



Consideraciones sobre el apego, los afectos y la regulación afectiva

André Sassenfeld J.¹

Santiago, Chile.

Este artículo expone algunos aspectos fundamentales de la relación entre apego, afectos y regulación afectiva. Se detiene, específicamente, en la comunicación emocional como faceta central del fenómeno del apego y en cómo la forma que adoptan tales procesos de comunicación emocional implica la presencia de determinadas modalidades de regulación afectiva. Más allá, describe de qué modo las interacciones regulatorias tempranas son internalizadas, dando lugar a ciertas estrategias o estilos regulatorios congruentes con el tipo de experiencias de apego que el individuo haya atravesado.

Palabras clave: Apego; afectos; regulación afectiva; estrategias regulatorias.

This paper explores some fundamental aspects of the relationship between attachment, affects, and affect regulation. It specifically describes emotional communication as central facet of the attachment phenomenon and how the particular form of those emotional communication processes implies the presence of certain modalities of affect regulation. It further describes how early regulatory interactions are internalized giving rise to certain regulatory strategies or styles that are congruent with the type of attachment experiences an individual has lived through.

Key Words: Attachment; affects; affect regulation; regulatory strategies.

English Title: Thoughts on attachment, affects, and affect regulation

Cita bibliográfica / Reference citation:

Sassenfeld, A. (2012). Consideraciones sobre el apego, los afectos y la regulación afectiva.

Clinica e Investigación Relacional, 6 (3): 548-569. [ISSN 1988-2939] [Recuperado de

www.ceir.org.es]

La expresión emocional del individuo es capaz de evocar estados afectivos y conductas en los demás. Este proceso relacional adquiere especial relevancia en el contexto del vínculo temprano entre cuidador y niño, algo que ya Darwin (1872) había insinuado en su estudio clásico sobre la expresión afectiva. Bowlby elaboró las intuiciones originales de Darwin y, de acuerdo a Diamond y Marrone (2003), su teoría del apego es también una teoría de los afectos. En efecto, la teoría del apego se ocupa de la emoción en sí misma (Lay et al., 1995).

“Para la teoría del apego, los afectos ocupan un lugar central porque la relación de apego entre infante y cuidador es, en sí misma, un lazo afectivo” (Fonagy et al., 2002, p. 95) –la comunicación emocional se encuentra en el corazón del apego y, más específicamente, los distintos estilos clasificados de apego están caracterizados por patrones distintivos de comunicación emocional (Siegel, 2001) y emociones específicas (Mikulincer & Shaver, 2005). Para Bowlby, muchas de las emociones humanas más intensas y significativas tienen sus raíces en el fenómeno del apego y están ligadas a sucesos vinculares importantes para el apego, como la separación del niño respecto del cuidador o la reunión con este. Bowlby creía que la mayoría de las emociones son activadas o suscitadas por experiencias interpersonales concretas con figuras afectivamente relevantes. Además, al mismo tiempo, puede suponerse que el sistema relacional del apego organiza las experiencias y los estados emocionales de cuidador e infante (Krueger, 2002).

En la actualidad, muchos afectos son entendidos como manifestaciones de sistemas orgánicos que apuntan a facilitar el establecimiento de vínculos de apego que promueven la supervivencia del infante (Benecke et al., 2005; Consedine & Magai, 2003; Fosha, 2004; Fosha & Slowiaczek, 1997; Magnavita, 2006a; Schore, 2000, 2003a). Así, en “el contexto del apego temprano, las señales emocionales de base constitucional indican las necesidades del infante al entorno social y, en el caso ideal, provocan respuestas apropiadas en los cuidadores” (Consedine & Magai, 2003, p. 168). Pally (2001) y Benecke y sus colegas (2005) sugieren, en este sentido, que la expresión emocional del niño tiende a dispararse, por ejemplo cuando involucra llanto que es percibido como genuino, conductas no-verbales de cuidado, apoyo y empatía por parte de los padres. Incluso emociones como la rabia muchas veces sirven a la función de mantener lazos de apego ya que señalan un descontento respecto del otro que, una vez comunicado, puede ser resuelto. Por supuesto, esta descripción presupone un grado aceptable de salud mental y un funcionamiento psicológico “suficientemente bueno” por parte de los cuidadores del niño.

La teoría del apego ha descrito con detalle varias conductas no-verbales que forman parte de la expresión emocional del niño, incluyendo el llanto, el aferramiento y el seguimiento físico (Fonagy, 2001; Goldberg, Muir & Kerr, 1994; Krueger, 2002; Marrone, 2001). Pally (2001) enfatiza que, desde la perspectiva del apego, el comportamiento no-verbal que forma parte de la expresión de afectos no sólo sirve a la mera expresión, sino que también apunta a suscitar ciertas formas concretas de interacción social. Cree que incluso entre los adultos muchas expresiones conductuales no-verbales surgen con la finalidad a menudo inconsciente de provocar determinadas respuestas y conductas en los demás. En la actualidad, se piensa que una de las funciones fundamentales de las emociones es su potencial para promover la

capacidad de adaptación del organismo a las circunstancias del ambiente. La función ligada a la facilitación del establecimiento y mantenimiento de vínculos de apego es, desde el punto de vista de la evolución psicosocial y psicobiológica, una función concreta de los afectos que los hace relevantes en términos de la adaptación y la supervivencia. De hecho, puede considerarse que las “emociones primarias y secundarias son mecanismos comunicativos sofisticados que tienen la finalidad de iniciar y mantener los lazos de apego para las estructuras sociales cohesivas necesarias para el desarrollo de la civilización” (Magnavita, 2006a, p. 518).

Afecto, comunicación temprana y apego

Dos aspectos fundamentales inseparables entre sí e íntimamente vinculados con el desarrollo del self son la comunicación temprana y el apego. Puede considerarse, por ejemplo, que las características de la comunicación afectiva predicen la cualidad del apego (Grienerberger & Slade, 2002). La investigación contemporánea de infantes ha dejado en claro que el logro de un lazo de apego de comunicación emocional y la maduración afectiva que tal lazo posibilita son los acontecimientos centrales del desarrollo infantil, siendo entendidos como relativamente más importantes que el desarrollo cognitivo complejo (Schoore, 2005a). Desde esta perspectiva, las características específicas que los afectos y el apego adoptan en los primeros vínculos parecieran representar las bases del desarrollo posterior de otras facetas del self. “La organización temprana del apego puede influenciar resultados futuros a través del efecto mediador de ciertas características básicas del funcionamiento afectivo del niño” (Kochanska, 2001, p. 488), dando cuenta de muchas diferencias individuales posteriores en variadas competencias personales. Orbach (2004a) señala, en este sentido, que la relación emocional original es el “alimento psíquico” que sustenta el surgimiento y la diferenciación del self infantil. Tal como indican Hartmann (1995) y Milch (1995), la psicología psicoanalítica del self concuerda en que el self se desarrolla en la infancia a partir de los intercambios afectivos del niño con sus figuras de apego.

Aparte de las conocidas contribuciones de Bowlby, Spitz (1965) fue uno de los primeros en enfatizar la relevancia de los procesos de comunicación afectiva que transcurren entre el niño y sus cuidadores. Adelantándose a su época, Spitz comenzó a formular una conceptualización sistémica de la díada madre-hijo que subraya el carácter circular y recíproco de los intercambios comunicativos. Piensa que las interacciones emocionales mencionadas son continuas, muchas veces sin que los cuidadores sean conscientes de ellas, y que ejercen una especie de presión constante pero imperceptible que da forma a la incipiente personalidad infantil. Este moldeado intangible es determinado en gran medida por el clima afectivo creado por la madre, haciendo posible la emergencia de las funciones psicológicas más importantes:

Las señales afectivas que el niño ha recibido por parte de la madre, su calidad, su constancia, la certidumbre y la estabilidad que esas señales ofrecen al niño, aseguran su normal desarrollo psíquico. Estas señales afectivas que le da la madre están determinadas por su actitud afectiva inconsciente; es decir, que su comportamiento se manifestará bajo ciertas formas sin que ella lo advierta necesariamente. (p. 78)

Spitz (1965) supone que la presencia de una actitud afectiva de ternura por parte de la madre le permite proveer al niño de una extensa gama de experiencias vitales, teniendo un papel primordial en el aprendizaje temprano del infante en los distintos ámbitos que componen su emergente mundo subjetivo. Más allá, el trabajo de Spitz muestra que algunos de los cambios más significativos de la organización psíquica infantil están ligados a la aparición de ciertas formas de expresión afectiva que tienen consecuencias interpersonales de gran envergadura –las mencionadas por Spitz son, en particular, la sonrisa social y la ansiedad frente a extraños (Fonagy, 2001; Tronick, 2002). En este sentido, tales expresiones de afecto que, entre otras cosas, contribuyen a estructurar la vida social del niño pueden ser visualizadas como organizadores psicológicos primarios y, con ello, determinantes cardinales del desarrollo del self.

