

ChildTrauma Academia Serie Educativa para Cuidadores

Volumen 1, Número 4

Octubre, 1999

Formación de Vínculos y el Desarrollo de Apego en Niños Maltratados

Consecuencias de la Negligencia Emocional en la Niñez



Bruce D. Perry, M.D., Ph.D.

BORRADOR Pre-Final

Este folleto es uno de una serie desarrollada por el Child Trauma Academy para ayudar a padres, cuidadores, maestros y diversos profesionales que trabajan con niños maltratados y traumatizados.

Serie Educativa para Padres y Cuidadores
Editado por B. D. Perry

Adaptado parcialmente de: "Maltreated Children: Experience, Brain Development and the Next Generation" (W.W. Norton & Company, New York, en preparación)

Traducido al español con permiso del autor, por Alma Collazo y Edgar Rivera del Instituto de Programación Neurolingüística de Puerto Rico, y la Fundación para la Integración y Fortalecimiento de la Familia, en San Juan de Puerto Rico. (787) 746-2267, (787) 531-9604, e-mail edgar53@prtc.net

Introducción

La propiedad más importante del ser humano es su capacidad de formar y mantener relaciones. Estas son absolutamente necesarias para que cualquiera de nosotros pueda sobrevivir, aprender, trabajar, amar y procrearse. Las relaciones humanas toman muchas formas, pero las más intensas, las que producen mayor placer y mayor dolor, son aquellas con la familia, amigos y personas amadas. Dentro de este círculo interno de relaciones íntimas, quedamos vinculados o adheridos, unos a otros con un “adhesivo emocional” – vinculados o adheridos con amor.

La habilidad individual para formar y mantener relaciones haciendo uso de este “adhesivo emocional”, es diferente en cada uno de nosotros. Algunos parecen ser “naturalmente” capaces de amar. Estos son pueden formar numerosas relaciones íntimas y afectivas y, al así hacerlo, obtener placer. Otros no tienen tanta suerte. No se sienten atraídos a formar relaciones íntimas, y encuentran poco placer en estar con o cerca de otros. Tienen pocos, si algún, amigos, y su adhesión a la familia es más distante y menos emocional. En casos extremos, el individuo podría llegar a no tener ningún vínculo emocional intacto con ninguna otra persona. Se encuentran absortos en sí mismos, apartados, y aún podrían manifestar señales neuropsiquiátricas clásicas esquizoides o autistas.

Tanto la capacidad como el deseo de formar relaciones emocionales están asociados a la organización y funcionamiento de partes específicas del cerebro humano. Así como el cerebro nos permite ver, oler, gustar, pensar y movernos, también es el órgano que nos permite amar – o no amar. Estos sistemas del cerebro humano que nos permiten formar y mantener relaciones, se desarrollan durante la infancia y primeros años. Las experiencias durante estos primeros y vulnerables periodos de vida, son críticas en el moldeado de la capacidad para formar relaciones íntimas y emocionalmente saludables. La empatía, el afecto, el desear compartir, el inhibirse de agredir, la capacidad de amar y un sinnúmero de otras características de una persona feliz y productiva están asociadas a las capacidades medulares de apego formadas en la infancia y niñez temprana.

Preguntas frecuentes

¿Qué es apego?

Bueno, eso depende. La palabra apego es usada frecuentemente por trabajadores de la salud mental, del desarrollo del niño y protección de menores, pero, dentro de cada uno de esos contextos, la misma tiene pequeñas diferencias en significado. Lo primero que debemos saber es que los humanos crean distintos tipos de “vínculos”. Un vínculo es una conexión entre una persona y otra.

En el campo del desarrollo infantil, el apego se refiere a un vínculo específico caracterizado por las cualidades únicas del vínculo especial que se forma entre madre- infante o cuidador primario-infante. El vínculo de apego tiene varios elementos claves: 1) es una relación emocional perdurable con una persona en específico; (2) dicha relación produce seguridad, sosiego, consuelo, agrado y placer; (3) la pérdida, o amenaza de pérdida, de la persona evoca una intensa angustia. Lo que mejor caracteriza esta forma de relación especial es la relación madre-infante. Al estudiar la naturaleza de este tipo especial de relación, hemos descubierto cuán importante es la misma para el futuro desarrollo del niño. De hecho, muchos investigadores y clínicos entienden que el apego madre-infante ofrece el andamiaje funcional para todas las relaciones subsecuentes que el niño desarrollará. Una relación sólida y saludable con un cuidador primario, se asocia con la alta probabilidad de crear relaciones saludables con otros, mientras que un pobre apego con la madre o cuidador primario parece estar asociado con un sinnúmero de problemas emocionales y conductuales más tarde en la vida.

