

La educación a través del apego. La teoría del apego y la pedagogía Waldorf.

Philipp Gelitz



La investigación sobre el apego conoce las condiciones necesarias para un apego sano y seguro entre padres, educadores y niños. Los niños deben ser reconocidos, vistos y escuchados. En otras palabras, tenemos que vivir «en comunidad» con nuestros hijos en lugar de darles lecciones sobre la vida.

El auge de las guarderías en los últimos años ha hecho que un área de la psicología, la investigación sobre el apego también ha despertado el interés de padres, educadores y médicos. Si antes las circunstancias de los apegos exitosos o disfuncionales entre padres e hijos solían investigarse en un entorno clínico en el contexto de ciertos trastornos psiquiátricos, hoy en día la cuestión del apego también es de gran interés educativo: ¿cómo surge el apego? ¿Qué formas específicas hay? ¿Se puede «apegar» a varias personas?

Tipos de apego

El psiquiatra infantil británico John Bowlby es considerado el padre de la teoría del apego. Ya en la década de 1940 estudiaba los efectos de los patrones familiares en el desarrollo infantil. Desde entonces se han realizado numerosas investigaciones en este campo, entre ellas la llamada prueba de la «situación extraña», desarrollada por Mary Ainsworth. Esta prueba permite identificar el tipo de apego en niños de entre 12 y 18 meses. En la prueba, el cuidador principal (normalmente la madre) se encuentra en una habitación con su hijo, juguetes y otra persona. Después de un tiempo, una vez que el niño está jugando, el cuidador principal sale de la habitación. Lo que ocurre a continuación indica el patrón de apego del niño. Se distinguen cuatro tipos.

1. El niño con apego seguro, que llora por la figura de apego durante bastante tiempo, pero que finalmente se deja consolar y se alegra cuando vuelve el cuidador. Estos niños están seguros de que todo va bien cuando el cuidador principal está presente. Se sienten fundamentalmente reconocidos y seguros.
2. El niño con apego ansioso-evasivo, que muestra poca reacción tanto cuando el cuidador sale de la habitación como cuando vuelve. Pero estos niños están muy angustiados interiormente. Se sienten poco aceptados, se ocupan solo de sí mismos y evitan el contacto para evitar experiencias estresantes.
3. El niño con un apego ansioso-ambivalente que es muy inseguro no puede calmarse y muestra un comportamiento que es a la vez pegajoso y agresivamente resentido cuando regresa el cuidador. Este niño se siente fundamentalmente inseguro porque nunca sabe lo que va a pasar.
4. El niño con un apego desorganizado/desorientado que da la impresión de estar completamente desorientado y no muestra signos de apego hacia ninguna persona en particular. Estos niños muestran movimientos estereotipados o solo se mueven brevemente o no se mueven en absoluto, o bien muestran otras formas de comportamiento compulsivo.

La interacción es crucial

Pero la investigación sobre el apego no solo estudia el apego de un niño a sus padres o cuidadores, sino que también analiza las condiciones que producen un apego seguro o inseguro. Según el estado actual de los conocimientos, los siguientes factores son cruciales para un apego seguro:

¿Es el cuidador sensible a las necesidades del niño? ¿«Ve» al niño o confunde sus necesidades con las suyas propias? ¿Es siempre fiable y está siempre disponible? ¿Son fiables sus reacciones? ¿Interpreta correctamente, en la mayoría de los casos, expresiones indiferenciadas como, por ejemplo, los gritos?

La interacción entre el cuidador principal y el niño determina de manera decisiva las posibilidades del niño de explorar, es decir, de explorar su entorno a través del juego. La confianza en sí mismo y el sentimiento



de autoestima, así como la adaptación adecuada a la situación, surgen a través del reconocimiento, la aceptación y una respuesta adecuada; en resumen: a través del calor parental.

Si la interacción se caracteriza por reacciones impredecibles por parte del adulto y este tiene una relación ambivalente con el niño, se crea un patrón de apego ansioso-ambivalente. El niño nunca sabe exactamente a qué se atiene. Y si la interacción se desarrolla principalmente de tal manera que el adulto no acepta ni ve al niño con calidez interior, sino que tiene que imponerse frente al niño, esto da lugar a un patrón de apego ansioso-evasivo.

