más rápida después de un evento estresante”**
- ▶ **“Los mecanismos de la asociación en humanos entre el apego temprano seguro y mentes y cuerpos más saludables es probablemente similar pero más compleja”**

Cortex orbitofrontal participa en la neurobiología apego (George y West, 2012)

- ▶ Estudios recientes sobre apego en humanos muestran que regiones cerebrales como la amígdala y el cortex orbitofrontal están probablemente implicados en el procesamiento cuando el apego está activado.
- ▶ Hay una importante contribución de las diferencias individuales en el apego adulto materno en los sistemas neuroendocrinos dopaminérgicos y oxitocinérgicos en respuesta a sus hijos.

Madre como filtro estabilizador



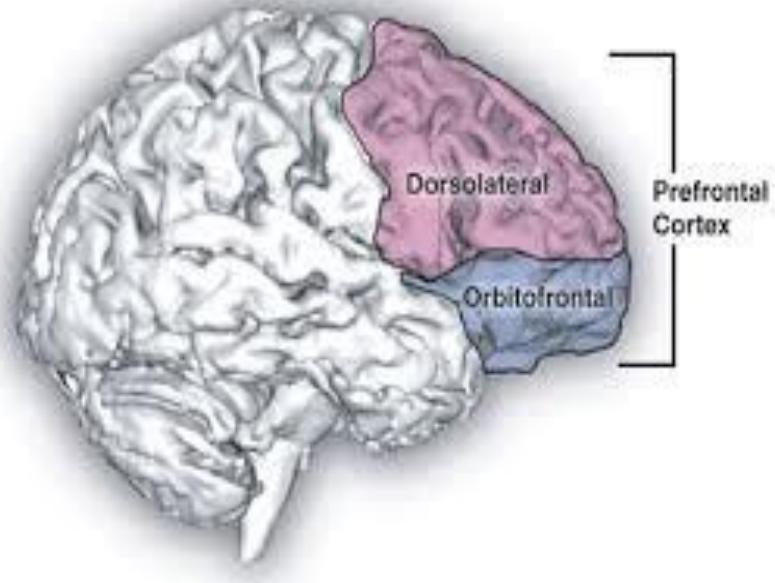
foto: iandeth / www.guiadebebes.com

Apego y cerebro ejecutivo

(COZOLINO, 2010)

- ▶ La parentalidad positiva que fomenta el apego seguro modela adecuadamente el cerebro e incide sobre el cortex prefrontal, programándolo eficientemente.
- ▶ **Nuestro cortex prefrontal tiene dos áreas de función interrelacionadas: la regulación del afecto y el apego por un lado; y la síntesis y coordinación de los procesos cognitivos y motores por otro.** Aunque ambas tareas parecen diferentes, cada una depende de la otra.
- ▶ El pensamiento abstracto y la solución de problemas son particularmente dependientes de una adecuada regulación emocional, lo cual viene acompañado del uso del pensamiento racional y la solución de problemas.
- ▶ El prefrontal es necesario para la **METACOGNICIÓN** lo cual requiere la habilidad para observar el flujo de la conciencia, revisar las memorias y pensar sobre lo pensado (integrar afecto y cognición): **MEDITACIÓN**
- ▶ Los niños con una adecuada maduración del cortex prefrontal son más hábiles en la solución de problemas lo cual requiere: **ATENCIÓN SOSTENIDA; FLEXIBILIDAD COGNITIVA Y REGULACIÓN AFECTO**

CORTEX PREFRONTAL



NIÑOS APEGO SEGURO SE CARACTERIZAN

- ▶ Integración cerebral: integran el hemisferio izquierdo y el derecho; integran el cerebro superior y el inferior.
- ▶ Experimentan la sensación interna de la base de seguridad que les permite explorar el mundo.
- ▶ Expectativa de que los otros les tratarán bien (mundo lugar confiable)
- ▶ Desarrollo de creencias positivas.
- ▶ Desarrollan más capacidad cognitiva, del lenguaje y de regulación emocional (fruto, primero, de un aprendizaje co-regulatorio) y están más preparados para iniciar la socialización:
 - Más capacidad para calmarse ante el estrés y adaptarse a los cambios.
 - Más seguridad y autonomía ante situaciones nuevas, y para nuevos aprendizajes.
 - Más capacidad para confiar en sí mismos.
 - Más capacidad para conocer sus estados internos y expresarlos.
 - Más capacidad para usar las funciones ejecutivas (atención sostenida, modulación emocional y solución problemas)
 - Más capacidad para regularse interpersonalmente.