En el campo de la salud mental, la palabra apego es usada más libremente y ha venido a reflejar en forma global, la capacidad para formar relaciones. Para propósitos de este escrito, por capacidad de apego nos referimos a la capacidad de formar y mantener una relación emocional, mientras que el apego en sí se refiere a la naturaleza y calidad de la relación

¿Qué es apego?

- Forma especial y perdurable de relación “emocional” con una persona específica.
- Envuelve consuelo, agrado, sosiego y placer
- La pérdida o amenaza de pérdida de esta persona evoca angustia

como tal. Por ejemplo, un niño puede tener un apego “seguro” o “inseguro”.

¿Qué es formar vínculos?

Dicho simplemente, el formar vínculos es el proceso de crear apego. Así como se usa el término vincular, pegar o adherir cuando pegamos un objeto a otro, vincularse es cuando utilizamos nuestro adhesivo o pega emocional para conectarnos a otro. Formar vínculo, por tanto, incluye una serie de conductas que ayudan a crear una conexión emocional (apego).

¿Son la formación de vínculos y el apego algo genético?

La capacidad biológica de vincularse y crear apego es ciertamente determinada biológicamente. El impulso de sobrevivir es algo básico en todas las especies. Los infantes nacen indefensos y tienen que depender de un cuidador adulto para su sobrevivencia. Es en el contexto de esta dependencia primaria, y de la respuesta materna a la misma, que se desarrolla una relación. Este apego es crucial para la sobrevivencia del infante. Una madre emocional y físicamente saludable se sentirá atraída a su bebé – tendrá el deseo físico de olerlo, abrazarlo, mecerlo, arrullarlo y mirarlo detenidamente. El niño a su vez le responderá acurrucándose, balbuceando, sonriendo, chupando y agarrándose a ella. En la mayor parte de los casos, las conductas de la madre son placenteras, consoladoras y nutrientes para el bebé, y las conductas del infante causan placer y satisfacción a la madre. Es en este círculo de retroalimentación recíproca positiva, esta danza entre la madre y el infante, donde se desarrolla el apego.

Por lo tanto, a pesar del potencial genético para formar vínculos y apegarse, es la naturaleza, cantidad, patrón e intensidad de las experiencias en la vida temprana lo que permite la expresión de ese potencial genético. Sin unos cuidados predecibles, sensibles, nutrientes y sensorialmente enriquecidos, el potencial del infante para poder vincularse y crear apego normales, no podrá materializarse. Los sistemas del cerebro responsables de las relaciones emocionales saludables no se desarrollarán en forma óptima sin la experiencias adecuadas en los momentos adecuados de la vida.



¿Cuáles son las experiencias que forman vínculo?

El acto de coger el bebé al hombro, mecerlo, cantarle, alimentarle, mirarlo detenidamente, besarlo y otras conductas nutrientes asociadas al cuidado de infantes y niños pequeños, son experiencias de vinculación. Algunos factores cruciales en estas experiencias de vinculación incluyen el tiempo juntos (¡en la niñez la cantidad cuenta!), las interacciones cara a cara, el contacto visual, la cercanía física, el toque y otras experiencias sensoriales primarias como olores, sonidos y gusto. Los científicos creen que el factor más importante en la creación de apego, es el contacto físico positivo (ej. Abrazar, coger al hombro y mecer). No debe sorprender entonces que el hecho de coger al hombro, mirar detenidamente, sonreír, besar, cantar y reír todos causen actividades neuroquímicas específicas en el cerebro. Estas actividades neuroquímicas llevan a la organización normal de los sistemas cerebrales responsables del apego.

La relación más importante en la vida de un niño es el apego a su cuidador primario, en el caso óptimo, la madre. Esto es así ya que esta primera relación determina el “molde” biológico y emocional para todas sus relaciones futuras. Un apego saludable a la madre, construido de experiencias de vínculo repetitivas durante la infancia, provee una base sólida para futuras relaciones saludables. Por el contrario, problemas en vinculación y apego pueden resultar en una base biológica y emocional frágil para futuras relaciones.

¿Cuándo ocurren estas ventanas de oportunidad

El momento en que se hace, lo es todo. Las experiencias de vinculación conducen a un apego y capacidades de apego saludables, cuando ocurren en los primeros años. Durante los primeros tres años de vida, el cerebro desarrolla un 90% de su tamaño adulto y coloca en su lugar la mayor parte de los sistemas y estructuras que serán responsables de todo el funcionamiento emocional, conductual, social y fisiológico para el resto de la vida. Existen unos periodos críticos en los cuales las experiencias de vinculación tienen que estar presentes para que los sistemas del cerebro responsables del apego, se desarrollen normalmente. Aparentemente estos periodos críticos ocurren en el primer año de vida y están asociados a la capacidad del infante y su cuidador de desarrollar una relación interactiva positiva.

