

APEGO Y VÍNCULO: UNA PROPUESTA DE DELIMITACIÓN Y DIFERENCIACIÓN CONCEPTUAL

Iker Burutxaga, Carles Pérez-Testor, Margarita Ibáñez, Sergi de Diego, Marta Golanó, Elisabeth Ballús, Josep A. Castillo

Introducción

A medida que crece el interés en la *teoría del apego*, son cada vez más las investigaciones que buscan estudiar los estilos de *apego* y las influencias que éstos tienen. En este auge investigador se observa un fenómeno en el cual el *concepto de apego*, definido inicialmente por John Bowlby (Bowlby, J., 1988) y re-definido posteriormente por Ainsworth (Ainsworth, M.D.S., 1969), se confunde con el de *vínculo* y se utilizan como sinónimos, obviando las diferencias significativas que hay entre ambos. Este artículo explora estas diferencias y aporta la definición de cada uno de los términos, haciendo hincapié en la necesidad de hacer un uso correcto de ellos.

Apego

La *teoría del apego* formulada por John Bowlby se está convirtiendo en una de las corrientes más utilizadas, tomada por muchos autores como base para sus estudios e investigaciones. Esta teoría establece que hay un sistema motivacional que nace de la necesidad primaria de los niños de mantener una proximidad física con sus cuidadores principales como manera de garantizar su propia supervivencia. Esta conceptualización puramente biológica del apego dio paso a una

interpretación más integral en la que Bowlby hablaba, no solo de proximidad física, sino de “disponibilidad permanente” de la figura principal (Bowlby, 1988). Esta disponibilidad no es exclusivamente de carácter físico (estar ubicada en el espacio cerca del niño) sino que plantea una necesidad de respuesta emocional adecuada por parte de esta figura principal. Que el niño interiorice a la figura principal como disponible y capaz de responder emocionalmente es la clave para el desarrollo de un sistema de apego seguro.

Esta teoría ha logrado llegar y adaptarse a diferentes campos de la investigación gracias a su capacidad para explicar el desarrollo infantil, proporcionando clasificaciones precisas de los niños en sus estilos de apego e información valiosa sobre las representaciones mentales de uno mismo y de los demás, “modelos operativos internos”, que se van construyendo a partir de las relaciones de apego tempranas (Bowlby, 1989). En lo referente al apego, las interacciones del niño en los primeros meses le ayudan a identificar patrones de relación con esta figura y, de esta manera, se registra en su mente un modelo operativo interno. Este modelo sirve como fuente de información para el niño que, basándose en sus experiencias pasadas, puede “predecir” como va a actuar su figura principal de apego y actuar en consecuencia. Estos modelos operativos internos no son estancos, forman parte de un círculo en el que las expectativas y los comportamientos del niño influyen y, a su vez, se ven influenciados por ellos.

Bowlby (1989) propuso que para que el desarrollo mental sea el adecuado, es necesario que el psiquismo que quiere ser independiente reciba durante los primeros años de vida una respuesta emocionalmente sensible de una entidad organizadora externa, en este caso la figura principal de apego. Para Bowlby (1988), “una madre o figura principal de apego sensible, está sincronizada a los ritmos de su hijo y está atenta a los detalles de su comportamiento, para entender qué es lo que necesita y actuar consecuentemente”. Bowlby planteó que el niño, a partir del primer o segundo mes de vida, tiene una serie de respuestas instintivas a las que él llama comportamientos de apego (chuparse el dedo, seguir a la madre, o el llanto y la risa), que tienen como objetivo unir a la madre con el hijo y al hijo con la madre. La función evolutiva del sistema de apego no es solo la de proteger al niño del peligro y garantizar su supervivencia, sino la de