En estos casos, los niños están muy estresados y solo se preocupan por sí mismos o por su entorno. Pero no exploran el mundo desde una base segura, sino como compensación porque han renunciado a formar un vínculo.

Vínculos secundarios

Sin embargo, cada niño necesita un cuidador principal que esté ahí para él desde los primeros días de vida, pero que no tiene por qué ser necesariamente la madre. El niño también puede seguir desarrollando otros vínculos, por ejemplo, con el padre, los hermanos o los cuidadores. Si esto ocurre «de forma natural» dentro de la familia, estos vínculos primarios se producen casi por sí solos a través de la proximidad. Si ocurre «culturalmente» por el deseo de los padres de que el niño vaya a la guardería, esto supone una gran exigencia para los padres y los cuidadores de la guardería en lo que respecta al delicado desarrollo de un vínculo con una «nueva» persona. Esta última es entonces una figura de apego secundaria.

Este aspecto resulta especialmente fascinante si tenemos en cuenta que las relaciones posteriores con amigos, parejas y, sobre todo, con los propios hijos están crucialmente influyen en las relaciones posteriores con amigos, parejas y, sobre todo, con los propios hijos.

Dinámica interpersonal

Hay dos descubrimientos que comentaremos brevemente aquí. El primero es el descubrimiento de que el comportamiento humano está mucho menos determinado por los genes de lo que se suponía hace tan solo unos años. Por el contrario, es una interacción que se desarrolla dinámicamente entre el adulto y el niño lo que produce el apego en los primeros dieciocho meses de vida. Cuanto más aceptados y comprendidos se sienten los niños, más seguros se sienten consigo mismos y con el mundo.

Cuanto más se sienten incomprendidos y mal interpretados, o cuanto menos pueden confiar en la respuesta a sus expresiones, menos seguros se sienten en todos los aspectos. Los niños son entonces incapaces de explorar el mundo porque están bajo el estrés permanente de asegurarse su vínculo seguro con el mundo.

La calidez de la relación es clave

El segundo descubrimiento es que los adultos y los niños tienen que vivir en comunidad, tienen que reconocerse mutuamente, tocarse, verse y escucharse. Esa es la condición previa para una vida con confianza en uno mismo y un sentimiento de autoestima. La relación es lo que importa en primer lugar — la aceptación y el calor parental —, no las convenciones y el contenido de la educación. Estos últimos son secundarios. Sin una convivencia cálida y común, no es posible la educación ni la enseñanza, porque es el apego seguro lo que nos hace receptivos en primer lugar. Los niños que se sienten inseguros en la relación con sus padres, cuidadores o profesores se ven obligados a activar su comportamiento de apego porque,



neurobiológicamente, este siempre tiene prioridad sobre el comportamiento exploratorio y de aprendizaje. El estrés por apego supone la liberación de hormonas que impiden la exploración del entorno y el aprendizaje. ¡Primero viene el apego, luego la educación!

La teoría del apego y la pedagogía Waldorf

En la pedagogía Waldorf nos gusta referirnos a la envoltura que rodea al niño. Al igual que el útero rodea al feto, la envoltura etérica rodea al niño en edad preescolar, que está protegido por las acciones habituales y la vida en comunidad contra las exigencias emocionales del aprendizaje explícito, las atracciones emocionales y las exigencias externas.

En los años previos a la pubertad, el niño está protegido en la envoltura astral que lo mantiene alejado del juicio crítico. En el período hasta la mayoría de edad, la actividad libre del yo, la actividad de autorrealización basada en los motivos vitales propios de cada persona, queda envuelta por los últimos velos del alma. Tener en cuenta estas envolturas de forma adecuada a la edad es una tarea de la educación. El niño debe ser protegido de desarrollos prematuros perjudiciales y de la sobrecarga.