¿Qué pasa si no se aprovecha esta ventana de oportunidad?

El impacto de una vinculación defectuosa en la niñez temprana, puede variar. Cuando existe un abandono o negligencia emocional severa en esta etapa, los efectos pueden ser devastadores. Niños que no sean tocados, estimulados y nutridos, literalmente pueden perder su capacidad de formar relaciones significativas para el resto de sus vidas. Afortunadamente, la mayoría de los niños no sufren de negligencia severa a este grado. Sin embargo, hay muchos millones de ellos que han tenido algún grado de limitación en sus experiencias de vinculación y apego durante su niñez temprana. Los problemas resultantes a consecuencia de esto pueden ir desde un incomodidad interpersonal leve, a profundos problemas sociales y emocionales. En sentido general, la severidad de los problemas se asocia a cuán temprano en la vida, cuán prolongado y cuán severo fue el abandono o negligencia emocional.

Esto no quiere decir que niños que hayan sufrido este tipo de experiencias no tengan esperanzas de poder desarrollar relaciones normales. Se sabe muy poco sobre lo que experiencias de reemplazo posteriores en la vida, puedan hacer para tomar el lugar o reparar unas capacidades de vinculación y apego poco desarrolladas o mal organizadas. Hay experiencias clínicas y numerosos estudios que sugieren que puede haber mejoría, pero que es un proceso largo, difícil y frustrante tanto para las familias como para los niños. Ayudar a reparar el daño hecho por sólo unos pocos meses de negligencia, puede tomar muchos años de arduo trabajo.

¿Hay formas de clasificar el apego?

Al igual que rasgos tales como la altura y el peso, las capacidades de apego individuales forman un continuum. Sin embargo, en un intento de estudiar esta gradación, los investigadores han agrupado este continuum en cuatro categorías de apego: seguro, inseguro-resistente, inseguro-evasivo e inseguro-desorganizado/desorientado. Los niños con un apego seguro sienten una relación consistente, sensible y de apoyo con sus madres, aún en momentos de tensión o estrés significativo. Los que tienen un apego inseguro, sienten unas emociones inconsistentes, de castigo, no sensibles de parte de sus cuidadores, y se sienten amenazados en momentos de estrés.

La Dra. Mary Ainsworth ha desarrollado un sencillo proceso, llamado el procedimiento de la Situación-Extraña, para examinar la naturaleza del apego en los niños. Dicho simplemente, la madre y el infante son observados en una secuencia de "situaciones": madre-infante solos en un salón de juegos; extraño entra al salón; madre sale mientras que el extraño se queda y trata de consolar al niño; el padre/madre regresa y consuela al niño; el extraño sale; la madre deja al infante completamente solo; el extraño entra para calmar al niño; el padre/madre regresa y trata de consolar y distraer al infante. Las conductas del niño en cada una de estas situaciones es observada y evaluada. Las conductas de los niños en este paradigma:

Clasificación del Apego	Porcentaje al 1 año	Respuesta a la Situación Extraña
Apego seguro	60 - 70%	Explora con la madre en el salón; alterado con la separación; la recibe con alegría cuando regresa; busca contacto físico y consuelo al reunirse

Inseguro: evasivo	15-20%	Ignora a la madre cuando está presente; muestra poca angustia por la separación; se retira de ella activamente al reunirse.
Inseguro: resistente	10-15%	Explora poco cuando la madre está en el salón, y se mantiene cerca de ella; muy angustiado con la separación; resiste el contacto físico con la madre al reunirse, y se muestra ambivalente o con coraje.
Inseguro: desorganizado desorientado	5-10%	Confusión sobre si acercarse o evadir a la madre; sumamente angustiado con la separación; al reunirse actúa confundido y aturdido-parecido a la respuesta de acercarse-evadir en los modelos animales

¿Qué otros factores influyen en la vinculación y el apego?

Cualquier factor que interfiera con las experiencias de vinculación, puede interferir con el desarrollo de las capacidades de apego. Cuando la danza interactiva y reciproca entre cuidador-infante se interrumpe o dificulta, es difícil mantener las experiencias de vinculación. Las interrupciones pueden ocurrir debido a problemas primarios con el infante, el cuidador, el ambiente o el acoplamiento entre el infante y su cuidador.

Infante: La "personalidad" o temperamento del niño influye en la vinculación. Si un infante es difícil de calmar, irritable o poco responsivo, comparado con uno tranquilo, que pueda calmarse solo, se le hará más difícil desarrollar un apego seguro. La habilidad del infante de participar en la interacción materno-infante puede verse en riesgo debido a alguna condición médica, tales como ser prematuro, defectos de nacimiento o enfermedad.