asegurar la presencia (física y emocional) incondicional de la figura principal. En este sentido, insiste en que el apego tiene su propia motivación y que no tiene que ver con las necesidades de reproducción o de alimento, aunque ciertos comportamientos o conductas puedan ser similares. Estas respuestas se desarrollan independientemente durante los primeros seis meses de vida, pero a partir del sexto mes se centran y focalizan en la figura de apego principal, la cual responde ante el llanto de su hijo y es la responsable de iniciar la interacción social del niño (Schaffer y Emerson, 1964). Una vez establecida la relación de apego, los niños son capaces de utilizar a la figura de apego como una base segura para explorar el entorno, así como un refugio seguro al cual regresar para restaurar la calma (Ainsworth, 1969). La capacidad de la figura principal de apego para cumplir con estas necesidades marcará la interacción entre ambos, especialmente la sensibilidad de la figura principal ante las señales del niño, aunque las características de los niños también juegan su papel (Bretherton, 1992).

Ha sido también fundamental la variedad de instrumentos que se han desarrollado para la evaluación del apego y que permiten a investigadores y académicos de muy distintos campos abordar diferentes temáticas y objetivos desde el marco teórico del apego. Si bien pudiera parecer que la teoría del apego debiera ser aplicada únicamente a estudios con poblaciones infantiles debido a la formulación de la misma, hay diversas corrientes de estudio que se interesan en investigar los estilos de apego en los padres y adultos. La utilización de la Adult Attachment Interview (AAI) o de pruebas similares que evalúan el estilo de apego de los adultos, se está dando cada vez de manera más frecuente en la práctica clínica, en las entrevistas de trabajo o en las dinámicas de grupo, como manera de lograr información valiosa y orientativa referente a la persona y a su forma de relacionarse.

En este auge y crecimiento de la teoría del apego como teoría referente para distintas corrientes investigadoras, se observa un fenómeno que podría ser considerado puramente semántico o lingüístico, pero que quizás sea más conceptual de lo que parece y puede verse influenciado por la percepción errónea que se tiene del concepto del apego. Se observa en la literatura que se emplean palabras, conceptos y definiciones de manera que se suponen

equivalentes e intercambiables por el concepto de *apego*. En cambio, tras una observación detallada se aprecia en que en muchas ocasiones hacen referencia a cosas diferentes. Palabras tales como *unión*, *relación* o *atadura*, se emplean frecuentemente de manera indiscriminada y como equivalente de la palabra *apego*. En inglés sucede lo mismo con palabras como *bond*, *linkage*, *relationship*, y la palabra *attachment*. A nivel semántico, estas palabras son similares y pueden considerarse incluso sinónimas entre ellas. *Apego* en el diccionario se define como “sentimiento de afecto, cariño o estimación que se tiene hacia una persona o cosa”; y *vínculo* como “unión o relación no material, sobre todo cuando se establece entre dos o más personas”. Pero a nivel conceptual, no deben ser utilizadas de esta manera. El *apego* es un concepto específico, se utiliza para hacer clasificaciones en base a una serie de comportamientos de la vida cotidiana de los sujetos, y es susceptible de reproducirse en situaciones de laboratorio. En este artículo observaremos las diferencias entre los conceptos de *apego* y *vínculo*, ya que este último es el más frecuentemente utilizado como sinónimo castellano de *apego*. *Vínculo* también aparece con frecuencia en trabajos psicoanalíticos de autores franceses y argentinos. Para ello revisaremos las definiciones de ambos y buscaremos qué es lo que los hace diferentes y por qué no debemos confundirnos y utilizarlos indiscriminadamente.

El vínculo

El concepto de *vínculo* aparece incluso antes de que naciera la *teoría del apego* y es frecuentemente utilizado por muchos autores. La unión básica entre el niño y la madre es continuamente denominada *vínculo* y de ahí sus continuas referencias en la literatura. En las investigaciones con poblaciones infantiles la relación madre-niño es frecuentemente el foco de estudio y los autores buscan modos relacionales, estrategias, dinámicas que puedan explicar comportamientos que se observan en el niño durante su infancia y también en etapas posteriores de su vida adulta. Es por ello que se habla a menudo de la importancia del *vínculo*, entendiendo

como vínculo la relación madre-niño que se desarrolla en los primeros años de vida. Muchos autores postulan que esta primera relación con la madre será luego el molde o la base bajo la que se formarán las futuras relaciones del niño. De acuerdo con Benhaim (2013) la *teoría del vínculo* establece desde su inicio la dependencia del bebé con respecto al otro y pone en cuestión, de forma radical, toda concepción monádica de la psique humana.