Si la teoría del apego sugiere ahora que el entorno del niño pequeño debe ser sensible, fiable y accesible, esto se corresponde con el enfoque de la educación Waldorf para cuidar la envoltura etérica del niño pequeño. El desarrollo de hábitos a través de un curso rítmico del día y de rituales, así como la percepción sensible del niño por parte del adulto, son elementos de lo etérico, de la vida. Aunque normalmente describimos esta percepción como una capacidad emocional o, alternativamente, como mera receptividad física, siempre hay una esfera de vida subyacente que no es perceptible con los sentidos. Como dice Rudolf Steiner en *El estudio del hombre*: «Si coges un trozo de tiza, por ejemplo, se trata de un proceso físico muy similar al proceso espiritual que tiene lugar cuando envías las fuerzas etéricas desde tu ojo para apoderarse del objeto a través de la vista». Pero estos «sentidores» (Steiner) no pueden ser reconocidos por medios sensoriales, dice Steiner. Mirar las cosas era muy similar al tacto físico, pero de una manera mucho más

sutil. «Lo importante en todos los aspectos de las impresiones sensoriales del ojo y el oído no es tanto la parte pasiva como la parte activa que extendemos hacia las cosas».

Comprensión antropológica del apego

Desde una perspectiva antropológica, establecer un apego es la envolvente activa del niño en la actividad perceptiva etérea del adulto. Aquí es menos importante cuánto tiempo o con qué precisión miro al niño, le escucho o juzgo moralmente lo que dice; mucho más importante es la forma cualitativa en que percibo al niño. Lo importante es que acepte la realidad de la forma en que es el niño, que lo apoyo a través de mi percepción activa, a través de mi interés y aceptación, a través de mi intención de comprenderlo. El niño lo percibe porque entonces su actividad perceptiva y la mía se cruzan. El niño no es precisamente un objeto como la tiza mencionada anteriormente, que yo, como sujeto, toco. Al contrario, dos sujetos, el adulto y el niño, se encuentran en el espacio invisible de la percepción recíproca. No son solo miradas lo que se intercambian, sino actividades vivas. Se trata de un proceso suprasensorial en el ámbito de la vida que luego se expresa en el apego seguro o inseguro del niño hacia su cuidador principal. Mirar constantemente el teléfono móvil rompe este espacio en la relación.

La seguridad (o el estrés) demostrable neurobiológicamente de un apego tiene su origen en el encuentro entre los «sensores» etéreos que surgen de la actividad perceptiva de los doce sentidos del adulto y del niño. Dado que los niños pequeños se familiarizan con el mundo exclusivamente a través de la imitación, la actividad perceptiva del adulto determina las posibilidades perceptivas del niño. Tanto la percepción como la imitación de la actividad perceptiva amorosa, libre de ansiedad y orientada a objetivos del adulto producen la confianza básica en el niño: el mundo es bueno, estoy seguro y desde este refugio seguro puedo explorar el mundo. Aquí, el contacto mutuo es de importancia fundamental en el primer año de vida. Así se teje un vestido etéreo conjunto a través de un ritmo de vida común y del encuentro a través del tacto, la vista y el oído. Este conocimiento puede ayudar a los padres a envolver más activamente a su hijo en su propia percepción y ayuda a los educadores de guarderías, jardines de infancia, centros de día y escuelas a comprender cómo se puede desarrollar un nuevo (secundario) vínculo: a través de la convivencia y la percepción mutua en comunidad. Esa es la verdadera razón de los largos periodos de adaptación en guarderías y jardines de infancia. Pero esa adaptación no es una calle de sentido único con actividad y ajuste por parte del niño, sino una actividad conjunta y viva centrada en la reciprocidad en el espacio etéreo entre educador y el niño.

Philipp Gelitz ha sido profesor de jardín de infancia en el jardín de infancia Waldorf de la Escuela Libre Waldorf de Kassel. Actualmente es profesor adjunto de educación Waldorf en la primera infancia en la Universidad de Alanus, Alemania.

Con el amable permiso del autor. Este artículo fue publicado por primera vez en la revista Erziehungskunst.