Cuidador: Las conductas del cuidador pueden afectar negativamente la vinculación. Padres que critican, rechazan e interfieren, tienden a tener hijos que evitan la intimidad emocional. Padres abusivos tienden a tener hijos que, al sentirse incómodos con la intimidad, se retraen. Es posible que la madre del niño no sea sensible a su hijo debido a depresión, abuso de sustancias, porque se sienta abrumada por problemas personales, u otros factores que puedan interferir con su habilidad de ser consistente y nutritiva con el niño.

El ambiente: Un impedimento importante a la formación de un apego saludable, es el miedo. Si un infante se siente angustiado por un dolor, amenaza perversiva o un ambiente caótico, se le hará difícil participar, aún en una relación de cuidado amorosa. Infantes o niños que viven en ambientes de violencia doméstica, refugios, violencia comunal o en zonas de guerra, son vulnerables a desarrollar problemas de apego.

Acoplamiento: El "acoplamiento" entre los temperamentos y capacidades del infante y la madre es crucial. Algunos cuidadores pueden sentirse muy bien con un infante tranquilo, pero sentirse abrumados por uno irritable. El proceso de prestar atención, leer las señales no verbales, y responder a las mismas en forma apropiada, es esencial para mantener experiencias de vinculación que resulten en apegos seguros. A veces el estilo de comunicación y respuestas con que la madre está familiarizada, por sus otros hijos, puede ser que no se ajusten a su nuevo bebé. La frustración mutua de estar fuera de sincronización puede afectar negativamente la vinculación.

¿Cómo el abuso y la negligencia afectan el apego?

En las familias abusivas y negligentes se observan tres problemáticas principales. El efecto más común es que los niños maltratados son, esencialmente, rechazados. Niños que son rechazados por sus padres, experimentarán un sinnúmero de problemas (ver abajo), incluyendo la dificultad de desarrollar intimidad emocional. En las familias maltratantes, es común que este rechazo y abuso sean transgeneracionales. El padre negligente, fue un niño que sufrió negligencia. Crían como fueron criados. Otra problemática es que el niño asuma la función de los padres. Esto puede tomar varias formas. Una de las más comunes es cuando una jovencita inmadura se convierte en madre soltera. En este caso el hijo es tratado como un compañero de juegos y, demasiado temprano en su vida, como un amigo. Es muy común escuchar a estas madres jóvenes referirse a su hijo de cuatro años como "mi mejor amigo" o "mi hombrecito". En otros casos, los adultos son tan inmaduros y están tan desinformados en relación a los niños, que tratan a sus hijos como adultos – o hasta como a otro padre. Como resultado de ésto, es posible que sus hijos participen de pocas actividades con otros niños "inmaduros". Este falso sentido de madurez a menudo interfiere con la posibilidad de desarrollar amistades de la misma edad. El tercer asunto en común es la naturaleza transgeneracional de los problemas de apego – se pasan de una generación a otra.

Es importante resaltar que una relación de apego que haya sido segura, puede transformarse de pronto, luego de una experiencia de maltrato y negligencia. Es posible que la percepción que el niño tenía de un mundo consistente y nutriente, no se ajuste más a su realidad. Por ejemplo, la visión positiva que el niño pudiera tener de los adultos, podría cambiar luego de haber sido abusado o maltratado por una niñera.

¿Los problemas de apego, son siempre resultado del abuso o maltrato?

No, de hecho, la mayoría de los problemas de apego es muy posible que se deban más a la ignorancia de los padres sobre el desarrollo, que al abuso. Muchos padres no han sido educados sobre la naturaleza crítica de las experiencias en los tres primeros años de vida de los niños.

Con más educación pública y políticas de apoyo, ésto puede mejorar. Actualmente, la ignorancia es tan generalizada que se estima que 1 de cada 3 personas tienen un apego evasivo, ambivalente o resistente con su cuidador. A pesar de este apego inseguro, estos individuos son capaces de formar y mantener relaciones –sin embargo, no con la misma facilidad de otros.

¿Qué problemas específicos podría esperar ver en niños maltratados, con problemas de apego?