El concepto de vínculo ha sido estudiado por muchos autores de orientación psicoanalítica que trabajan en el campo de la terapia individual, de las parejas o de las familias. Entre ellos destacamos a Bion (citado en Jaroslavsky y Morosini, 2012), que describía el *vínculo* como “expresión del mecanismo de identificación proyectiva tanto desde el niño hacia su madre como de la madre al niño, una identificación proyectiva de comunicación”, y subrayaba el hecho de ser un proceso bidireccional en el que el psiquismo del niño influye en el de la madre y viceversa. Rivière (citado en Jaroslavsky y Morosini, 2012), definía el *vínculo* como una “estructura compleja que incluye un sujeto, un objeto, y su mútua interrelación, acompañada de procesos de comunicación y aprendizaje”. Kaës (citado en Jaroslavsky, 2012), apuntaba que “el vínculo implica una lógica distinta a la que organiza el espacio intrapsíquico del sujeto, ya que no es la suma de dos o más sujetos, sino un espacio psíquico construido —diríamos co-construido— a partir de la materia psíquica implicada en sus relaciones, especialmente a través de las relaciones inconscientes que las organizan y los acoplamientos o emparejamientos que los individuos singulares producen en el encuentro entre ellos”. En la literatura de la *teoría de los vínculos* se aprecia que hay una serie de ideas que se repiten continuamente entre los diferentes autores y que parecen establecer las características principales de los vínculos. De esta manera apreciamos que:

- El vínculo madre-hijo se crea incluso antes de nacer el niño, nace como una unión puramente biológica que se desarrolla hasta convertirse en una unión simbólica que ejercerá de referente para vínculos posteriores.
- Los vínculos sirven para estructurar la realidad del individuo, sirven como marco de referencia, estableciendo límites y prohibiciones.

- Los vínculos llevan asociados fantasías que son compartidas por sus miembros y que son el material principal del contenido psicológico de los mismos.

Vínculo biológico madre-bebé

Los autores que estudian y trabajan con la *teoría del vínculo* postulan frecuentemente el nacimiento de éste durante el periodo en el que el niño está en el vientre materno, antes del nacimiento. La relación puramente biológica en la que el niño es dependiente a tiempo completo de la madre parece ser la base sobre la que se desarrollan y construyen las modalidades vinculares y los futuros modos relacionales del niño. Según Jaroslavsky (2012), por la empatía materna los integrantes de la unidad dual están comunicados como vasos comunicantes, manteniendo el nivel constante entre la demanda y su satisfacción. De esta manera, mientras el niño se encuentra en el vientre materno comienza a desarrollarse la relación dual, que se asienta sobre la interacción entre la madre, el niño y sus necesidades; de la manera en que interactúen estos tres elementos dependerá el desarrollo de la misma. Imre Hermann (citado en Jaroslavsky, 2015) acuñó el término *unidad dual* y lo definía como “el instinto de aferramiento del niño hacia su madre, que es el cemento fundacional de la unidad dual, que además es complementada por la identificación de esta con el desvalimiento de su hijo”.

Esta unión dual y puramente biológica finaliza parcialmente con el nacimiento del niño y con la separación de su madre. En este nuevo escenario, el niño sigue vinculado biológicamente a su madre a través de la crianza y de la satisfacción de las necesidades más primarias y, por otro lado, depende también de la madre a nivel psicológico para procesar y gestionar su mundo interno, ya que su propio psiquismo está recién empezándose a construir. “Antes del nacimiento hay una unión total en la que el bebé no tiene percepción de tal. Luego, esta simbiosis biológica pasa a ser una simbiosis psicológica” (Bernard, citado en Benhaim, 2013).

