

¿CÓMO FOMENTAR UN APEGO SEGURO?

Conocer al niño. ¿Cuáles son sus necesidades y preferencias?

Ser sensibles ante sus señales de comunicación.

Responder a sus necesidades (físicas y emocionales) en forma consistente. Esto le crea seguridad pues sabe que hay alguien disponible para atenderlo, alimentarlo, mimarlo, consolarlo, etc.

Protegerlo y al mismo tiempo permitirle “aventurarse” en su ambiente.

Acompañarlo en su “aventura” pues de sentir temor debe haber alguien que pueda ofrecerle seguridad y protección.

Hacer de las instancias de alimentación y juego una experiencia de interacción enriquecedora. Ejemplos: mantener contacto visual y arrullar al niño cuando se le alimenta; jugar con el niño ajustándose a sus preferencias.



Por:

Prof. Karinette Rivera
Psicóloga Interna

C. Pastrana

Universidad de Puerto Rico
en Carolina

ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS CON HIJOS

¿QUE ES EL APEGO?



Departamento
DE Consejería

7 8 7 . 2 5 7 . 0 0 0 0
E X T . 4 4 8 2 , 4 0 0 1

¿QUÉ ES EL APEGO?

La calidad del apego experimentada en la niñez temprana juega un papel importante en el desarrollo posterior de los seres humanos. Esas primeras relaciones sientan las bases para las demás que se establecerán más adelante en la vida.

- Lazo afectivo fuerte entre un niño y otra persona.
- El niño lo desarrolla al interactuar con esa persona que le provee cuidados, protección y amor.
- Cuando el niño es pequeño, el lazo se desarrolla hacia una figura principalmente. Sin embargo, conforme va creciendo se vuelve capaz de crear y mantener lazos emocionales con otras personas.

FIGURA DE APEGO

- Es la figura hacia la cual el niño ha desarrollado un fuerte lazo emocional.
- Provee cuidados que satisfacen las necesidades físicas (alimentación, sueño) y emocionales.
- Responde consistentemente a las “señales” de comunicación.
- El niño se siente seguro ante su presencia. Al sentir temor, recurre a su figura de apego para sentirse protegido.
- Puede ser la madre, el padre o alguna otra persona que cumpla esta función.



TIPOS DE APEGO

La calidad del apego puede clasificarse en:

Seguro—Niños que son capaces de explorar su ambiente sintiéndose seguros de la disponibilidad de sus figuras de apego si sintieran miedo o temor. Lloran o protestan cuando la figura está ausente mientras que a su regreso buscan contacto con ella.

Inseguro evasivo—Parecen no afectarse al separarse de su figura de apego. Pocas veces lloran al separarse y al regresar evitan el contacto.

Inseguro ambivalente—Se muestran muy molestos ante la separación. Ante el regreso fluctúan entre buscar contacto, y evitar el mismo.