Los problemas específicos que podrías observar pueden variar dependiendo de la naturaleza, intensidad, duración y el momento en que ocurrió la negligencia o el maltrato. Algunos niños evidenciarán problemas profundos y obvios, mientras que los problemas de otros podrían ser tan leves que sería posible no darse cuenta de que están relacionados a negligencia en su vida temprana. A veces estos niños parecerían no estar afectados por sus experiencias. Sin embargo, es importante que recuerdes el por qué estás trabajando con los niños y que éstos se han visto expuestos a cosas terribles. Existen ciertas señales que los clínicos experimentados consideran al trabajar con estos niños:

Retraso en el desarrollo: Niños que han sufrido negligencia emocional en su niñez temprana, a menudo tienen retraso en su desarrollo en otros dominios. El vínculo entre un niño pequeño y sus cuidadores provee el mayor vehículo para su desarrollo físico, emocional y cognoscitivo. Es en este contexto primario que el niño aprende el lenguaje, las conductas sociales, y un sinnúmero de otras conductas claves necesarias para un desarrollo saludable. La falta de experiencias consistentes y enriquecedoras en la niñez temprana, puede tener como consecuencia retrasos en el desarrollo motor, del lenguaje, social y cognoscitivo del niño.

Hábitos Alimenticios: Los hábitos alimenticios extraños son comunes, especialmente en niños con problemas severos de

SINTONÍA

- Leer y responder a las señales del otro
- Sincronizado e interactivo
- Ayuda a evitar la incongruencia entre la necesidad y la provisión
- Puede aprenderse- a leer el lenguaje no-verbal, social-emocional del otro

negligencia y apego. Estos podrían acaparar comida, esconderla en sus cuartos, comer como si no fuese a haber más comida, aún cuando hayan tenido alimento consistentemente disponible por años. Podrían no prosperar adecuadamente, rumiar los alimentos (vomitar), problemas al tragar y, más tarde en la vida manifestar hábitos alimenticios extraños que a menudo son mal diagnosticado como anorexia nervosa.

Conductas calmantes: Para calmarse, estos niños emplean conductas muy primitivas, inmaduras y bizarras. Podrían morderse, golpearse la cabeza, mecerse, cantarse, arañarse o cortarse. Estos síntomas aumentan en momentos en que sienten angustiados o amenazados.

Funcionamiento emocional: Estos niños presentan una gama de problemas emocionales, incluyendo síntomas de depresión y ansiedad. Una de estas conductas comunes es el apego "indiscriminado". Todos los niños buscan sentirse seguros. Si tenemos en mente que el apego es importante para la sobrevivencia, los niños pueden buscar apego -- cualquier apego -- para su seguridad. Personas fuera de la disciplina clínica pueden pensar que estos niños abusados y maltratados son "amorosos" y que abrazan personas que les son prácticamente extraños. Los niños no desarrollan un vínculo emocional profundo con personas que apenas conocen; más bien estas conductas "afectuosas" son realmente comportamientos que buscan seguridad. Ésto preocupa al personal clínico pues estas conductas contribuyen a la confusión del niño respecto a la intimidad, y no son consistentes con las interacciones sociales normales.

Modelaje inapropiado: Los niños copian la conducta de los adultos -- aún cuando ésta sea abusiva. Aprenden que ésta es la forma "correcta" de interactuar con otros. Como podrás notar, ésto potencialmente les causa problemas en sus interacciones sociales con adultos y otros niños. Por ejemplo, niños que han sido abusados sexualmente, pueden estar en mayor riesgo de ser nuevamente abusados. Varones que han sido abusados sexualmente, pueden convertirse en ofensores sexuales.

Agresión: Uno de los mayores problemas con estos niños es la agresión y la crueldad. Esto se relaciona a dos de los problemas principales en los niños que sufren negligencia: (1) falta de empatía y (2) pobre control de impulsos. La habilidad de poder emocionalmente "entender" el impacto de nuestra conducta en otros, no funciona en estos niños. Ellos realmente no entienden o perciben lo que otros sienten cuando ellos hacen o dicen cosas hirientes. De hecho, a menudo estos niños sienten la urgencia de azotar y herir a otros -- típicamente algo o alguien menos poderoso que ellos. Lastimarán animalitos, niños más pequeños, pares o a sus hermanitos. Uno de los elementos más preocupantes de estas agresiones es que, muy a menudo, están acompañadas por una fría y despegada falta de empatía. Al ser confrontados con su conducta cruel y agresiva, estos niños podrían mostrar arrepentimiento (una respuesta intelectual), pero no remordimiento (una respuesta emocional).

¿Cómo puedo ayudar?

Los padres y cuidadores pueden hacer la diferencia en la vida de los niños maltratados. En esta sección les sugerimos algunas formas en que se puede ayudar.

Nútrelos y cuídalos: Estos niños necesitan que los cojan al hombro, que los mezan y abracen. Con niños que tengan problemas de apego, sé físico, cariñoso y amoroso. Está consciente de que, para muchos de ellos, en el pasado el toque había estado asociado al dolor, tortura o abuso sexual. En estos casos, vigila cuidadosamente su respuesta -- ponte en sintonía con su reacción a tus cuidados y actúa de acuerdo.