Tomando como referencia las representaciones de la relación fusional con su madre, el niño comienza a desarrollar su propia psique, gestionando las demandas del mundo externo con un psiquismo todavía muy poco desarrollado y apoyándose en la madre que ejerce la función de amortiguar y filtrar los contenidos para que puedan ser procesados por el niño. Como explicó Jaroslavsky (2012), la primera representación que tiene un recién nacido es la del vínculo madre-bebé y cuando esta unidad dual termina con la separación progresiva de ambos, queda como remanente intrapsíquico. Es por ello que la madre ejerce como referencia principal en el desarrollo del psiquismo del niño, aún cuando ya fuera del vientre la unidad fusional biológica ha desaparecido. En este sentido Bion (citado en Benhaim, 2012) habla del vínculo y de la capacidad de *rêverie* de la madre: “el lactante evacúa los elementos inadmisibles para su psiquismo, proyectándolos en la madre, y ésta, con su capacidad mental de *rêverie*, opera una transformación de los elementos para enseguida restituirlos al lactante”. En la misma línea, Jaroslavsky (2012) sostiene que el aparato de pensar del bebé se constituye en el encuentro madre-bebé a partir del trabajo de la madre sobre las experiencias emocionales del bebé.

Vínculo: estructura, marco, espacio

El vínculo no se limita únicamente a la relación que se establece entre dos o más personas. El vínculo es también un lugar, un espacio, donde el sujeto encuentra lo necesario para desarrollarse emocionalmente y crecer; va más allá y constituye un marco que va a definir la forma y el modo en el que los miembros que lo forman van a interactuar. El vínculo debe considerarse una estructura circular que contempla no solo la suma de los psiquismos individuales de los miembros del mismo, sino que recoge sus interacciones y las influencias circulares que cada uno ejerce en los otros. Los vínculos, de esta manera, establecen las jerarquías de quienes los componen y definen sus estilos relacionales. Se establece un “dentro” y un “fuera” del vínculo, y éste es el espacio que tiene el sujeto para explorar y relacionarse. Aquél que sobrepasa los límites, está fuera del vínculo y fuera

de todo lo que éste conlleva. “Un vínculo lleva siempre un conflicto entre el lugar que es adjudicado, los lugares que son atribuidos, y las representaciones que ese sujeto hace de esas atribuciones” (Moguillansky, citado en Benhaim, 2012).

El vínculo, como estrategia de supervivencia, conforma un espacio en el que el correcto funcionamiento del mismo es el objetivo principal y las necesidades psicológicas individuales son sacrificadas en beneficio del bienestar común. El individuo se somete a las limitaciones impuestas por el vínculo con la intención de beneficiarse de las ventajas psicológicas derivadas de formar parte del mismo. Como menciona Kaës (citado en Benhaim, 2012), “el grupo impone al sujeto un cierto número de coacciones psíquicas, que conciernen los abandonos, los renunciamentos o la eliminación de una parte de la realidad psíquica. El grupo también prescribe vías de cumplimiento: exige cooperación, desvía la represión... A cambio asume un cierto número de beneficios en favor del sujeto, por ejemplo la edificación de mecanismos de defensa colectivos o la participación en las funciones de ideal”. El sujeto, de esta forma, se beneficia no solo de las cualidades propias del vínculo, sino que utiliza éste como vehículo para lograr cubrir una serie de necesidades básicas propias. Aquellos individuos capaces de redes interpersonales más complejas contarán con más recursos para afrontar las demandas del mundo externo y, al mismo tiempo, dispondrán de mejores estrategias para satisfacer sus propias necesidades. La psique de cada individuo se nutre de los vínculos y de las posibilidades que ofrecen éstos para lograr su propio desarrollo óptimo.