La existencia de un continuado proceso de intercambios afectivos no-verbales a menudo muy sutiles entre el infante y sus cuidadores y la realidad del impacto de este proceso en el desarrollo del self infantil son, en la actualidad, hechos incuestionados entre los investigadores de infantes. Explicitando los elementos básicos inherentes a este proceso, Lichtenberg y sus colegas (2002, 2003) señalan que la contribución de la madre a estas interacciones emocionales está compuesta por al menos tres modalidades de comunicación: (1) la coordinación de la mirada y el contacto visual, (2) el reconocimiento del afecto y el gesto del niño como señales que refieren a un cambio de su estado afectivo y sus necesidades, y (3) el significado simbólico del interjuego inmediato expresado en palabras que hacen referencia a afectos y el significado simbólico más profundo de la vinculación, que durante un importante período de tiempo no le está disponible al infante. La contribución del niño, por otro lado, incluye especialmente su afecto, sus gestos y el proceso de comunicación cara-a-cara, la coordinación del contacto visual y los movimientos corporales y, además, un creciente sentido de agencia e iniciativa que le permite buscar de modo activo señales afectivas que lo guíen y responder a estas.

En el contexto del diálogo afectivo temprano, el estudio fundamental de Stern (1985) distinguió un fenómeno relacional de crucial importancia en el desarrollo óptimo del self. Stern lo llama *entonamiento afectivo*, un proceso vincular análogo a la empatía adulta, y considera que

para que haya un intercambio intersubjetivo acerca de los afectos, la imitación estricta, por sí sola, no basta. En realidad, tienen que producirse varios procesos. Primero, el progenitor tiene que poder leer el estado afectivo del infante en su conducta abierta. Segundo, el progenitor debe poner en ejecución alguna conducta que no sea una imitación estricta, pero que sin embargo corresponda de algún modo a la conducta abierta del bebé. Tercero, el infante debe poder leer esa respuesta parental correspondiente como teniendo que ver con su propia experiencia emocional original, y no como mera imitación. [...] De modo que el entonamiento de los afectos consiste en la ejecución de conductas que expresan el carácter del sentimiento de un estado afectivo compartido, sin imitar la expresión conductual exacta del estado interior. (pp. 173-177).

Según Haft y Slade (1989), en el entonamiento afectivo el infante comienza a estructurar sus propios afectos a través del prisma del mundo interno de su cuidador primario. La figura de apego le transmite cómo se siente respecto de diferentes tipos de experiencias emocionales al involucrarse con algunos de ellos y no con otros –deja al infante “saber lo que se puede compartir entre ellos y lo que no” (p. 169).

Así, el entonamiento afectivo implica no sólo reflejar el estado emocional del infante, sino también su devolución elaborada por parte del adulto como algo que es tolerable, manejable e integrable en términos de las capacidades orgánicas, psicológicas y emocionales del infante (Dio Bleichmar, 2005; Fonagy et al., 2002; Fonagy & Target, 1998; Köhler, 1998; Lyons-Ruth, 1999) –Fonagy y sus colegas (2002) denominan a estas respuestas afectivas del cuidador que corresponden al afecto del niño pero que han sido elaboradas para no sobrepasarlo *expresiones emocionales marcadas*. Dio Bleichmar (2005) explica que “la madre está ayudando a crear algo que implica cambiar al otro, proporcionándole algo que antes no tenía o consolidándolo si ya estaba presente” (p. 72), siendo el entonamiento afectivo una forma especial de empatía maternal y disponibilidad emocional (Haft & Salde, 1989). Beebe y sus colaboradores (2003, 2005) agregan que algunas de las funciones principales del entonamiento afectivo son la participación interpersonal y la mantención de la conexión emocional entre el niño y sus figuras de apego.

El entonamiento afectivo puede ser conceptualizado como respuesta no-verbal espontánea y relativamente inconsciente de los cuidadores respecto de las emociones expresadas por el niño y, por lo tanto, en gran medida forma parte del procesamiento procedural implícito de la información que entregan las claves emocionales expresivas (Beebe et al., 2003, 2005; Dio Bleichmar, 2005; Lyons-Ruth, 1999; Schore, 2001a). Maroda (1999a) y Diamond y Marrone (2003) piensan que las respuestas afectivas entonadas de los cuidadores estimulan al niño a comunicar sus propias reacciones frente a las respuestas que recibe. En estos intercambios, el niño accede directamente a la comunicación afectiva del adulto y el adulto, por su lado, está en contacto inmediato con los estados emocionales del niño. Esta continua secuencia comunicativa recíproca es uno de los primeros procesos vinculares que le permite al infante comenzar a hacerse consciente de sus afectos, a expresarlos, a manejarlos y, asimismo, a reconocer los afectos que provoca en quienes lo rodean.

Las interacciones emocionalmente sincronizadas que constituyen el entonamiento afectivo son entendidas como condición indispensable para la conformación de un self vital y cohesionado (Fosha & Slowiaczek, 1997; Milch, 1995; Schore, 2000, 2001a; Stern, 1985). No obstante, tal como señala Fosha (2002) resumiendo un conjunto amplio de hallazgos de la investigación de infantes, las díadas tempranas que ponen de manifiesto un funcionamiento óptimo con consecuencias evolutivas favorables para el niño no se caracterizan por la presencia de períodos más extensos de entonamiento afectivo, sino más bien por la efectividad de sus esfuerzos por reparar los inevitables episodios de desentonamiento. En este sentido, puede asumirse que la mantención del flujo de la comunicación emocional incluye tres

procesos relacionales distintos: entonamiento afectivo o coordinación de estados afectivos, interrupción o falla de la coordinación de estados afectivos, y reparación o restablecimiento de la coordinación de estados afectivos.

Las diadas exitosas son capaces de “metabolizar colaborativamente los afectos negativos asociados a la interrupción de la coordinación y de recobrar la coordinación mutua y los afectos positivos que la acompañan [...]” (Fosha, 2002, p. 14) en la experiencia de ambos participantes. En ellas, las interrupciones tienden a ser de corta duración y se convierten en una motivación fuerte que impulsa y encauza los esfuerzos reparativos. Es decir, tales diadas minimizan el tiempo que el niño pasa en estados emocionales disruptivos y maximizan, a la vez, el tiempo que pasa en estados afectivos positivos. Esto no se logra mediante la negación o evitación de las emociones negativas, sino más bien a través del procesamiento diádico reparador de los estados emocionales disruptivos. Según Schore (2001a), la posibilidad de experimentar afectos positivos después de haber vivenciado estados afectivos negativos, tal como ocurre típicamente en el proceso de interrupción-reparación que hemos descrito, es fundamental porque le enseña al niño de modo no-verbal e implícito que las emociones negativas pueden ser toleradas y transformadas en el marco de relaciones entonadas.

Una característica central de las interacciones diádicas óptimas es que la variedad de los estados emocionales del infante son recibidos en general por una actitud basal de apertura, responsividad y disposición a ayudar por parte de los cuidadores (Fosha, 2002; Haft & Slade, 1989; Lyons-Ruth, 1999). En otras palabras, los afectos experimentados y expresados por el niño no perturban la continuidad del lazo afectivo, sino que tienen el potencial de profundizarlo y enriquecerlo. Lyons-Ruth (1999) piensa, desde este punto de vista, que la actitud deseable por parte de las figuras tempranas de apego involucra un intento continuado de aprehender la realidad subjetiva del niño y de comunicarse “abiertamente” –esto es, se requiere la apertura de los padres “respecto del estado mental del niño, incluyendo el rango completo de sus comunicaciones, de manera que determinados estados afectivos o motivacionales del niño [...] no estén excluidos del compartir intersubjetivo y la regulación” (p. 318). Sus investigaciones apoyan la idea de que las relaciones de apego que (1) están abiertas a la variedad entera de los intentos comunicativos afectivos del infante, (2) que además incluyen las iniciativas de ambos participantes en un diálogo balanceado y (3) que se caracterizan por la negociación y reparación activa de episodios de conflicto y desentonamiento, están asociadas a resultados positivos en el desarrollo del self infantil. Investigaciones anteriores han puesto al descubierto que, en efecto, las madres con apego seguro tienden a ser capaces de entonar con un amplio rango de los afectos del infante, rara vez desentonan de manera negativa y, en general, son capaces de ser relativamente objetivas en el reconocimiento de los estados psicobiológicos del niño (Haft & Slade, 1989).