Trata de entender su conducta antes de castigarlos o de aplicarles las consecuencias: Mientras más puedas aprender sobre los problemas de apego, la vinculación, el desarrollo normal y anormal, más capacitado estarás para desarrollar intervenciones conductuales y sociales que sean realmente útiles. Tener información sobre estos problemas puede evitar que malinterpretes la conducta del niño. Cuando estos niños, por ejemplo, acaparan alimentos no debe verse como que está "robando", sino como un resultado común y predecible de haber sido privado de alimentos en su niñez. Un enfoque punitivo a esta situación (como muchas otras) no ayudará a madurar al niño. Ciertamente el castigo puede, de hecho, aumentar en el niño el sentido de inseguridad, angustia y necesidad de acaparar alimentos. Son muchas las conductas de estos niños que resultan confusas y perturbadoras a sus cuidadores. Si te encuentras luchando para crear o implementar un enfoque práctico y útil para una problemática de este tipo, puedes pedir ayuda profesional.

Haz el papel de padre para estos niños, de acuerdo a su edad emocional: Frecuentemente los niños que han sufrido maltrato y negligencia se encuentran retrasados social y emocionalmente. Siempre que se sientan frustrados o asustados, harán regresión. Ésto quiere decir, que un niño de diez años puede, en un momento dado, actuar emocionalmente como

uno de dos. A pesar de nuestro deseo e insistencia de que se comporten de acuerdo a su edad, no pueden hacerlo. Estos son los momentos en que debemos interactuar con ellos a su nivel emocional. Si están llorando, frustrados, abrumados (edad emocional de dos años), trátalo como si tuviese esa edad. Interactúa con él para tranquilizarlo, en formas no verbales. Cógelo. Mécelo. Cántale suavemente. Éste no es el momento de utilizar razonamientos verbales complejos sobre las consecuencias de su conducta inapropiada.

Sé consistente, predecible y repetitivo: Los niños maltratados, con problemas de apego, son muy sensitivos a los cambios en programa, las transiciones, sorpresas, situaciones sociales caóticas y, en general, a cualquier nueva situación. Se sentirán abrumados por situaciones complicadas y especiales, aunque sean agradables. Las fiestas de cumpleaños, el quedarse a dormir fuera de la casa, las festividades, los viajes familiares, el comienzo o terminación del año escolar, -- todos pueden resultarle desorganizadores. Debido a ésto, cualquier esfuerzo que pueda hacerse para ser consistente, predecible y repetitivo, será sumamente importante para que estos niños se sientan a salvo y seguros. Cuando se sienten así, entonces pueden beneficiarse de las experiencias emocionales y sociales nutritivas y enriquecedoras que le brindes. Si se sienten ansiosos y asustados, no podrán beneficiarse de la misma forma de tus cuidados nutritivos.

Enséñales y modéales conductas sociales apropiadas: Muchos niños que han sufrido abuso y negligencia, simplemente no saben cómo interactuar con otras personas. Una de las mejores formas de enseñarles es modelarles con tu propia conducta – y luego relátales lo que estás haciendo y por qué. Conviértete en un narrador de jugada a jugada: “Voy al fregadero a lavarme las manos antes de comer porque...” o “Ahora cojo el jabón y me enjabono las manos y...” Los niños ven, escuchan e imitan.

Además de modelarles, también puedes enseñarles a jugar con otros niños. Sigue un enfoque semejante al de narrar las jugadas: “Bueno, cuando le quitas eso a otra persona, lo más probable es que se sienta muy molesto, así que si tú quieres que se diviertan cuando juegues este juego...”. Al poder jugar mejor con otros niños, desarrollarán una mejor auto-estima y confianza. Con el tiempo, el tener éxito con otros niños le permitirá ser menos torpe y agresivo socialmente. A menudo los niños maltratados son “un desastre” debido a su retraso. Si el niño es molestado por su ropa o porque no está aseado, sería útil tener alguna ropa “cool” (a la moda) y mejorar su higiene.

Una de las áreas en que estos niños tienen problemas, es en moderar su contacto físico. No saben cuando abrazar, cuán cerca pararse, cuándo mantener o romper el contacto visual, cuándo es apropiado buscarse la nariz, tocarse los genitales o llevar a cabo otras actividades de aseo.

