

## El apego en el aula: pautas para comprenderlo y comenzar a modificarlo

Todavía se presta escasa atención al desarrollo de competencias docentes para conectarse con estudiantes en riesgo. La mayoría del personal de centro educativo, todavía está comenzando a recibir información sobre la teoría del apego. Los maestros necesitan aprender a tratar de un modo constructivo a aquellos niños que tienen un apego inseguro. Éstos buscan relaciones positivas, cálidas y de confianza, pero no tienen las habilidades para crearlas.

### ¿Qué es el apego?

La teoría del apego, planteada inicialmente por el psicólogo John Bowlby **se refiere al vínculo emocional positivo que se desarrolla entre un niño y un individuo particular y especial.** Cuando los niños experimentan apego a una persona determinada, sienten placer cuando están con ellos y se sienten confortados por su presencia en momentos de angustia. **Esta teoría explica cómo las experiencias tempranas y la relación con el cuidador principal y primera figura de apego influyen en el desarrollo del niño.** El trabajo de Bowlby estuvo muy influenciado por los estudios de Konrad Lorenz (teoría instintiva), donde se estudiaba cómo desarrollan las aves mostraban un vínculo muy fuerte con la madre. Sin embargo, quien le impulsó de manera decisiva en la construcción de su teoría fue Harry Harlow con sus experimentos con monos, y su descubrimiento de la necesidad universal de contacto.

La **fase de apego** ente un niño y su cuidador principal, **suele establecerse en torno a los 7-8 meses de edad.** A esta edad **los bebés comienzan a protestar solo cuando están separados de un individuo en particular, generalmente el cuidador principal.** Los niños, que a esta edad ya pueden gatear, a menudo intentan seguir a sus madres para mantenerse cerca y saludarlas con cariño cuando regresan. También se vuelven algo desconfiados con los extraños. Como hemos visto, la figura del apego irá a través de los años. Es mediante el apego en la infancia y en

la adolescencia que adquirimos una confianza o desconfianza básica, que sólo cambia en circunstancias especiales y constantes.

**A partir de la construcción de las primeras relaciones de apego (habitualmente en el ámbito familiar) se elabora un patrón de funcionamiento que a medida que el niño se desarrolla comienza a aplicar a otro tipo de relaciones** (con los iguales, con el profesorado en el aula, en las relaciones laborales, con una pareja). Si durante la infancia se adquiere un apego inseguro, podemos tener dificultades en el proceso de establecer una relación de intimidad, de sentirnos tranquilos y establecer una relación equilibrada en un grupo, de expresar emociones, etc. (Sánchez, 2015).

**Las relaciones profesor-niño reflejan fielmente los principios fundamentales de la relación entre un padre o madre y un hijo o hija.** Los niños pueden confiar en los maestros para tener 'seguridad y estabilidad '(Bomber, 2011).

## **Tipos de apego**

Se plantean **cuatro tipos de apego principales, uno de ellos seguro y tres de tipo inseguro.** Estos tipos pueden clasificarse de acuerdo a dos características principales:

- La proximidad o alejamiento que el individuo presenta hacia el resto de personas.**
- La ansiedad que se produce durante las interacciones sociales.**

## ¿Por qué hablar del apego en el aula?

En primer lugar, **cuando los docentes son conscientes de los mecanismos del apego**, estarán mejor informados sobre los procesos de construcción de las relaciones sociales y tendrán más posibilidades de modificarlos para mejorar el clima socioemocional del aula.

Segundo, **la importancia del papel del maestro como "base segura" para los estudiantes en el aula**. La ausencia de una base segura puede predecir la agresión en los niños.

En tercer lugar, **el espacio teórico común de la psicología y la educación es una fuente potencial de nuevas herramientas para predecir y explicar el comportamiento de docentes y estudiantes** que merece ser examinado cuidadosamente.

## Apego, corteza prefrontal y aprendizaje

**La ausencia de relaciones** o de una interacción sana, constante y ajustada a las necesidades del niño, plantea una situación de amenaza para el desarrollo y el bienestar de un niño. Una **interacción deficiente o negligente** por parte del cuidador **activa el sistema de respuesta de estrés biológico en el niño**, y la activación excesiva de este sistema puede tener un efecto tóxico en el desarrollo de ciertos circuitos cerebrales.