Vínculo: fantasías compartidas

El vincularse y formar relaciones significativas es algo innato en el ser humano, es una necesidad básica más que, a su vez, ayuda a satisfacer otras necesidades primarias del individuo. Los vínculos que se forman ayudan al individuo a establecer una red de relaciones con seres significativos que son necesarias para el desarrollo saludable en un animal social como es el ser humano. Es innato también en el ser humano fantasear sobre uno mismo y sobre el mundo que le rodea. Estas

fantasías comienzan a elaborarse tan pronto como la psique del niño empieza desarrollarse. El contenido de estas primeras fantasías dependerá, en gran medida, de la manera en que las necesidades primarias se vean satisfechas. Las fantasías originarias universales son comunes a los seres humanos, se producen antes del registro lingüístico verbal y dependen de las experiencias vividas en interacción con la madre (Jaroslavsky, 2012).

Cuando un vínculo comienza a crearse entre dos o más individuos, la puesta en común a nivel inconsciente de estas fantasías se lleva a cabo, y, de esta manera, comienza a tejerse la relación. Según Winnicott (citado en Jaroslavsky, 2010) los vínculos nacen por la necesidad de transmitir. La transmisión inconsciente opera en las alianzas circulando contenidos, emociones, afectos, historias, significados, y se modifica en su contenido con la experiencia, no en su proceso. Consecuentemente los vínculos están cargados de componentes emocionales y conllevan la puesta en común de las fantasías individuales de cada uno de los miembros. Del manejo y gestión de esta materia psíquica dependerá el bienestar y la calidad de los vínculos formados. Según Winnicott (citado en Jaroslavsky, 2010), “las alianzas y los pactos inconscientes tejen las redes cuyos nudos son puntos de tensión expuestos en palabras, actos y gestos” y “el espacio del vínculo está siempre impregnado de proyecciones, pero las más flexibles, menos masivas, permitirán una potencialidad de creatividad, puesto que el otro podrá actuar desde su realidad psíquica”. El vínculo se formará en la conversación entre las fantasías individuales y compartidas, y el resultado de esta dialéctica será la relación que se establece entre los individuos, que es la representante del vínculo. Según Jaroslavsky (2015), “el hecho de que varios individuos estén juntos no los define como un grupo desde el punto de vista psicoanalítico. Cuando comparten una fantasía inconsciente en común, tendremos las condiciones para que se forme un grupo”. La gestión de estas fantasías comunes será lo que defina el tipo y la calidad del vínculo que se forme.

Diferencias entre apego y vínculo

Si bien los conceptos de apego y vínculo pueden confundirse y, como decíamos, se observa en la literatura que muchos autores los emplean indiscriminadamente, una vez se analiza en profundidad se observan diferencias significativas entre ellos.

1. *Concreto versus general*

El apego, definido en el marco de la teoría de Bowlby, es un sistema de habilidades y comportamientos concretos que ayudan al sujeto a obtener o mantener la proximidad necesaria respecto a otro individuo que es considerado con más capacidades para afrontar las exigencias del mundo exterior. Este sistema se puede activar, sea durante un periodo de ausencia de la figura principal de apego, sea ante el retorno de la misma en una situación de re-encuentro. El tipo o la calidad del apego del niño hacia la figura principal de apego se observa a través de los comportamientos de apego que demuestra el niño en dichas situaciones. Estos comportamientos vienen determinados por experiencias previas y se pueden clasificar en cuatro tipos diferentes: apego seguro, inseguro-ambivalente, inseguro-preocupado y desorganizado, que engloban las reacciones de los infantes ante las situaciones de re-encuentro.

El apego es entendido como una necesidad más del bebé y como tal se la define como única y diferente al resto de necesidades básicas. Cuenta con estrategias propias que se ponen en funcionamiento cuando el sistema de apego se activa, y tienen como objetivo asegurarse la proximidad y la disponibilidad física y emocional de la figura principal. Así, el niño puede buscar a la madre y calmarse junto a ella, niño con apego seguro; o puede ignorar a la madre y no mostrar su frustración, niño con apego evitativo; o podría continuar con su situación de estrés, incluso con su madre intentando calmarlo, niño con apego preocupado. El sistema de apego propio de cada niño se activará en situaciones de ausencia y de re-encuentro con la figura principal. Estas pueden ser situaciones naturales en la vida cotidiana de los infantes, como un re-encuentro a la salida del colegio, o situaciones controladas en un laboratorio recreadas artificialmente con el fin de observarlas y estudiarlas.