Por otro lado, el hecho de que el entonamiento afectivo involucra en gran medida la subjetividad del cuidador también puede tener consecuencias menos constructivas para el niño. “Al acentuar ciertos aspectos de la experiencia del infante por sobre otros, [los] desentonamientos transmiten información profundamente importante acerca del mundo interno de su madre [...]” (Haft & Slade, 1989, p. 169). Cuando el cuidador entona de modo

selectivo con determinadas emociones del niño, este aprende que tales estados emocionales tienen un estatus especial para la figura de apego y “que recrearlo es una de las pocas formas de las que el infante dispone para lograr la unión intersubjetiva con su madre” (p. 169). Este variante del proceso de desarrollo temprano a raíz del entonamiento afectivo puede constituir el punto de partida de la aparición de lo que Winnicott (1960) denominaba el falso self. Cuando esta estructuración del self en el vínculo temprano de apego sobrepasa una cierta envergadura, pueden detectarse los inicios de una variedad de condiciones psicopatológicas.

Schore (2000) señala que los procesos comunicativos recíprocos que hemos pormenorizado representan en esencia la dinámica relacional del apego temprano. Para Schore, las transacciones cara-a-cara de sincronía afectiva o entonamiento pueden equipararse con las experiencias de apego respecto de los cuidadores que el infante requiere para asegurar su supervivencia física y emocional y para desarrollar un sentido cohesivo del self, una opinión compartida por Beebe y sus colegas (2003, 2005). Desde la perspectiva de la teoría del apego, Holmes (1994) aclara que la modulación del afecto infantil que las respuestas entonadas de la madre introducen en el primer vínculo es un precursor esencial del apego seguro y Crittenden (1994) agrega que los infantes con un apego seguro han aprendido a través de las interacciones con la figura de apego a utilizar el valor predictivo y comunicativo de las señales expresivas interpersonales, siendo posteriormente capaces de atribuir significados personales a sus afectos. Fosha (2002) también considera que el apego seguro surge a raíz de la coordinación diádica de estados afectivos en el vínculo entre madre e hijo y, asimismo, puede considerarse que se basa en la comunicación “abierta” a la que hicimos alusión con anterioridad (Lyons-Ruth, 1999).

Las experiencias vinculares tempranas del niño cristalizan en lo que muchos investigadores contemporáneos de infantes denominan *conocimiento relacional implícito* (Beebe & Lachmann, 2002; Fogel, 2004; Fosshage, 2005; Lyons-Ruth, 1998, 1999, 2000; Stern et al., 1998; Tronick, 1998; Tyson, 2005). Lyons-Ruth (1998) lo define de la siguiente manera:

Las representaciones procedurales son representaciones basadas en reglas de cómo proceder, de cómo hacer cosas. Tales procedimientos pueden nunca ser codificados en forma simbólica, como por ejemplo el conocimiento de cómo andar en bicicleta. Sin embargo, más importante para nosotros que andar en bicicleta es el dominio de saber hacer cosas con otros. Gran parte de este tipo de conocimiento también es procedural, tal como saber divertirse, expresar afecto o conseguir atención durante la infancia. A este conocimiento procedural de cómo hacer cosas con otros lo hemos llamado “conocimiento relacional implícito”. (p. 284)

Este conocimiento relacional implícito es en su mayor parte de naturaleza afectiva e interactiva y, más allá, se construye en gran medida fuera del ámbito verbal, incluyendo especialmente la diferenciación de procedimientos de interacción que incorporan un determinado rango de claves afectivas expresivas. Guarda relación, en particular, con los afectos que pueden o que no pueden ser exhibidos a los demás y con las reacciones sociales y emocionales que el individuo suscita en quienes lo rodean. Tyson (2005) recapitula afirmando que la forma característica del infante de percibir, sentir y actuar en respuesta a estímulos emocionales se organiza, en primera instancia, en términos procedurales implícitos. El

conocimiento procedural implícito, que es de carácter pre-reflexivo y habitualmente inconsciente tanto en la infancia como en la adultez, es un elemento fundamental del self que contribuye a estructurar las relaciones interpersonales que el individuo establece durante toda su vida. En resumen, el desarrollo óptimo del self requiere de la presencia continuada de cuidadores “suficientemente buenos” que sean capaces de responder de modo entonado a las necesidades emocionales del infante y que estén dispuestos a intervenir cuando el niño se ve sobrepasado por la intensidad de su estado emocional para procesar el afecto presente hasta que el niño, con el tiempo, aprenda a hacerlo por sí mismo (Fosha & Slowiaczek, 1997). El desarrollo óptimo del self en la matriz relacional que lo contiene desemboca en la capacidad de establecer relaciones interpersonales profundas y duraderas, en la cristalización de conocimiento relacional implícito coherente, flexible y abierto a la integración de nuevas experiencias vinculares, y en la existencia de un sentido del self como agente activo. Este complejo entramado de procesos de desarrollo posibilita al naciente individuo manejar y expresar sus afectos de modo saludable en las posteriores etapas evolutivas. Walden y Smith (1997) piensan, desde este punto de vista, que el apego seguro se basa en una historia de disponibilidad afectiva del cuidador primario y en las respuestas confiables de este respecto de las expresiones afectivas positivas y negativas del infante.

Desarrollo, regulación afectiva y apego

El concepto de la regulación afectiva está al menos en parte basado en la teoría del apego y es, en consecuencia, compatible con sus planteamientos fundamentales (Diamond & Marrone, 2003; Fosha, 2003), aunque siguiendo a Braungart-Rieker y sus colegas (2001) aún existen pocos estudios empíricos que vinculen apego y regulación emocional de manera sistemática. No obstante, de acuerdo a Mikulincer y sus colaboradores (2003, 2005), en las últimas dos décadas la teoría del apego se ha convertido en uno de los marcos conceptuales más importantes para comprender el fenómeno de la regulación emocional y su desarrollo, habiendo un énfasis creciente en su centralidad en las relaciones tempranas de apego (Grienenberger & Slade, 2002). Efectivamente, los afectos y la regulación emocional ocupan un lugar central en las teorías actuales acerca del comportamiento relacionado con la base segura y los modelos operativos internos (Lay et al., 1995).

El sistema de apego tiene un papel primordial en la regulación afectiva (Lay et al., 1995). Hartmann y Lohmann (2004) han señalado que el desarrollo de la auto-regulación puede ser entendido como parte del desarrollo de la relación de apego entre el infante y su cuidador primario. Dio Bleichmar (2005) asevera, por otro lado, que el apego implica inevitablemente un lazo emocional en el seno del cual madre y bebé se regulan psicobiológicamente de forma diádica y, más allá, que la regulación realizada por el cuidador favorece el sistema de apego del infante. Otros investigadores piensan que los procesos regulatorios son precursores del apego y de las emociones asociadas a este y que corresponden al mecanismo que subyace a la misma formación del lazo de apego en cuanto hacen posible la modulación de las conductas emocionales y sociales y la mantención del equilibrio homeostático de los estados somáticos y motivacionales a través del entonamiento psicobiológico (Fosha, 2003; Ruiz, 2006; Schore,

2000, 2001a, 2001b, 2003a, 2003b, 2005a, 2005b) y, asimismo, que los estados afectivos y los procesos regulatorios subyacen a la motivación de apego (Wehowsky, 2004). En general, podemos suponer que existe un vínculo claro entre la regulación de afectos y una relación estrecha con un cuidador temprano.

El trabajo de Alan Sroufe (1989, 1996, 2000) ha jugado un rol significativo a la hora de fortalecer la ligazón de la noción de la regulación afectiva con la teoría del apego en cuanto ha re-conceptualizado el apego en términos de los procesos que regulan los afectos. Sroufe (1996, 2000) define el apego como regulación diádica de estados emocionales y afirma que el apego es “el punto culminante de la regulación emocional diádica, una culminación de todo el desarrollo en el primer año y el precursor de la auto-regulación que vendrá” (1996, p. 172). Schore (2000), por su parte, especifica que en la actualidad la conducta de apego es entendida como resultado de un sistema bio-conductual de base neurobiológica, cuya función principal está vinculada con la regulación de la coordinación biológica entre dos organismos. Para él, el

apego puede ser, por lo tanto, conceptualizado como la regulación interactiva de la sincronía entre organismos entonados en términos psicobiológicos. Esta dinámica de apego, que opera en niveles por debajo de la consciencia, subyace a la regulación diádica de las emociones. (p. 34)

Más recientemente, Fonagy y sus colegas (1999, 2002) han insistido en que el “sistema de apego es, por lo tanto, un sistema regulatorio homeostático bio-social abierto” (2002, p. 46), subrayando que una de las funciones más significativas de la relación de apego es, efectivamente, la regulación de los estados afectivos del niño. Así, el sistema de apego es, primero y por encima de todo, un regulador de la experiencia emocional (Marrone, 2001).