Modelo integral del desarrollo afectivo-cognitivo-conductual (Kusche, Greenberg, y Cook , 1994)

0-18 meses

Emoción = comunicación

Excitabilidad y deseo = conducta

18-36 meses

Emoción + lenguaje = comunicación

Excitabilidad y deseo = conducta

3-6 años

Lenguaje = comunicación

Se comienza a nombrar las emociones.

Excitabilidad y deseo \searrow mediación verbal \nearrow = conducta

Inicio de capacidad reflexiva para solucionar problemas

Modelo integral del desarrollo afectivo–cognitivo – conductual

6– 12 años

- Pensamiento en lenguaje es común y habitual
- Aumenta habilidad para reflexionar sobre un plan secuencial de acción.
- Predice las consecuencias de su conducta
- Toma diferentes perspectivas a una situación

Adolescencia

- Utiliza el lenguaje al servicio del pensamiento hipotético.
- Habilidad para considerar múltiples perspectivas.

Lenguaje y autocontrol

Estados internos y estímulos externos



Comunicación

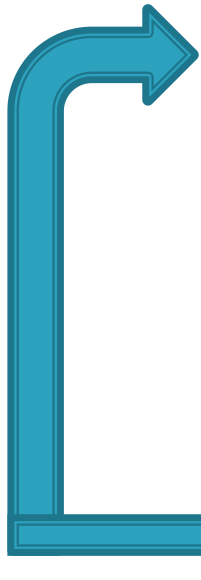
Acción / imágenes / afectividad



Lenguaje



**Etiquetar
emociones**



Mayor coherencia y
organización



- a). Forma poderosa de autocontrol.
- b). Autoexpresión identificada, reconocida y compartidas por otros.
- c). Mejor manejo de emociones desagradables que pueden ser soportables.

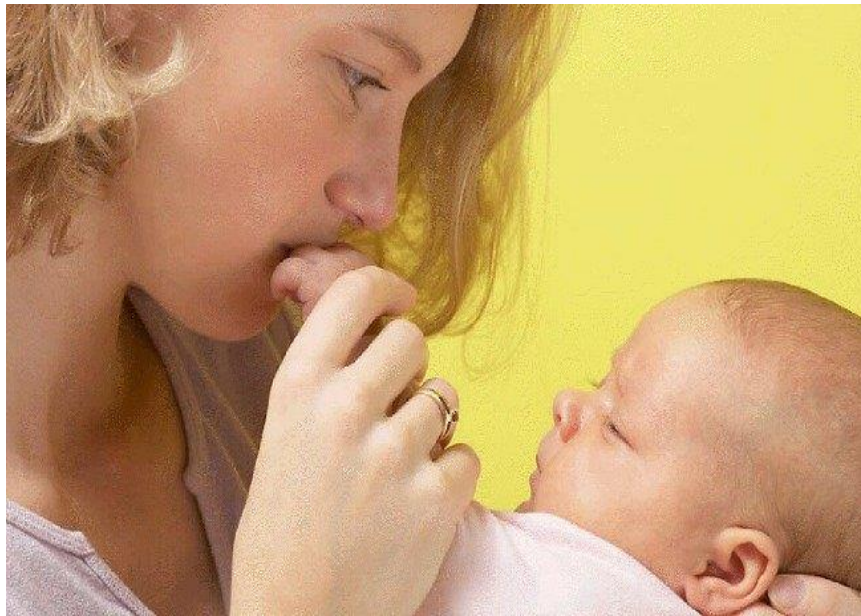
Lenguaje y comunicación afectiva

- 1° Sirve a la función ejecutiva interna de mediar entre la intención y acción conductual (la deficiencia trae problemas conductuales y de impulsividad).
- 2° Sirve para comunicar los estados internos a los otros.
 - En el modelo ABCD,
 - En la fase 2: niño= afecto
 - En la fase 3: representa los estados afectivos (a través del juego- *pretend play*- , en la conversación)
- 3° Permite al niño/a llegar a ser consiente de cómo él/ella está sintiendo.