Irónicamente, los niños con problemas de apego, muy a menudo iniciarán un contacto físico (abrazos, cogerle la mano, subirse a la falda) con extraños. Muchos adultos pueden malinterpretar ésto como una conducta afectiva. No lo es. Esta actitud es mejor entendida como una conducta “suplicante”, que es socialmente inapropiada. La forma en que los adultos manejen este contacto físico inapropiado es muy importante. No debemos rehusar abrazar al niño y darle un sermón sobre su “conducta inapropiada”. Podemos, en vez, con delicadeza, dirigirlo a interactuar en forma diferente con adultos y otros niños. (Por qué mejor no te sientas aquí?). Es importante que estas lecciones sean claras, utilizando las menos palabras posibles. No tienen que ser directivas – confía en las señales no verbales. Es también importante explicarlas cosas en forma tal que el niño no se sienta mal o culpable.

Escúchalos y habla con ellos: Una de las cosas más agradables que podemos hacer es simplemente detenernos, sentarnos, escuchar y jugar con estos niños. Cuando te mantienes callado e interactúas con ellos, te darás cuenta que comienzan a mostrarte y a contarte lo que realmente tienen por dentro. Sin embargo, aunque suene tan sencillo, ésta es una de las cosas más difíciles de hacer para un adulto – detenerse. Dejar de preocuparse del tiempo o la próxima tarea, y realmente relajarse en ese momento con el niño. Prácticalo. Te sorprenderán los resultados. Estos niños percibirán que estás ahí sólo para ellos. Sentirán cuán importante son para ti.

Es en momentos como éstos que mejor puedes llegar a estos niños y enseñarles. Es una gran ocasión para comenzar a enseñar a los niños sobre sus “distintos” sentimientos. No importa la actividad, es importante incluir los siguientes principios: (1) Está bien sentir todos los sentimientos—tristeza, alegría o coraje (más emociones para niños mayores); (2) Enseñar a los niños formas saludables de actuar cuando estén tristes, alegres o con coraje; (3) Comenzar a explorar cómo otras personas puedan sentirse y la forma en que expresan sus sentimientos - “¿Cómo tú crees que Bobby se siente cuando lo empujas?” (4) Cuando percibas que el niño está claramente alegre, triste, o que tiene coraje, pregúntale qué están sintiendo. Ayúdales a ponerle palabras y a etiquetar estos sentimientos

Ten expectativas realistas de estos niños: Los niños que han sufrido abuso y negligencia tienen tanto que superar; y para algunos, no lograrán superar sus problemas. Las expectativas que tengas de una niña rumana, huérfana, adoptada a la edad de cinco años, luego de haber vivido sus primeros años sin ningún nutrimento emocional, deberán ser limitadas. A ella se le robó algo, aunque no todo, de su potencial. Nosotros no sabemos cómo predecir el potencial en el vacío, pero sí

podemos medir las fortalezas y debilidades emocionales, conductuales, sociales y físicas de un niño. Una evaluación detallada realizada por un profesional clínico diestro, podría ser de gran ayuda para comenzar a definir las áreas de destrezas del niño y aquellas áreas donde el progreso podría ser más lento.

Sé paciente con el progreso del niño y contigo mismo: El progreso será lento. Este lento progreso podría ser frustrante y muchos padres adoptivos podrían sentirse inadecuados debido a que todo el amor, tiempo y esfuerzos que han dedicado al niño no parece tener ning'un efecto. Pero sí lo tiene. No seas duro contigo mismo. Muchos padres amorosos, diestros y competentes se han sentido agobiados por las necesidades del niño, víctima de abuso y negligencia, que han adoptado.

Cuida de ti mismo`

Si te sientes agotado, no podrás ofrecer el cuidado consistente, predecible, enriquecedor y nutritivo que estos niños necesitan. Asegúrate de buscar descanso y apoyo. Te será crucial contar con algún momento de respiro. Recurre a tus amistades, familia y recursos de la comunidad. La realidad es que no podrás cuidar a tu niño si te sientes exhausto, deprimido, con coraje, abrumado o resentido.

Aprovecha otros recursos

Muchas comunidades tienen grupos de apoyo para familias adoptivas. Los profesionales con experiencia en problemas de apego o niños maltratados pueden ser de gran ayuda. Necesitarás ayuda. Recuerda, mientras más tempranas y agresivas sean las intervenciones, mejor. Los niños son más moldeables temprano en su vida, según vn creciendo el cambio se hace más difícil.

Glosario

Apego: Forma especial de una relación emocional. El apego envuelve mutualidad, sosiego, seguridad, y placer para ambas partes en la relación.

Sintonía: La habilidad de poder leer y responder a las necesidades comunicadas de otra persona. Ésta envuelve la atención sincronizada y sensible a las señales verbales y no verbales del otro.

Vínculo: Un vínculo es una relación. Éste puede ser de una naturaleza emocional mutua especial, como el apego, o puede basarse en otras emociones (ej. miedo – el tipo de vínculo creado entre un captor y su cautivo).