En el contexto de las secuencias interaccionales que hemos descrito en la sección anterior (coordinación, disrupción y reparación), ha quedado al descubierto que el comportamiento adoptado por la figura de apego del niño es central en la regulación de los estados afectivos que atraviesa el infante. Los procesos de validación, espejeamiento y reconocimiento de los estados emocionales del niño que el cuidador primario lleva a cabo en el vínculo temprano no sólo aumentan la confianza del infante en la efectividad de la regulación mutua, sino que además consolidan el apego del niño (Dio Bleichmar, 2005; Fosha, 2003). Desde esta perspectiva, la función primordial de la madre en la primera infancia es la regulación de los afectos del infante y, en la medida en la que esta función se realiza de modo eficaz, la persona que la ejerce se convierte en la figura básica de apego. Además, puede afirmarse que la relación temprana de apego constituye una herramienta fundamental para la adquisición y ampliación de estrategias regulatorias por parte del niño, procesos que están ligados a la internalización progresiva de patrones regulatorios interactivos. De hecho, Fonagy (2001) indica que el apego seguro puede concebirse como la adquisición de mecanismos regulatorios codificados en términos de memoria implícita. De este modo, tal como señala Krueger (2002), el apego es la base de la regulación emocional.

Schore (1994, 2001a, 2001b, 2003a, 2005a) explica, en este sentido, que la consolidación de los mecanismos auto-regulatorios depende de las experiencias tempranas y que tales

experiencias están invariablemente arraigadas en el vínculo de apego. Piensa que las mismas transacciones afectivas recíprocas que dan lugar al apego seguro influyen en el desarrollo infantil en general y la expansión de los sistemas de regulación propios del niño en particular. En términos de estas transacciones, enfatiza especialmente que el entonamiento psicobiológico de la madre media la formación del lazo de apego. Desde este punto de vista, la regulación diádica en el marco de la relación de apego “no es sólo el restablecimiento de la seguridad después de una experiencia de dis-regulación y un estado estresante negativo, sino también la amplificación interactiva de afectos positivos, como en los estados lúdicos” (2001a, p. 21).

Los cuidadores que no están entonados con las claves faciales, verbales y conductuales de sus infantes pueden fallar a la hora de responder no sólo a señales de aflicción creciente, sino *también* a signos de creciente involucramiento, excitación e interés. Por ende, tales cuidadores fracasarán a la hora de ‘captar’ y construir sobre la base de las experiencias afectivas positivas de los infantes. (Diamond & Aspinwall, 2003, p. 144, cursiva del original)

Así, el niño se apega a un cuidador modulador que amplía las oportunidades de experimentar afectos positivos y que minimiza las posibilidades de experimentar afectos negativos. Para Schore, los intercambios emocionales regulados con un cuidador primario familiar y predecible generan el sentido fundamental de seguridad que forma parte del apego seguro y, al mismo tiempo, una disposición básica de curiosidad positivamente cargada que impulsa la naciente exploración del entorno que caracteriza a un niño saludable –lo que Bowlby (1988) denominó una base segura. En el contexto de este sentido primordial de seguridad, por otro lado, “los infantes manifiestan una mayor probabilidad de regular sus experiencias de una variedad de emociones positivas y negativas porque su experiencia relacional social de tales emociones tiene una historia de resolución efectiva” (Fogel, 2004, p. 5).

Según Magai y sus colaboradores (2000), hasta la fecha se ha realizado poca investigación acerca de las relaciones existentes entre estilos de apego y variables emocionales. No obstante, puede afirmarse que los “estilos de apego representan un patrón diádico aprendido de regulación emocional entre el niño y su cuidador [...]” (Baylis, 2006, p. 70), que son un reflejo de la capacidad de la díada temprana para regular experiencias afectivas intensas mientras se mantiene intacta la conexión relacional (Fosha, 2003) y que los patrones específicos de apego que han sido descritos en la literatura también pueden ser definidos en términos de diferencias individuales de regulación emocional y de expresión afectiva (Hagekull & Bohlin, 2004; Magai et al., 2000; Walden & Smith, 1997). A la inversa, “la regulación del infante puede ser un reflejo de la cualidad del estilo de apego que se está desarrollando” (Braungart-Rieker et al., 2001, p. 253).

Desde el punto de vista de la relación de apego, Mikulincer y sus colegas (2003) puntualizan que una de las fuentes principales de la variabilidad de las estrategias regulatorias –es decir, de los patrones de apego– es la disponibilidad emocional de la figura de apego. Estos

investigadores suponen que, en el desarrollo óptimo, la disponibilidad emocional del cuidador primario pone en marcha una secuencia evolutiva de las estrategias regulatorias que comprende dos pasos. Primero, es necesario que se produzca la *consolidación de la co-regulación*, vinculada con la ampliación y el enriquecimiento de la estrategia básica de apego (la búsqueda de proximidad) y el consiguiente mejoramiento de la regulación afectiva diádica que se logra con la ayuda de figuras de apego que están accesibles. Segundo, surge una etapa posterior de *consolidación de la auto-regulación*, que consiste en la transición desde la co-regulación hacia la auto-regulación y en el establecimiento del self como ejecutor central de las estrategias regulatorias. Siguiendo a Mikulincer y sus colaboradores, los tres mecanismos que facilitan el progreso de esta secuencia son la ampliación de las capacidades psicológicas del infante, la expansión gradual del self y la internalización de las funciones regulatorias inicialmente llevadas a cabo por las figuras relevantes de apego.

En todos aquellos patrones individuales de apego que son habitualmente agrupados en la categoría del apego seguro² puede detectarse una historia subyacente de cuidados paternos responsivos y entonados que facilitaron niveles de estimulación apropiados a las capacidades regulatorias del infante, siendo los episodios de activación emocional desorganizadora poco frecuentes y breves. Dicho de otra manera, el apego seguro está relacionado con una regulación diádica exitosa de los afectos durante la infancia que da lugar al surgimiento de capacidades auto-regulatorias efectivas (DeOliveira et al., 2004; Diamond & Marrone, 2003; Fonagy, 2001; Fonagy et al., 2002; Krueger, 2002; Marrone, 2001; Schore, 2001a, 2001b, 2005a; Sroufe, 2000; Sroufe et al., 2000). En este sentido, Fonagy (2001) asevera que la aparición de estrategias auto-regulatorias cada vez más elaboradas en el repertorio de habilidades del niño transcurre de modo consistente y coherente cuando los estados afectivos del niño le son reflejados de forma acertada y no abrumadora por parte de una figura significativa de apego. De manera similar, la emergencia de la posibilidad del uso flexible de las dos modalidades regulatorias fundamentales –auto-regulación y regulación interactiva– en función de contextos interpersonales cambiantes en la experiencia del niño y con posterioridad en la experiencia del adulto, es el sello distintivo de una organización óptima del self que se desarrolla en base a interacciones regulatorias insertas en una relación segura y entonada de apego con los cuidadores tempranos (Schore, 2000, 2001a, 2001b, 2002, 2003a, 2003b; Klopstech, 2004, 2005). Así, regulación interactiva y auto-regulación son mecanismos fundamentales de la seguridad de apego (Koulomzin et al., 2002). Más allá, puede considerarse que la capacidad de empatía y de reconocimiento intersubjetivo de la experiencia de los demás es el resultado de una relación segura de apego con un cuidador psicobiológicamente entonado y regulador de los estados emocionales del niño (Schore, 2000).