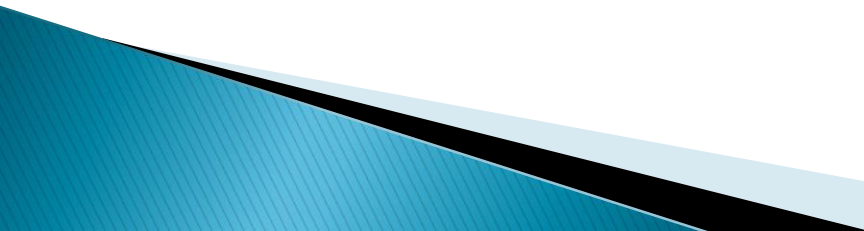
Del autocontrol a la autoconciencia

- ▶ Para que un niño/a pueda controlar su conducta, es necesario que el niño/a sea capaz de :
 - Controlar la conducta a través de una mediación externa.
 - Controlar la conducta a través de la mediación simbólica interna.
 - Reconocer la necesidad de desarrollar un plan conductual de acción (prever consecuencias).
 - Representar un estado afectivo para sí mismo y comunicarlo a los otros

Pautas y orientaciones para fomentar apego seguro con las familias



La permanencia

- ▶ El adulto permanece al lado del niño y actúa como filtro estabilizador.
 - ▶ El adulto en los momentos de alteración emocional o conductual del niño, no le rechaza, aparta o castiga.
 - ▶ Se mantiene el límite pero se está con el niño al lado actuando de regulador externo porque todavía no ha desarrollado una completa capacidad auto-regulatoria.
 - ▶ Los padres actúan de reguladores. Co-regular para que el niño llegue a auto-regular.
- 

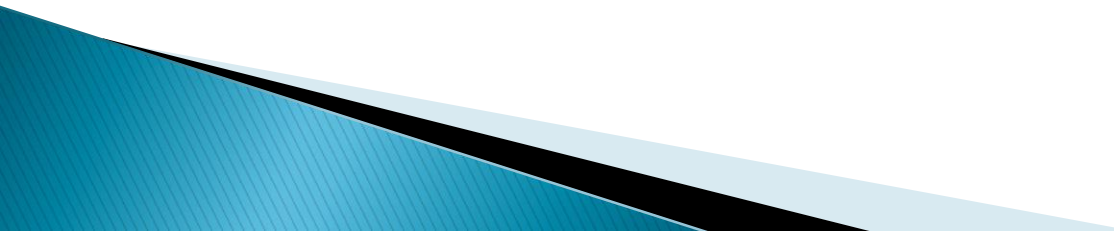
La regulación emocional

- ▶ Las estructuras cerebrales en desarrollo, para su correcta maduración, dependen de la experiencia.
- ▶ Cuando existe una excesiva activación emocional, una manera de manejar al niño es tranquilizarle o contenerle (en su caso)
- ▶ Si el niño está demasiado activado, no puede pensar.
- ▶ Por ello, “*tranquiliza, no enfurezcas más*” (Siegel, 2007)
- ▶ Cuando se logra la calma, el niño está más abierto a las explicaciones sobre los límites y las normas.
- ▶ Hay niños que necesitan moverse (a edades tempranas más) como una manera de calmarse (“*Muévelo o piérdelo*”) (Siegel, 2007)

Los límites

- ▶ Los niños necesitan vivir experiencias de frustración estructurante, aprender que existe una realidad que frustra sus deseos (2-3 años) Y tener un adulto al lado que module y ayude a comprender esto.
- ▶ Los límites no sólo son lo que se puede o no se puede hacer, lo que está bien o mal sino también una estructura, un orden y una consistencia de respuesta del adulto.
- ▶ A la hora de transmitir un límite hemos de ser firmes con el mismo pero mantener la aceptación de la persona del niño.

Los límites

- ▶ ¿Debemos hablar de castigos o de consecuencias? ¿Es lo mismo obligar a comer a un niño o que coma? ¿Son realmente a largo plazo recomendables las coerciones?
 - ▶ Dejar que la consecuencia enseñe.
 - ▶ El tiempo fuera, ¿lo usan los niños para reflexionar realmente?
 - ▶ Es mejor crear un lugar o espacio para el sosiego, para cuando no quiero hablar o estoy mal.
- 