Por otro lado, el concepto de vínculo es frecuentemente utilizado en la mayoría de los casos de manera no específica, haciendo referencia a un amplio abanico de relaciones y comportamientos. Generalmente se habla de vínculo para hablar de la unión entre dos o más personas, como la de madre-bebé, pero pueden darse muchos tipos diferentes de vínculos, a muchos y diferentes niveles, y este tipo de unión suele llevar asociados componentes afectivos. Podemos ver que en la literatura se habla desde el vínculo que se forma en el período pre-natal, puramente biológico, —y que es el sustento que hace posible el desarrollo del embrión— al vínculo familiar que une a todos los miembros de una familia y los hace compartir experiencias, fantasías y sueños, hasta el vínculo que se desarrolla entre el paciente y el psicólogo durante su relación terapéutica. No existe un único tipo de vínculo ni un modo único de vincularse con los demás, es amplio el abanico de modos relacionales y los resultados son de gran variedad también.

Establecer vínculos a lo largo de nuestras vidas parece ser parte de las necesidades básicas del ser humano como animal social. Estas uniones cubren las necesidades relacionales propias del individuo y también ayudan a cubrir otras necesidades, como pueden ser las fisiológicas y biológicas más primarias —la necesidad de sustento que hace al niño dependiente total de la madre—, o necesidades evolutivamente más avanzadas, como son las afectivas o la necesidad de realización del ser humano. Es por ello que desarrollar y mantener vínculos importantes a lo largo de nuestras vidas es fundamental para nuestro bienestar psicológico y emocional a muchos niveles. Estas uniones especiales nos proporcionan seguridad, nos ayudan a desarrollarnos física y psicológicamente, hacen que nos sintamos queridos o que formamos parte de un grupo.

2. Dimensión temporal

El sistema de apego se desarrolla en el niño a partir de los seis meses. Previamente el niño muestra un abanico de reacciones o comportamientos que están dirigidos a captar la atención del mundo exterior de manera general, y no dirigidos a una persona en particular. En cambio, una vez se desarrolla el sistema de apego, los niños presentan un conjunto de comportamientos bien

diferenciados y estructurados, dirigidos a la figura de apego principal. Es decir, el niño necesita un periodo previo de maduración para que el sistema de apego se desarrolle. De esta manera las estructuras mentales propias del sistema de apego se desarrollan en el niño durante un periodo determinado en el tiempo y contando con un entorno capaz de dar atención y apoyo a través de la figura principal.

De la misma manera, es importante apuntar la opinión de diferentes autores cuando sostienen que el apego, una vez desarrollado durante la infancia, puede modificarse en etapas posteriores. De esta manera, relaciones de apego inseguras durante la infancia pueden tornarse en relaciones de apego seguro en etapas adultas; o individuos con relaciones de apego inseguras en su infancia pueden desarrollar relaciones seguras en la vida adulta, si se dan las circunstancias necesarias. Este aspecto optimista del apego es uno de los puntos clave de esta teoría, ya que implica flexibilidad en las estructuras mentales relacionadas con el sistema de apego y da espacio para una reestructuración de las mismas. Esta circunstancia posibilita que un sujeto que haya desarrollado un tipo de apego inseguro hacia su figura principal durante la infancia, pueda encontrar una figura con la que desarrollar un tipo de apego seguro en etapas posteriores y, de esta manera, beneficiarse de los efectos positivos asociados a estilos vinculares seguros.

El vínculo, por su parte, no parece tener una limitación temporal. Pueden establecerse vínculos a diferentes edades y niveles de desarrollo psicológico. De hecho, se establece un vínculo entre la madre y el bebé mientras éste todavía está en el vientre materno. Esta unión, puramente biológica en el primer momento, pasa a ser una unión emocional y afectiva que deja una huella que será la base de todos los vínculos futuros a desarrollar.