Uno de los conceptos centrales de la teoría del apego que intenta explicar la internalización e influencia posterior de las experiencias tempranas de apego es la noción de los modelos operativos internos [internal working models]. Según Marrone (2001), se trata de

todas las representaciones acerca del mundo y de nosotros mismos en él, construidas a lo largo de la experiencia, incluyendo personas, lugares, ideas, pautas culturales, estructuras sociales, etc. [En particular,] existen formas especializadas de modelos operativos que pueden ser

definidas como una serie de ideas conscientes o inconscientes acerca de uno mismo como persona y del otro como figura significativa en la vida de uno. [...] Los modelos operativos de uno mismo y de otros se forman durante acontecimientos relevantes con respecto al apego y reflejan el resultado que han tenido las comunicaciones de demanda de cuidados por parte del individuo. (pp. 74-75)

Los modelos operativos incluyen, asimismo, un determinado nivel de atención a los afectos, el grado de percepción de estados afectivos presentes, una cierta predisposición a expresar o inhibir ciertos afectos específicos y creencias acerca del estado emocional considerado óptimo (Bell & Calkins, 2000; Magai et al., 2000). La forma de los modelos operativos internos construidos en el transcurso de la infancia determina con posterioridad la manera en la que el individuo se vincula con otras personas, reflejando en alguna medida la cualidad de sus experiencias vinculares tempranas. Por supuesto, para que la cualidad de las experiencias infantiles sea positiva y los modelos operativos internos construidos sean adaptativos es necesario que los modelos operativos del cuidador incluyan la representación de que los afectos y los vínculos, el self y los otros, y el sentimiento y la acción pueden funcionar de modo armónico, permitiendo a la figura de apego ayudar al infante a regular sus afectos (Fosha, 2003).

La idea original de los modelos operativos ha evolucionado hacia una concepción de estos como “representaciones que regulan la adaptación relacional del individuo mediante procesos interpretativos/atribucionales [...] y que codifican estrategias de regulación afectiva [...]” (Schoore, 2000, p. 27). Diamond y Marrone (2003) los entienden, en términos generales, como representaciones interactivas con emociones asociadas. De acuerdo a Schoore (2003a, 2003b), el apego seguro facilita la transmisión de capacidades regulatorias del cuidador al infante, incorporándose la experiencia de estar con un otro auto-regulador en una representación interactiva. En este sentido, los investigadores contemporáneos visualizan los modelos operativos internos como representaciones procedurales implícitas del diálogo emocional del infante con la madre que, una vez establecidas, apuntalan las funciones auto-regulatorias incipientes y que posteriormente están disponibles como recurso que posibilita la regulación plena del propio estado emocional. Corresponden a lo que actualmente es conceptualizado como un tipo de memoria regulatoria relacional implícita (Fogel, 2004). De hecho, puede afirmarse que estas representaciones permiten al organismo mantener una regulación emocional basal y un nivel afectivo positivo incluso frente a desafíos externos. Schoore (2005a) precisa que los modelos operativos internos organizados por las experiencias relacionales tempranas determinan la recepción no consciente, expresión, comunicación y regulación de los afectos, todas ellas funciones esenciales para el establecimiento y la mantención de relaciones interpersonales saludables.

En torno a la relación existente entre el apego y la regulación afectiva quedan al menos dos asuntos que no han sido clarificados del todo. Por un lado, la pregunta acerca de si la regulación afectiva constituye un sistema motivacional específico y una necesidad en sí misma o si es un producto secundario concomitante del sistema motivacional del apego aún no ha podido ser respondida satisfactoriamente (Diamond & Marrone, 2003). Dio Bleichmar (2005)

piensa que ambos sistemas de no deben confundirse, mientras que Diamond y Marrone (2003) opinan que son separables sólo en términos conceptuales dado que la evidencia muestra que, a lo largo de todo el ciclo vital, los individuos disponen de una mayor capacidad regulatoria cuando se encuentran en vínculos seguros e íntimos. Por otro lado, Hartmann y Lohmann (2004) señalan que debe asumirse que el patrón de apego del cuidador primario influencia tanto el establecimiento del patrón de apego del infante como el desarrollo de su capacidad regulatoria. Ciertamente, la investigación contemporánea acerca de la transmisión generacional de los patrones de apego apoya esta afirmación (Fonagy, 1999, 2001; Fonagy et al., 2002; Goldberg et al., 1994; Marrone, 2001). Fonagy (1999), por ejemplo, enfatiza que los adultos con patrones seguros de apego se muestran más sensibles frente a las necesidades de sus hijos, promoviendo en el infante una expectativa de que la des-regulación será resuelta con rapidez y posibilitando la aparición de un apego seguro. Sin embargo, los procesos de transmisión generacional de patrones de apego y el impacto que las estrategias regulatorias principales del cuidador primario tienen en el desarrollo de la auto-regulación del niño han sido poco estudiados hasta este momento.

Teoría del apego y estrategias de regulación afectiva

Desde el punto de vista de la teoría del apego, puede considerarse que “los patrones de regulación de emociones (en su mayor parte negativas) de los niños evolucionan en parte como función de la historia de la relación con la madre” (Kochanska, 2001, p. 475) y que “la organización individual de estrategias emocionales corresponde a los patrones de apego y está arraigada en la historia del niño de experiencias repetidas en encuentros afectivos con su cuidador” (p. 475). En este contexto, todas las estrategias de regulación ligadas al apego tienen una meta regulatoria concreta e involucran procesos afectivos y cognitivos que dan forma al logro de esa meta (Mikulincer & Shaver, 2005). Los patrones de apego reflejan, en este sentido, estrategias conductuales coherentes para maximizar la disponibilidad del cuidador y, con ello, para regular estados afectivos en base a las expectativas respecto de la disponibilidad y responsividad de la figura de apego (DeOliveira et al., 2004). Esta concepción destaca la participación decisiva de otros significativos en los procesos regulatorios y permite a Hartmann y Lohmann (2004) afirmar que, en última instancia, los patrones organizados de apego actúan al servicio de la regulación emocional del individuo.

En términos generales, en el marco de la teoría del apego pueden diferenciarse al menos dos estrategias básicas de regulación emocional. Stifter (2002) y Feldman (2003) indican que la primera de estas es el *acercamiento*. El acercamiento involucra conductas motoras y expresivas que mantienen una orientación consistente hacia el entorno y que, a través del establecimiento de cercanía física con una o varias figuras de apego, intentan generar, preservar o recuperar una activación afectiva de coloración positiva o disminuir y eliminar una activación afectiva de coloración negativa. La segunda estrategia regulatoria es la *retirada*, cuya meta principal es regular afectos negativos mediante la interrupción de la conducta presente y el alejamiento activo respecto de ciertos estímulos ambientales aparentemente

implicados en el surgimiento y el mantenimiento de las emociones negativas.

Pueden detectarse diferencias importantes en términos de los estilos de regulación emocional entre los distintos tipos de apego (Braungart-Rieker et al., 2001; Consedine & Magai, 2003; DeOliveira et al., 2004; Diamond & Aspinwall, 2003; Fonagy et al., 2002; Kochanska, 2001; Magai et al., 2000; Mikulincer & Shaver, 2005; Mikulincer et al., 2003; Schore, 2003a; Shaver & Mikulincer, 2002). En un resumen de los hallazgos de numerosas investigaciones, Shaver y Mikulincer (2002) han descrito ciertas estrategias regulatorias desde la perspectiva de la teoría del apego, destacando las diferencias de los mecanismos regulatorios existentes en el apego seguro e inseguro. Según Shaver y Mikulincer y Diamond y Marrone (2003), los individuos con apegos seguros típicamente hacen uso de una mezcla particular de tres estrategias regulatorias principales:

(1) *Reconocimiento y expresión de estados emocionales* de aflicción, angustia, malestar, etc. En consecuencia, la probabilidad de que un individuo con apego seguro revele información personal y sentimientos a otros relevantes y de que exprese sus emociones de manera relativamente abierta y desinhibida es mayor que en individuos con apego inseguro. Puede suponerse que la capacidad de recurrir a esta estrategia de regulación guarda relación con el aprendizaje temprano de que el reconocimiento y la expresión emocional suscitarán respuestas de acogida por parte de las figuras de apego.

(2) *Iniciación de intentos de resolución instrumental* de las situaciones conflictivas que desencadenen y mantienen estados afectivos negativos. Por lo tanto, el apego seguro permite al individuo estar más abierto a información nueva aún cuando esta pueda percibirse como amenazante y desarrollar estrategias realistas y efectivas de acción. Debido a ello, tiende a tener confianza en que sus propios recursos lograrán establecer una regulación exitosa de afectos disruptivos. Puede presumirse que la existencia de esta estrategia tiene su origen en experiencias de haber sido capaz de solucionar problemáticas o remover obstáculos y, con ello, de reducir los afectos negativos a través de acciones propias en el marco de las relaciones iniciales con los cuidadores.

