

L'aferrament

«educatina»

Benvingut a educatina.com.

«L'aferrament

Primer llaç que entaula un individu amb uns altres

Supervivència

Herència evolutiva

Necessitat primària

Model per a establir vincles afectius»

—Hola a tothom. En aquest vídeo d'educatina.com veurem a què es denomina «aferrament» en la ciència psicològica. Aquest és un concepte encunyat pel psicoanalista anglès John Bowlby l'any 1958.

«John Bowlby, 1958»

En poques paraules, l'aferrament remet al primer llaç veritable que entaula un individu amb uns altres i que posseeix un valor superior per a la supervivència. Bowlby refereix que és heretat de la història evolutiva, ja que el nen de la nostra espècie neix immadur i necessita d'adults que el cuidin i el protegeixin dels perills circumdants.

A diferència de Sigmund Freud i el conductisme, aquest autor deia que l'aferrament és una necessitat primària. La supervivència de l'infant i de la seva psique depèn de la possibilitat d'entaular aquesta relació de cerca de proximitat duradora amb els altres. A més, no solament és el primer vincle afectiu, sinó que és el model per a establir vincles d'aquesta índole que aprèn l'individu. Així és que la noció d'ansietat de separació adquireix significació en aquest context.

«Aferrament

Observable

Present tota la vida

Ainsworth

Segur

Ambivalent

Evitatiu»

Durant la infància, l'aferrament és observable d'una manera clara i és la mare qui usualment és la primera figura d'aferrament. Així i tot, cal destacar que aquest es manté present durant tot el cicle vital, sobretot en situacions de perill o emergència. També és possible diferenciar tres tipus d'aferrament a partir dels experiments d'Ainsworth fets el 1978.

«1978»

I aquests són: l'aferrament segur, l'aferrament ambivalent i l'aferrament evitatiu.
Bé, comencem per descriure l'aferrament segur.

«Aferrament segur

L'altre

Adult

Confiança

Tolerància

Comprensió

Comoditat en la proximitat i allunyament

Seguretat per a explorar»

El nen amb aquest tipus d'aferrament confia que l'altra persona de la relació estarà disponible quan la necessiti i que també demostrarà sensibilitat davant una relació atemoridora. Aquest nen, d'aquesta manera, sent seguretat per a explorar l'ambient.

«Disponible, sensible»

Aquestes persones, quan són adultes, es poden identificar perquè això es reflecteix en una confiança en si mateixes i en els altres. Són més tolerants i comprensives i no veuen amenaçada la seva pròpia imatge pel que fa l'altre. A més, tampoc hi ha incomoditat en la proximitat emocional o en l'allunyament dels altres.

Bé, ara parlem de l'aferrament ambivalent.

«Aferrament ambivalent

L'altre

Disponible, sensible

Comportament del nen

Acostament, rebuig

Adult

Constant mostra de rebuig

Incomoditat amb allunyament / Necessitat de proximitat elevada.»

El nen que posseeix aquesta mena d'aferrament no es troba segur de si l'altra persona estarà disponible quan la necessiti i si serà sensible o l'ajudarà. És així que el nen actua buscant cura i protecció de vegades i rebuig en altres circumstàncies. En una persona adulta, aquestes característiques es poden observar en el fet que necessiten contínues mostres d'afecte per a sentir-se segures, ja que no posseeixen el model mental de l'altre com a permanentment disponible per a ells. També s'incomoden amb l'allunyament de les persones i posseeixen una marcada necessitat de proximitat.

Bé, ara parlem de l'aferrament evitatiu.

«Aferrament evitatiu

L'altre

Sensible, disponible

Adult

Conducta ambivalent o poc clara = Rebuig

Desconfiança i incomoditat davant la proximitat emocional»

Un nen amb aquest tipus d'aferrament no confia en l'altra persona per a buscar ajuda quan la necessita. Per contra, està buscant tot el temps adoptar una actitud d'autosuficiència que compensi aquesta situació.

«No confia, autosuficiència»

També podem observar que solen ser nens que no han experimentat una resposta accessible ni sensible o fins i tot no han tingut resposta quan han demanat ajuda. Un adult amb aquest tipus d'aferrament interpreta com un rebuig qualsevol cosa ambivalent o poc clara dels altres amb els quals està vinculat afectivament. Sent desconfiança i incomoditat amb la proximitat emocional de les altres persones.

Ara esmentarem un quart tipus d'aferrament que no va ser teoritzat per Bowlby, sinó dues dècades més tard per Mary Main i Donna Weston, quan van percebre que hi havia un petit percentatge de la població que no encaixava en les categories d'aferrament existents i ho van anomenar «aferrament confús o desorganitzat».

«Aferrament confús/desorganitzat

Main i Weston

Ambivalent

Necessitat de proximitat exagerada

Evitatiu

Rebuig actiu

Experiències traumàtiques

Pors paternes traspassades»

Aquest es caracteritza per presentar un patró conductual que resulta una combinació entre l'aferrament ambivalent i l'evitatiu. És a dir, de vegades el nen busca intensament la proximitat amb una necessitat de proximitat exagerada i altres vegades la rebutja activament. Aquesta desorganització en el nen sorgeix d'una experiència traumàtica vinculada amb la figura d'aferrament, com pot ser una violació o violència domèstica o fins i tot a través de pors dels pares irresoltes traspassades als fills, que els fa sentir amenaçats i temorosos d'ells.

Bé, fins aquí hem vist el concepte d'aferrament segons John Bowlby i els seus tres tipus i un quart tipus teoritzat per Main i Weston. Hem pogut percebre també com

aquest model de relació afectiva delineat en el vincle d'aferrament és fonamental des de l'aspecte biològic i per a la vida psíquica d'un nen durant tot el seu cicle vital.

—Si voleu aprendre més, no deixeu de veure els nostres vídeos i no oblideu subscriure-us i compartir aquest i altres vídeos amb els vostres amics.