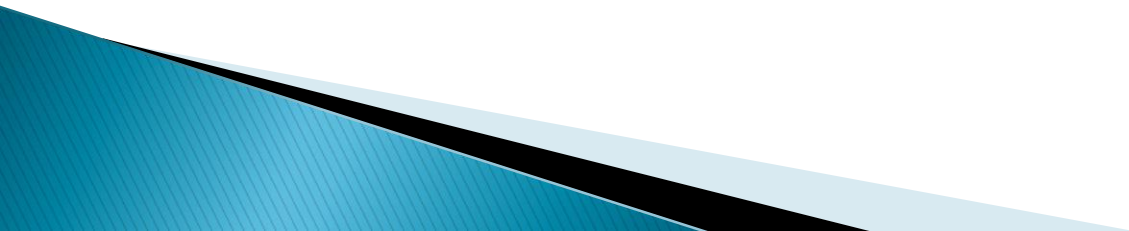
1. Sintonizar emocionalmente

- ▶ **La sintonización emocional.** Consiste en la comunicación de un niño con un adulto que sea capaz de alinearse contingentemente con los estados mentales del primero (principalmente sus emociones...) y hacerle sentir que los siente. Estas comunicaciones son conexiones *hemisferio derecho del cerebro del adulto con hemisferio derecho del cerebro en desarrollo del niño*. Esta comunicación sintonizada emocional actúa como un potente regulador del niño y como un filtro estabilizador.
- ▶ No sólo debemos comprender intelectualmente al niño sino que tenemos que ponernos en su piel.

Ejemplo sintonización emocional

- ▶ Jon es un niño de seis años adoptado a la edad de 8 meses.
- ▶ Madre consumió alcohol en el embarazo.
- ▶ Prematuridad: bajo peso
- ▶ Estuvo en la incubadora (3 meses) Ningún contacto humano
- ▶ Ahora tiene dificultades en la regulación emocional y de la conducta.
- ▶ En clase, cuando la profesora le dice que espere cuando atiende a otro niño, empieza con conductas negativas (hablar, gritar..)
- ▶ La profesora le dice que como siga así no le va a hacer ningún caso.
- ▶ Jon se altera más y le grita. La profesora le manda callar y se enfada más. Le pega a la profesora (pierde el control emocional)
- ▶ Ejemplo de pauta de sintonización (Mirando al niño a la cara y hablando suave): *“Jon, cuando me voy parece que te sientes mal. Mira, aunque estoy con un compañero te tengo en mi cabeza, ¿eh? Espera un poco que termino en seguida y vengo a ayudarte a ti. Me voy aquí pero te veo, ¿eh?”*
- ▶ Con esta pauta Jon mejora su conducta en clase. La profesora ha sintonizado con el niño y ello contribuye a que su apego se vaya reparando. Jon no se comporta así porque quiere sino porque no sabe hacerlo de otro modo.

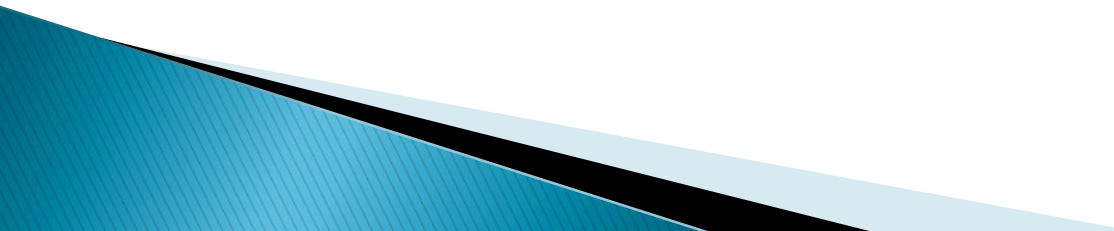
Ejemplo sintonización



2. Diálogo reflexivo

- ▶ **Diálogo reflexivo.** Las mismas palabras lo dicen: hablar con otra persona pensando detenidamente, indagando en los estados internos del sujeto.
- ▶ Ejemplo de diálogo reflexivo (bebé): *“¿Sientes frío mi niño?” “Te has asustado con el ruido, verdad. Mamá cierra la ventana” “Estás contento porque ha venido tu tío, estabas pensando que ya era hora de que viniera, ¿eh?” “Te tiene que doler la tripita porque has echado la comida fuera, tranquilo que mamá te lleva al médico y te cura”* etcétera.
- ▶ Ejemplo de diálogo reflexivo con Jon: *“Jon, hoy me parece que puedes estar algo nervioso. Te veo tocar todos los objetos electrónicos cuando llevabas semanas sin hacerlo. ¿Quizá se acerca la Navidad y ello te pone más nervioso?”*