(3) *Búsqueda de apoyo* en figuras significativas en términos emocionales. Es probable que la utilización de esta estrategia regulatoria tenga antecedentes concretos en las vivencias infantiles de que el apoyo externo permite aliviar afectos disruptivos. Más allá, el apoyo de las figuras tempranas de apego tiende a transmitirle al individuo con apego seguro la capacidad de revisar sus errores y creencias erróneas sin miedo al rechazo o la crítica. Por ello, puede experimentar menos necesidad de emplear maniobras defensivas que distorsionan sus percepciones del mundo exterior y sus auto-evaluaciones que, estando presentes mecanismos defensivos, pueden generar reacciones negativas por parte de los demás.

Puede concluirse que la regulación afectiva de individuos con un apego seguro corresponde a un estilo regulatorio flexible y abierto, que posibilita la experiencia y expresión de una amplia variedad de emociones y que incluye tanto la expectativa de que la figura de apego responderá de modo sensible como la capacidad de ajustar las propias reacciones

emocionales de formas apropiadas a las contingencias situacionales presentes (Braungart-Rieker et al., 2001; Consedine & Magai, 2003; DeOliveira et al., 2004; Fonagy et al., 2002; Hagekull & Bohlin, 2004; Kochanska, 2001; Magai et al., 2000; Sroufe et al., 2000). Asimismo, los individuos con un apego seguro manifiestan un patrón altamente diferenciado de afectividad (Mikulincer & Shaver, 2005). En estas personas a menudo priman afectos de alegría e interés, se manifiestan mayores niveles de curiosidad respecto del entorno y tendencias disminuidas a la ira, la hostilidad y la ansiedad. Vivencian las emociones negativas con una sensación reducida de amenaza y pueden relacionarse con los afectos en general como fenómenos significativos de carácter comunicativo. Más allá, los individuos con apego seguro tienden a experimentar más emociones positivas en su vida cotidiana que los individuos con apego inseguro (Diamond & Aspinwall, 2003; Lay et al., 1995).

En cuanto al apego inseguro, este está caracterizado por una regulación desadaptativa de los afectos negativos (Diamond & Aspinwall, 2003) y está típicamente asociado a experiencias tempranas con cuidadores que muestran una participación mínima o impredecible en los procesos regulatorios interactivos de los afectos del niño (Schore, 2003a). Shaver y Mikulincer (2002) y Mikulincer & Shaver (2005) hacen referencia a dos diferentes estrategias inseguras de regulación afectiva³. Por un lado, se encuentra la *hiperactivación del sistema de apego*, caracterizada por “intentos recurrentes de minimizar la distancia respecto de las figuras de apego y de suscitar su apoyo y amor mediante respuestas de aferramiento y control” (Shaver & Mikulincer, 2002, p. 141) –un estilo de regulación afectiva que también puede entenderse como estilo maximizador o sub-regulador de la expresión emocional (Braungart-Rieker et al., 2001; Consedine & Magai, 2003; DeOliveira et al., 2004; Fonagy et al., 2002; Magai et al., 2000; Schore, 2003a). Esta estrategia regulatoria incluye con frecuencia un foco atencional ansioso en los cuidadores primarios con hipervigilancia respecto de potenciales señales de rechazo, aumento general del monitoreo de eventuales peligros ambientales, una hiperactivación de emociones y pensamientos negativos, fracasos a la hora de desapegarse del sufrimiento psicológico y falta de auto-confianza. La inclinación por “desplegar emociones intensificadas ha sido conceptualizada como una estrategia (funcional) compensatoria para obtener/mantener la atención de parte de los demás [...]” (Consedine & Magai, 2003, p. 167) y para establecer/mantener el contacto con los demás a través de la elevación de las necesidades de dependencia –en particular para movilizar la atención de un cuidador inconsistentemente disponible. A menudo, el individuo experimenta niveles elevados de ansiedad, tristeza y vergüenza.

Por otro lado, existe la estrategia de *desactivación del sistema de apego* o estilo regulatorio minimizador o sobre-regulador de la expresión emocional, consistente en intentos de dejar de buscar las figuras de apego e incluso de maximizar la distancia respecto de estas con la finalidad de eludir sufrimientos y frustraciones debidas a su inaccesibilidad (Braungart-Rieker et al., 2001; DeOliveira et al., 2004; Mikulincer & Shaver, 2005; Mikulincer et al., 2003; Shaver & Mikulincer, 2002). La desactivación del sistema de apego a menudo involucra la evitación de la interdependencia, la búsqueda de autonomía y control, la supresión de pensamientos que provocan aflicción y la represión de recuerdos dolorosos. Además, el patrón

minimizador de regulación “podría ser específico a la evitación de emociones que connotan debilidad, tales como miedo y ansiedad” (Consedine & Magai, 2003, p. 167), y que originalmente fueron experimentadas como amenaza a la cercanía y disponibilidad de la figura primaria de apego. Muchas veces, la persona pone de manifiesto niveles altos de defensividad, hostilidad y desprecio y un nivel bajo de ansiedad.

Más allá, el apego ansioso trae consigo una tendencia a focalizarse en el propio sufrimiento, rumiación en torno a pensamientos negativos y la adopción de estrategias regulatorias que tienden a exacerbar más que disminuir los estados emocionales disruptivos (Shaver & Mikulincer, 2002). El apego evitativo, por su parte, involucra el distanciamiento respecto de la fuente del malestar emocional. Muchas veces, este distanciamiento se logra por medio del manejo de la atención y a través de la inhibición de la codificación profunda de la información conflictiva más que a través de la represión activa. Respecto del apego desorganizado, DeOliveira y sus colegas (2004) especifican que constituye una disregulación fundamental de la afectividad, siendo el niño incapaz de regular sus estados afectivos negativos en su relación de apego y, por lo tanto, incapaz de evitar o superar experiencias emocionales dificultosas de manera apropiada. Representa, en este sentido, un déficit global de la capacidad regulatoria y, más allá, puede visualizarse como reflejo de una disfunción básica de la regulación emocional mutua que transcurre en el vínculo temprano.

En contribuciones posteriores, Mikulincer y sus colegas (2003, 2005) han diferenciado entre tres tipos de estrategias regulatorias ligadas al sistema de apego. En primer lugar, el individuo puede recurrir a una *estrategia primaria* de regulación afectiva, que corresponde a la búsqueda de proximidad con una figura de apego en cuanto hacen aparición estados emocionales disruptivos. Con posterioridad, la presencia de la sensación internalizada de que la figura de apego está literal o simbólicamente disponible en términos afectivos constituye la base para la activación de *estrategias de regulación basadas en la seguridad* que utilizan mecanismos constructivos, flexibles y realistas para lograr sus objetivos. Estas estrategias consisten de “conocimiento declarativo [o explícito] y procedural sobre el self, los demás y la regulación de afectos” (2003, p. 83). En otras palabras, se trata de creencias y procedimientos implícitos que engloban las tres estrategias regulatorias que mencionamos como vinculadas con el apego seguro: reconocimiento y expresión de emociones, búsqueda de apoyo e involucramiento en la resolución concreta de situaciones problemáticas. Por último, según Mikulincer y sus colegas (2003, 2005), el apego inseguro da lugar a *estrategias regulatorias secundarias* que, en esencia, son de naturaleza defensiva. La sensación internalizada de inseguridad respecto de la disponibilidad de la figura de apego hace surgir la necesidad de una decisión en torno a la viabilidad de la búsqueda de proximidad como estrategia de regulación emocional. Si esta decisión resulta ser negativa, el individuo no tiene otra alternativa que hacer uso de las estrategias secundarias (p. ej., dependencia excesiva, hipervigilancia, etc.), que incluyen las estrategias ya descritas de hiperactivación y desactivación del sistema de apego.

Mikulincer y sus colaboradores (2003, 2005) señalan que todas las estrategias regulatorias tienen una finalidad específica; en el caso de las estrategias basadas en la seguridad, la meta principal está ligada al manejo activo y constructivo de los afectos negativos y al

aprovechamiento de la creatividad a la que dan acceso las emociones positivas. En el caso de las estrategias secundarias, esta finalidad, en vez de estar representada por la regulación de estados afectivos conflictivos, pasa a ser la hiperactivación o bien la desactivación del sistema de apego. Por un lado, la hiperactivación del sistema de apego suscita respuestas cognitivas que agravan el afecto negativo, excluyendo la experiencia y los efectos de los afectos positivos. La desactivación del sistema de apego, por otro lado, distancia al individuo de sus propias emociones, evitando con ello la experiencia de afectos negativos pero, al mismo tiempo, imposibilitando el acceso a los efectos beneficiosos de las emociones positivas.