# ¿Cómo comenzar a establecer un vínculo seguro en el aula?

Es importante fomentar en el ámbito educativo, el conocimiento sobre la teoría del apego y la investigación circundante para informar y apoyar las relaciones que se establece entre el profesorado y niños con historias de apego inseguras. Bergin y Bergin (2009) indican una serie de recomendaciones para desarrollar un apego seguro en el aula.

## 1. Aumentar la sensibilidad y las interacciones cálidas y positivas con los estudiantes

La investigación sugiere que **las relaciones cálidas y de apoyo maestro-niño pueden ser consideradas "relaciones de apego" y pueden compensar de manera significativa los impactos negativos de historias de apego pobres.** La sensibilidad del profesor se refiere a la detección e interpretación precisa de las señales de los niños, crear un lugar seguro y saber percibir y entender la angustia de algunos de estos estudiantes (Pianta et al., 2008).

Una forma de aumentar la sensibilidad hacia el alumnado por parte del profesorado es aumentar su conocimiento sobre el desarrollo infantil (Howes et al., 1988). Desafortunadamente, en muchas facultades de educación se dedica muy poco tiempo a contenidos sobre el desarrollo infantil.

## 2. Preparar bien la clase y mantener altas expectativas de los estudiantes

Esta es una forma en que los maestros demuestran que se preocupan por los logros de los estudiantes, además de aumentar la sensibilidad y ser receptivo (Davis 2003). Wentzel (1997) encontró que **los estudiantes de secundaria sintieron que sus maestros se preocupaban por ellos si ayudaban académicamente a cada estudiante, como preguntar si necesitaban ayuda, los llamaban, se aseguraban de que entendieran el contenido, enseñaban de una de manera especial, y haciendo que la clase fuese interesante.**

## 3. Usar una disciplina basada en la inducción en lugar de coercitiva

La inducción implica **explicar el motivo para las reglas y señalar las consecuencias de romper las reglas.** La disciplina coercitiva implica el uso de amenazas, la imposición del poder superior del maestro y el aprovechamiento de la capacidad del maestro para controlar recursos como el tiempo de recreo, las calificaciones o las detenciones.

**La coacción interfiere con las relaciones de cuidado. Los estudiantes**

**son más propensos a sentir una vinculación más sólida si su escuela no tiene una disciplina dura** (McNeely et al., 2002). La utilización de la inducción, permite que los niños se vuelvan más prosociales y emocionalmente positivos.

## 4. Ayudar a los alumnos a ser amables, útiles y a aceptarse unos a otros

La cultura de pares es clave para crear un vínculo con la escuela, los estudiantes tienden a sentir una mayor vinculación si los compañeros y compañeras se llevan bien entre sí

(McNeely et al., 2002). El comportamiento prosocial de los estudiantes se puede fomentar mediante la construcción de un fuerte sentido de comunidad en la escuela y la creación de un clima de aula de cuidado donde los maestros son cálidos, usan la disciplina inductiva, fomentan la cooperación entre los estudiantes, y usar un estilo de enseñanza democrático (Schaps et al., 2004):

Se puede favorecer que los niños se vuelvan más prosociales al **brindarles oportunidades de cuidarse y ayudarse unos a otros.**

Se puede **fomentar el comportamiento prosocial a través del modelado**, como felicitar a los estudiantes, respetando a los estudiantes y evitando herir sus sentimientos (Wentzel 1997).

Se puede **mejorar el comportamiento prosocial alabando y expresando gratitud**, como "Eres una buena persona" o "realmente aprecio que te hayas tomado la molestia de hacer eso"

## Referencias

- Bergin, C. & Bergin, D. (2009). Attachment in the classroom. *Educational Psychology Review*, 21 (pp. 141-170).
- Davis, H. (2003). Conceptualizing the role and influence of student–teacher relationships on children’s social and cognitive development. *Educational Psychologist*, 38(4), 207–234. doi:10.1207/ S15326985EP3804\_2
- Howes, C., Hamilton, C., & Philipsen, L. (1998). Stability and continuity of child–caregiver and child–peer relationships. *Child Development*, 69(2), 418–426.
- McNeely, C., Nonnemaker, J., & Blum, R. (2002). Promoting school connectedness: Evidence from the National Longitudinal Study of Adolescent Health. *The Journal of School Health*, 72(4), 138–146.
- Pianta, R. C., & Steinberg, M. (1992). Teacher–child relationships and the process of adjusting to school. In R. C. Pianta (Ed.), *Beyond the parent: The role of other adults in children’s lives* (pp. 61–80). San Francisco, CA: Jossey-Bass.