El vincularse parece ser algo innato en el ser humano y algo que va a seguir buscando durante toda su existencia. Esta búsqueda de relaciones con otros seres significativos parece ser, no solo una necesidad en sí misma, sino que ayuda a cubrir diferentes necesidades a lo largo de la vida, como la necesidad de comida o la necesidad de cobijo. Contar con este tipo de lazos afectivos ayuda a que el niño se sienta protegido, a que el adolescente se sienta entendido o a que

el adulto se sienta realizado. La fuerza de los vínculos consigue llegar a muchos aspectos del desarrollo psicológico y, de esta manera, influye constantemente en la vida de los individuos.

3. Individual versus grupal

El apego se forma con el cuidador principal del bebé, que generalmente es la madre, pero puede ser el padre o cualquier otra persona que cumpla la función de ofrecer seguridad y protección al niño. El apego puede establecerse también con otras personas, pero se considera que la relación de apego principal es la referencia para el resto y que generalmente el individuo desarrolla pocas relaciones de apego a lo largo de su vida. Si bien durante los primeros meses de vida del bebé, mientras se forma el sistema de apego, los comportamientos de apego son indiscriminados y van dirigidos hacia el mundo exterior de manera general, sin tener un objetivo concreto, a partir de los seis meses estos comportamientos de apego son dirigidos hacia la figura de apego principal y se empieza a desarrollar la relación de apego como tal. Esta relación de apego se establece siempre entre el niño y otra persona, no es posible incluir un tercero en esta dualidad. Si bien es posible que el niño desarrolle dos relaciones de apego diferenciadas y cualitativamente distintas entre las dos figuras parentales principales —por ejemplo, seguro con la madre y evitativo con el padre— éstas serán siempre relaciones duales y no aceptan un tercero en la misma. La idea de un apego grupal está poco desarrollada.

El vínculo, por otra parte, no parece verse limitado a una relación dual ni a un número concreto de personas con las que se pueda formar, está abierto a formarse entre varios. El vínculo puede establecerse con varias personas a la vez o incluso con un grupo de personas, independientemente del número de integrantes con las que se comparte un espacio, un objetivo o una esperanza, y en las que el vínculo actúa como nexo de unión entre todas ellas. Si bien las relaciones de apego significativas son duales y generalmente poco frecuentes a lo largo de la vida, las asociaciones vinculares aparecen continuamente dentro de un desarrollo psico-emocional normal, desde la formación más básica y primitiva, como es el vínculo madre-hijo que se desarrolla

en el vientre materno, hasta vínculos más complejos como los familiares, que recogen las relaciones entre los miembros, así como los sueños, ideas y fantasías compartidas de los mismos.

Conclusión

La investigación en torno a la *teoría del apego* se está convirtiendo en una de las corrientes más importantes en la actualidad. Por eso es importante entender que el *concepto de apego* define unos comportamientos y unas estrategias de relación específicas en el niño y en los adultos destinadas a cubrir unas necesidades propias, diferentes de otras necesidades básicas como las de afiliación o cobijo. La manera en la que la díada madre-niño gestione la resolución de estas necesidades intrínsecas determinará la *relación de apego*, más o menos segura, que se establecerá entre ellos. En este sentido se diferencia de otras relaciones vinculares que tiene el niño y que no son específicas del sistema definido por John Bowlby.

El *vínculo*, frecuentemente confundido con el *apego*, es un concepto más amplio y que compromete una mayor variedad de comportamientos y modos relacionales. Vincularse es algo innato en el ser humano y es básico para el correcto desarrollo psico-emocional. Es por ello que las relaciones vinculares no solo sirven como fuente para las necesidades vinculares propias, sino que ayudan a satisfacer otra serie de necesidades primarias.

Dada esta tendencia a la confusión entre conceptos que implican procesos y mecanismos diferentes, es importante que en la literatura se utilice la palabra *apego* únicamente cuando nos refiramos a este sistema concreto de estrategias que hemos mencionado. El mal uso de este concepto y la utilización del mismo de manera indiscriminada, confundiéndolo, por ejemplo, con la idea del *vínculo*, implican una interpretación errónea de la teoría original de Bowlby.