Comentario final

Este trabajo ha buscado describir algunos aspectos importantes ligados a los afectos y la regulación afectiva desde la perspectiva del apego. Ha quedado en evidencia especialmente la inextricable ligazón entre el fenómeno del apego, los estados emocionales y la regulación emocional en términos de la comunicación entre infante y figura de apego y, por otro lado, la influencia que el vínculo de apego temprano tiene en la cristalización de diferencias significativas en las estrategias habituales de regulación afectiva en las que el sujeto se apoya con posterioridad. Estas consideraciones son de relevancia en la práctica clínica relacional en cuanto el paciente –y también el psicoterapeuta– trae a la relación terapéutica formas de vinculación y comunicación emocional ligadas con sus experiencias de apego temprano. En ese mismo sentido, tenderá a hacer uso de estrategias regulatorias congruentes con tales experiencias anteriores también en el espacio psicoterapéutico. Tener conocimientos más sistemáticos acerca del esencial papel de la regulación de los estados emocionales y su ligazón con las experiencias de apego puede contribuir a abordar de modo constructivo la forma específica en la que el paciente regula sus afectos.

REFERENCIAS

- Baylis, P. (2006). The neurobiology of affective interventions: A cross-theoretical model. *Clinical Social Work Journal*, 34 (1), 61-81.
- Beebe, B., Knoblauch, S., Rustin, J. & Sorter, D. (2005). *Forms of Intersubjectivity in Infant Research and Adult Treatment*. New York: Other Press.
- Beebe, B., Sorter, D., Rustin, J. & Knoblauch, S. (2003). A comparison of Meltzoff, Trevarthen, and Stern. *Psychoanalytic Dialogues*, 13 (6), 777-804.
- Beebe, B. & Lachmann, F. (2002). *Säuglingsforschung und die Psychotherapie Erwachsener*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Bell, K. & Calkins, S. (2000). Relationships as inputs and outputs of emotion regulation. *Psychological Inquiry*, 11 (3), 160-209.
- Benecke, C., Peham, D. & Bänninger-Huber, E. (2005). Nonverbal relationship regulation in psychotherapy. *Psychotherapy Research*, 15 (1-2), 81-90.

- Bowlby, J. (1988). *Una base segura: Aplicaciones clínicas de una teoría del apego*. Barcelona: Paidós.
- Braungart-Rieker, J., Garwood, M., Powers, B. & Wang, X. (2001). Parental sensitivity, infant affect, and affect regulation: Predictors of later attachment. *Child Development*, 72 (1), 252-270.
- Consedine, N. & Magai, C. (2003). Attachment and emotion experience in later life: The view from emotions theory. *Attachment & Human Development*, 5 (2), 165-187.
- Crittenden, P. (1994). Attachment and psychopathology. En S. Goldberg, R. Muir & J. Kerr (Eds.), *Attachment Theory: Social, Developmental, and Clinical Perspectives* (pp. 367-406). New Jersey: The Analytic Press.
- Darwin, C. (1872). *La expresión de las emociones en los animales y en el hombre*. Madrid: Alianza Editorial.
- DeOliveira, C., Neufeld, H., Moran, G. & Pederson, D. (2004). Emotion socialization as a framework for understanding the development of disorganized attachment. *Social Development*, 13 (3), 437-467.
- Diamond, L. & Aspinwall, L. (2003). Emotion regulation across the life span: An integrative perspective emphasizing self-regulation, positive affect, and dyadic processes. *Motivation and Emotion*, 27 (2), 125-156.
- Diamond, N. & Marrone, M. (2003). *Attachment and Intersubjectivity*. London: Whurr Publishers.
- Dio Bleichmar, E. (2005). *Manual de psicoterapia de la relación padres e hijos*. Barcelona: Paidós.
- Feldman, R. (2003). Infant-mother and infant-father synchrony: The coregulation of positive arousal. *Infant Mental Health Journal*, 24 (1), 1-23.
- Fogel, A. (2004). Remembering infancy: Accessing our earliest experiences [on-line]. *University of Utah* (www.psych.utah.edu/fogel/publications/Remembering%20Infancy.pdf).
- Fonagy, P. (1999). Transgenerational consistencies of attachment: A new theory [on-line]. Paper to the Developmental and Psychoanalytic Discussion Group, American Psychoanalytic Association Meeting (<http://psychematters.com/papers/fonagy2.htm>).
- Fonagy, P. (2001). *Teoría del apego y psicoanálisis*. Barcelona: Espaxs.
- Fonagy, P. & Target, M. (1998). Mentalization and the changing aims of child psychoanalysis. En L. Aron & A. Harris (Eds.), *Relational Psychoanalysis: Innovation and Expansion* (Vol. 2) (pp. 253-278). New Jersey: The Analytic Press.
- Fonagy, P., Gergely, G., Jurist, E. & Target, M. (2002). *Affektregulierung, Mentalisierung und die Entwicklung des Selbst*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Fosha, D. (2002). True self, true other and core state: Toward a clinical theory of affective change process [on-line]. Artículo presentado en la Los Angeles Psychoanalytic Society and Institute (www.traumaresources.org/pdf/True_Self.pdf).
- Fosha, D. (2003). Dyadic regulation and experiential work with emotion and relatedness in trauma and disorganized attachment. En M. Solomon & D. Siegel (Eds.), *Healing Trauma: Attachment, Trauma, the Brain, and the Mind* (pp. 221-281). New York: Norton.
- Fosha, D. (2004). "Nothing that feels bad is ever the last step": The role of positive emotions in experiential work with difficult emotional experiences. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 11,

30-43.

- Fosha, D. & Slowiaczek, M. (1997). Techniques to accelerate dynamic psychotherapy. *American Journal of Psychotherapy*, 51 (2), 229-251.
- Fosshage, J. (2005). The explicit and implicit domains in psychoanalytic change. *Psychoanalytic Inquiry*, 25 (4), 516-539.
- Goldberg, S., Muir, R. & Kerr, J. (Eds.) (1994). *Attachment Theory: Social, Developmental, and Clinical Perspectives*. New Jersey: The Analytic Press.
- Grienenberger, J. & Slade, A. (2002). Maternal reflective functioning, mother-infant affective communication, and infant attachment: Implications for psychodynamic treatment with children and families. *Psychologist-Psychoanalyst*, 22, 20-24.
- Haft, W. & Slade, A. (1989). Affect attunement and maternal attachment: A pilot study. *Infant Mental Health Journal*, 10 (3), 157-172.
- Hagekull, B. & Bohlin, G. (2004). Predictors of middle childhood psychosomatic problems: An emotion regulation approach. *Infant and Child Development*, 13, 389-405.
- Hartmann, H.-P. (1995). Grundbegriffe der Selbstpsychologie: Teil I. En P. Kutter, J. Paál, C. Schöttler, H.-P. Hartmann & W. Milch (Eds.), *Der therapeutische Prozeß* (pp. 23-36). Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Hartmann, H.-P. & Lohmann, K. (2004). Selbstregulation. En P. Geissler (Ed.), *Was ist Selbst-regulation? Eine Standortbestimmung* (pp. 41-65). Giessen: Psychosozial-Verlag.
- Holmes, J. (1994). "Something there is that doesn't love a wall": John Bowlby, attachment theory, and psychoanalysis. En S. Goldberg, R. Muir & J. Kerr (Eds.), *Attachment Theory: Social, Developmental, and Clinical Perspectives* (pp. 19-43). New Jersey: The Analytic Press.
- Klopstech, A. (2004). Im Kontext autonomer und interaktiver Selbstregulation: Katharsis im neuen Kleid. En P. Geissler (Ed.), *Was ist Selbst-regulation? Eine Standortbestimmung* (pp. 95-118). Giessen: Psychosozial-Verlag.
- Klopstech, A. (2005). Catharsis and self-regulation revisited: Scientific and clinical considerations. *Bioenergetic Analysis*, 15, 101-131.
- Kochanska, G. (2001). Emotional development in children with different attachment histories: The first three years. *Child Development*, 72 (2), 474-490.
- Köhler, L. (1998). Das Selbst im Säuglings- und Kleinkindalter. En H.-P. Hartmann, W. Milch, P. Kutter & J. Paál (Eds.), *Das Selbst im Lebenszyklus* (pp. 26-48). Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Koulomzin, M., Beebe, B., Anderson, S., Jaffe, J., Feldstein, S. & Crown, C. (2002). Infant gaze, head, face and self-touch at 4 months differentiate secure vs. avoidant attachment at 1 year: A microanalytic approach. *Attachment & Human Development*, 4 (1), 3-24.
- Krueger, D. (2002). *Integrating Body Self and Psychological Self: Creating a New Story in Psychoanalysis and Psychotherapy*. New York: Brunner-Routledge.
- Lay, K.-L., Waters, E., Posada, G. & Ridgeway, D. (1995). Attachment security, affect regulation, and defensive responses to mood induction. *Monographs of the Society for Research in Child*

Development, 60 (2-3), 1-11.