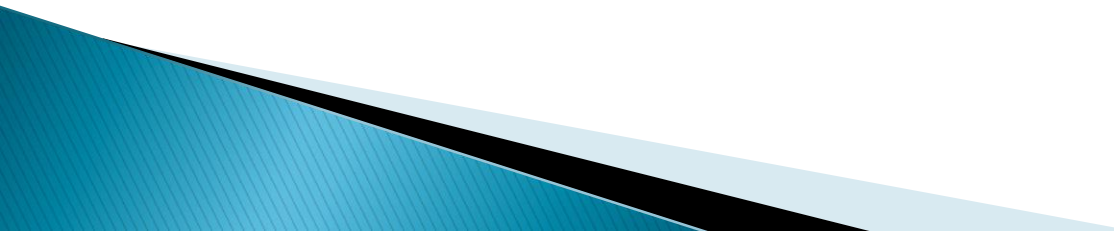
3. Co-construir la narración

- ▶ **Co-construir la narración.** Un tercer elemento que define un apego seguro es la construcción de una narración integradora que dé sentido al sí mismo.
 - ▶ Siegel nos dice que las narraciones se han podido originar como una parte fundamental del discurso social. El proceso mismo de la narración es inherentemente social. Los procesos fundamentales implicados en la narración facilitan la integración de la coherencia de la mente.
 - ▶ Las personas tratan de dar sentido al self (sí mismo) en el pasado, el presente y anticipar el futuro. La capacidad de la mente para crear el mapa global de uno mismo a lo largo del tiempo es una característica esencial y necesaria para lograr tal coherencia de la mente.
- 

4. El autoconocimiento de los profesionales y de los padres

- ▶ ¿Cómo han sido nuestras experiencias infantiles?
- ▶ ¿Cuáles son nuestros referenciales educativos?: somos rígidos, obsesivos, indulgentes en exceso, intelectuales, preocupados, dependientes, independientes...?
- ▶ ¿Nos cuestionamos como padres y profesionales o no nos cuestionamos nada?
- ▶ ¿Qué tipo de adulto somos como modelo para el niño: tranquilos, coherentes, consistentes, pacientes... o por el contrario inyectamos y transmitimos al niño que no somos capaces de gestionar nuestras propias emociones? = **Este es el componente más importante. Si no, no podremos ser filtro estabilizador.**
- ▶ A los padres con más dificultades en esto, orientarles hacia un trabajo personal.
- ▶ Es realmente complicado porque todavía en el siglo XXI el componente emocional es el gran ignorado en la educación. La mayoría entiende que el niño coma, duerma bien, esté limpio, se comporte bien (él por sí sólo) y que acceda a una buena educación.

En Resumen

- ▶ SINTONIZAR -- CONSISTENCIA -- ESTILO APEGO
 - ▶ PERMANENCIA – REGULACIÓN – LÍMITES
 - ▶ AUTOCONOCIMIENTO – ESTILO DE APEGO PADRES
- 

Referencias

- ▶ Barón-Cohen, S. (2012) *Empatía cero. Una nueva teoría de la crueldad*. Madrid: Alianza.
- ▶ Barudy, J.; Dantagnan, M. (2005) *Los buenos tratos a la infancia. Parentalidad, apego y resiliencia*. Barcelona: Gedisa.
- ▶ Barudy, J.; Dantagnan, M. (2010) *Los desafíos invisibles de ser padre y madre. Manual de evaluación de las competencias y la resiliencia parental*. Barcelona: Gedisa.
- ▶ Cantero, M. J. y Lafuente, M.J. (2010) *Vinculaciones afectivas: apego, amistad y amor*. Madrid: Pirámide.
- ▶ Cozolino, L. (2010) *The neuroscience of Psychotherapy. Healing the social brain*. Second edition. New York: W.W. Norton.
- ▶ George, C.; West, M. (2012) *The adult attachment projective picture system*. New York: Guilford.
- ▶ Kusche, C.A.; Greenberg, M.T. & Cook, E.T. (1994) The relations between emotional understanding, intellectual functioning and disruptive behavior problems in elementary-school-aged children. *Journal of Abnormal psychology*, 22, p 205-219.
- ▶ Main, M., Kaplan, N., & Cassidy, J. (1985). Security in infancy, childhood and adulthood: A move to the level of representation. In I. Bretherton & E. Waters (Eds.), *Growing points of attachment: Theory and research, Monographs of the Society for Research in Child Development 50 (1-2 serial No. 209)*, 66-104
- ▶ Rygaard, P.N. (2005) *El niño abandonado*. Barcelona: Gedisa editorial.
- ▶ Siegel, D. (2007) *La mente en desarrollo*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- ▶ Thompson, R. A. (1999) Early attachment and later development. En J. Cassidy y P.R. Van Ijzendoorn, M.H., Sagi, A.M. y Lanberson, W.E. (1992) *The Multiple Caretaker Paradox: data from Holland an Israel*. En R. C. Pianta (Ed). *Beyond the Parents: The Role of Other Adults in Children's Lives* (pp. 5-24) San Francisco: Jossey-Bass Publisher.
- ▶ Wallin, D. (2012) *El apego en psicoterapia*. Bilbao: Desclée de Brouwer.

Gracias

www.buenostratos.com