Vinculación-Formar vínculo: Cualquier actividad, acción o conducta que ayude a crear o mantener una relación.

Procedimiento de Situación-Extraña: Procedimiento de investigación clínica especializada que incluye ocho separaciones y reuniones del infante y su cuidador, diseñado para determinar la naturaleza del apego.

Recursos

Hay muchos otros lugares para aprender más sobre el apego y la formación de vínculos en niños maltratados. Abajo ofrecemos un listado de algunos lugares donde comenzar.

Organizaciones

Zero to Three (De Cero a Tres) Organización nacional, sin fines de lucro, localizada en Washington, D.C., dedicada únicamente a promover el desarrollo saludable de bebés y niños pequeños. Fundada en 1977 por los mayores expertos en desarrollo, ZERO TO THREE (DE CERO A TRES) distribuye información clave sobre el desarrollo, adiestra a proveedores, promueve enfoques modelos y normas de prácticas y trabaja para incrementar la conciencia pública sobre la importancia de los primeros tres años de vida.

ZERO TO THREE

734 15th Street, NW, Suite 1000
Washington, DC 20005
(202)638-1144
<http://www.zerotothree.com>

PACT: Organización 501(c)(3), sin fines de lucro, comenzada en 1991 con dos padres adoptivos, que ha desarrollado una reputación nacional de excelencia por servir a los miembros de la triada de adopción. Cada año Pact ofrece eventos educativos a los cuales asisten más de 1500 personas, ofrece-libre de costo- más de 1000 consultas en crisis a padres naturales, y consultas a cientos de padres adoptivos potenciales. Su mayor prioridad es ofrecer programas especialmente diseñados para brindar apoyo e información a niños y padres de color, adoptados.

Pact, An Adoption Alliance

3450 Sacramento Street Suite 239
San Francisco, CA 94118
(415) 221-6957
(510) 482-2089 FAX
correo electrónico: info@pactadopt.org
<http://www.pactadopt.org>

Attachment Parenting International es una coalición de individuos interesados, profesionales y organizaciones grassroots. La misma aboga por métodos especiales de "crianza de apego" para desarrollar y satisfacer la necesidad que tienen los niños de confianza, empatía y cariño, para crear buenas relaciones seguras y perdurables. Esta organización cree que una crianza en apego, junto a grupos de apoyo puede, no sólo fortalecer las familias, sino ofrecer también un modelo cost-efectivo para ayudar a la prevención del maltrato de menores, desórdenes de conducta, actos criminales y otros problemas sociales serios.

Attachment Parenting International

1508 Clairmont Place
Nashville, Tennessee 37215
(615) 298-4334
<http://www.attachmentparenting.org>

Estos recursos serán revisados periódicamente y aparecerán en una sección especial del lugar en la red (web site) de Child Trauma Academy <http://www.ChildTrauma.org>. These resources will be periodically updated and posted in a special section of the ChildTrauma Academy web site <http://www.ChildTrauma.org>. Visit this site for updates and for other resource materials about traumatic events and children.

About the Author

Bruce Duncan Perry, M.D., Ph.D.

Dr. Perry es el Director Médico, los Programas Provinciales en la Salud Mental de Niños para el Alberta la Tabla Mental de la Salud. Además él continúa dirigir la Academia de ChildTrauma, una instrucción y fundada de instituto de investigación en 1990. De 1992 a 2001, Dr. Perry sirvió como el Thomas S. El Profesor de Investigación de Trammell de la Psiquiatría de Niño en el Colegio de Baylor de la Medicina y el Jefe de la Psiquiatría en el Hospital de Niños de Tejas en Houston, Tejas. Para mas informacion favor de leer su [bibliografía](#).

About the ChildTrauma Academy

La Academia de ChildTrauma es un collaborative extraordinario de individuos y organizaciones que trabajan para mejorar el vive de niños de riesgo alto por el servicio directo, investigación y educación. Estos esfuerzos están en la asociación con el público y sistemas privados que son puestos bajo el mandato para proteger, curar y educar a niños. El trabajo de la Academia se ha sostenido, en la parte, por becas del Departamento de Tejas de Servicios Protectores y Regulativos, el Acto de la Justicia de Niños, el Acto de la Mejora del Tribunal y por asociaciones innovadoras con socios académicos y corporativos tal como Accionado, Escolástico, y Digital Consultador y los Servicios de Software.

For more information about the ChildTrauma Academy, please contact:

Jana Rubenstein, M.Ed., LPC
Director, ChildTrauma Academy
e-mail: jlrcata@aol.com
Website: <http://www.childtrauma.org>