- Lichtenberg, J. (2003). Communication in infancy. *Psychoanalytic Inquiry*, 23 (3), 498-520.
- Lichtenberg, J., Lachmann, F. & Fosshage, J. (2002). *A Spirit of Inquiry: Communication in Psychoanalysis*. New Jersey: The Analytic Press.
- Lyons-Ruth, K. (1998). Implicit relational knowing: Its role in development and psychoanalytic treatment. *Infant Mental Health Journal*, 19 (3), 282-289.
- Lyons-Ruth, K. (1999). The two-person unconscious: Intersubjective dialogue, enactive relational representation, and the emergence of new forms of relational organization. En L. Aron & A. Harris (Eds.), *Relational Psychoanalysis: Innovation and Expansion* (Vol. 2) (pp. 311-349). New Jersey: The Analytic Press.
- Lyons-Ruth, K. (2000). "I sense that you sense that I sense...": Sander's recognition process and the specificity of relational moves in the psychotherapeutic setting. *Infant Mental Health Journal*, 21, 85-98.
- Magai, C., Hunziker, J., Mesias, W. & Culver, L. (2000). Adult attachment styles and emotional biases. *International Journal of Behavioral Development*, 24 (3), 301-309.
- Magnavita, J. (2006a). Emotion in short-term psychotherapy: An introduction. *Journal of Clinical Psychology*, 62 (5), 517-522.
- Maroda, K. (1999a). Show some emotion: Completing the cycle of affective communication. En L. Aron & A. Harris (Eds.), *Relational Psychoanalysis: Innovation and Expansion* (Vol. 2) (pp. 121-143). New Jersey: The Analytic Press.
- Marrone, M. (2001). *La teoría del apego: Un enfoque actual*. Madrid: Psimática.
- Mikulincer, M. & Shaver, P. (2005). Attachment theory and emotions in close relationships: Exploring the attachment-related dynamics of emotional reactions to relational events. *Personal Relationships*, 12, 149-168.
- Mikulincer, M., Shaver, P. & Pereg, D. (2003). Attachment theory and affect regulation: The dynamics, development, and cognitive consequences of attachment-related strategies. *Motivation and Emotion*, 27 (2), 77-102.
- Milch, W. (1995). Grundbegriffe der Selbstpsychologie: Teil II. En P. Kutter, J. Paál, C. Schöttler, H.-P. Hartmann & W. Milch (Eds.), *Der therapeutische Prozeß* (pp. 37-51). Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Orbach, S. (2004a). The body in clinical practice. Part one: There is no such thing as a body. En K. White (Ed.), *Touch: Attachment and the Body* (pp. 17-34). London: Karnac Books.
- Pally, R. (2001). A primary role for nonverbal communication in psychoanalysis. *Psychoanalytic Inquiry*, 21 (1), 71-93.
- Ruiz, G. (2006). Teoría del apego y psicología del self: Una integración posible [on-line]. *Aperturas psicoanalíticas*, 22 (www.aperturas.org).
- Schore, A. (1994). *Affect Regulation and the Origin of the Self: The Neurobiology of Emotional Development*. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.
- Schore, A. (2000). Attachment and the regulation of the right brain. *Attachment & Human Development*,

2 (1), 23-47.

- Schore, A. (2001a). Effects of a secure attachment relationship on right brain development, affect regulation, and infant mental health. *Infant Mental Health Journal*, 22 (1-2), 7-66.
- Schore, A. (2001b). The effects of early relational trauma on right brain development, affect regulation, and infant mental health. *Infant Mental Health Journal*, 22 (1-2), 201-269.
- Schore, A. (2002). Advances in neuropsychanalysis, attachment theory, and trauma research: Implications for self psychology. *Psychoanalytic Inquiry*, 22, 433-484.
- Schore, A. (2003a). *Affect Dysregulation and Disorders of the Self*. New York: W. W. Norton.
- Schore, A. (2003b). *Affect Regulation and the Repair of the Self*. New York: W. W. Norton.
- Schore, A. (2005a). Attachment, affect regulation, and the developing right brain: Linking developmental neuroscience to pediatrics. *Pediatrics in Review*, 26 (6), 204-217.
- Schore, A. (2005b). A neuropsychanalytic viewpoint: Commentary on paper by Steven H. Knoblauch. *Psychoanalytic Dialogues*, 15 (6), 829-854.
- Shaver, P. & Mikulincer, M. (2002). Attachment-related psychodynamics. *Attachment & Human Development*, 4 (2), 133-161.
- Siegel, D. (2001). Toward an interpersonal neurobiology of the developing mind: Attachment relationships, "mindsight", and neural integration. *Infant Mental Health Journal*, 22 (1-2), 67-94.
- Spitz, R. (1965). *El primer año de vida del niño: Génesis de las primeras relaciones objetales*. Madrid: Aguilar.
- Sroufe, A. (1989). Relationships, self, and individual adaptation. En A. Sameroff & R. Emde (Eds.), *Relationship Disturbances in Early Childhood* (pp. 70-94). New York: Basic Books.
- Sroufe, A. (1996). *Emotional Development: The Organization of Emotional Life in the Early Years*. New York: Cambridge University Press.
- Sroufe, A. (2000). Early relationships and the development of children. *Infant Mental Health Journal*, 21 (1-2), 67-74.
- Sroufe, A., Duggal, S., Weinfield, N & Carlson, E. (2000). Relationships, development, and psychopathology. En A Sameroff, M. Lewis & S. Miller (Eds.), *Handbook of Developmental Psychopathology* (pp. 1-17). New York: Kluwer Academic/Plenum Publishers.
- Stern, D. (1985). *El mundo interpersonal del infante: Una perspectiva desde el psicoanálisis y la psicología evolutiva*. Buenos Aires: Paidós.
- Stern, D., Sander, L., Nahum, J., Harrison, A., Lyons-Ruth, K., Morgan, A., Bruschiweiler-Stern, N. & Tronick, E. (1998). Non-interpretive mechanisms in psychoanalytic therapy: The "something more" than interpretation. *International Journal of Psychoanalysis*, 79, 903-921.
- Stifter, C. (2002). Individual differences in emotion regulation in infancy: A thematic collection. *Infancy*, 3 (2), 129-132.
- Tronick, E. (1998). Dyadically expanded states of consciousness and the process of therapeutic change. *Infant Mental Health Journal*, 19 (3), 290-299.
- Tronick, E. (2002). A model of infant mood states and sandarian affective waves. *Psychoanalytic*

Dialogues, 12 (1), 73-99.

Tyson, P. (2005). Affects, agency, and self-regulation: Complexity theory in the treatment of children with anxiety and disruptive behaviour disorders. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 53 (1), 159-187.

Walden, T. & Smith, M. (1997). Emotion regulation. *Motivation and Emotion*, 21 (1), 7-25.

Wehowsky, A. (2004). Zum Kompetenzkompass der Selbststeuerung. En P. Geissler (Ed.), *Was ist Selbst-regulation? Eine Standortbestimmung* (pp. 153-177). Giessen: Psychosozial-Verlag.

Original recibido con fecha: 24-4-2012 Revisado: 30-7-2012 Aceptado para publicación: 6-9-2012

NOTAS

¹ Psicólogo clínico, psicoterapeuta de adultos de orientación relacional en práctica privada. Magíster Psicología Clínica de Orientación Jungiana, UAI, Chile. Docente de pre- y postgrado en U. de Chile. Miembro del comité ejecutivo de IARPP-Chile. Autor del libro *Principios clínicos de la psicoterapia relacional* (Ediciones SODEPSI, Santiago, Chile, 2012). Dirección: Asturias 171 of. 209, Providencia, Santiago, Chile. Contacto: asjorquera@gmail.com / www.sassenfeld.cl

² Omitiremos aquí una exposición detallada de los diferentes patrones de apego seguro e inseguro que han sido descritos en la literatura. Remitimos al lector a las sistematizaciones de Crittenden (1994), Fonagy (2001) y Marrone (2002).

³ Para descripciones sistemáticas de los diferentes estilos inseguros de apego, véanse entre otros Crittenden (1994), Fonagy (2001) y Marrone (2001).