El uso estricto de las palabras *apego* y *relaciones de apego*, nos va a permitir ser capaces de elaborar un marco teórico apropiado, sabiendo en cada momento cuales son las dinámicas que están en juego y pudiendo entenderlas y abordarlas de manera más efectiva.

Referencias bibliográficas

Ainsworth, M.D.S. (1969), "Object relations, dependency and attachment: A theoretical review of the infant-mother relationship", *Child Development*, núm. 40, pp. 969-1065.

Benhaim, D. (2012), "Intersubjetividad y vínculo", *Psicoanálisis e intersubjetividad*, núm. 6, pp. 5-11, www.intersubjetividad.com.ar/website/default.asp

Bernard, M. (2006). Vínculos y relación de objeto. *Psicoanálisis & Intersubjetividad*, 1, www.intersubjetividad.com.ar

Bion, W. R. (1992), *Cogitations*, London, Karnac.

Bowlby, J. (1988), *A secure base: parent-child attachment and healthy human development*, London, Routledge.

Bowlby, J. (1989), *The Making and Breaking of Affectional Bonds*, Oxon, Routledge.

Bretherton, I. (1992), "The origins of attachment theory: John Bowlby and Mary Ainsworth", *Developmental psychology*, núm. 28(5), pp. 759-775.

Jaroslavsky, E.A. (2006), "El modelo vincular franco-argentino contemporáneo", *Psicoanálisis e Intersubjetividad*, núm. 1, <http://www.intersubjetividad.com.ar>

Jaroslavsky, E.A. (2010), "Entrevista a René Kaës", *Psicoanálisis e Intersubjetividad*, núm. 5, www.intersubjetividad.com.ar

Jaroslavsky, E.A., Morosini, I. (2012), “El vínculo en psicoanálisis”, *Psicoanálisis e Intersubjetividad*, núm. 6, www.intersubjetividad.com.ar

Jaroslavsky, E.A. (2015), “El vínculo primario: la matriz del vínculo”, *Psicoanálisis e Intersubjetividad*, núm. 8, <http://www.intersubjetividad.com.ar>

Schaffer, H.R., Emerson, P.E. (1964), “The development of social attachments in infancy”, *Monographs of the society for research in child development*, pp. 1-77.

Wallin, D.J. (2007), *Attachment in psychotherapy*, New York, The Guilford Press.

Resumen

El *apego* y el *vínculo* son dos conceptos diferentes que se utilizan erróneamente como sinónimos de manera frecuente en la literatura. Las investigaciones que exploran los estilos de *apego* que se desarrollan entre familiares, amigos, etc., crecen de manera exponencial y por ello es importante que la definición y uso del concepto sea el correcto. En este artículo definimos por separado ambos términos y exponemos la diferencia entre ellos, con la intención de promover el uso correcto y diferenciado de ambos.

Palabras clave: apego, vínculo, modos relacionales, necesidades básicas.

Summary

Attachment and linkage are two different concepts that are misused as synonyms frequently in the literature. The research on the attachment styles that are developed within the family or the friends environment keeps growing at fast pace and on this context the definition and use of the concept must be the appropriate one. In this article we define both concepts separately and we provide the differences between them. Our intention is to support and promote the correct and differentiated use of these two.

Keywords: attachment, linkage, relationship styles, basic needs.

Iker Burutxaga
Universidad Ramón Llull, FPCEE Blanquerna,
email: buru84@gmail.com

Carles Pérez-Testor
Universidad Ramón Llull, FPCEE Blanquerna,
IUSM Vidal i Barraquer.

Margarita Ibáñez
Servicio de Psiquiatría Hospital Sant Joan de Déu, Universidad de Barcelona.

Sergi de Diego
Universitat Ramón Llull, IUSM Vidal i Barraquer.

Marta Golanó
Fundació Catalana Síndrome de Dawn.

Elisabeth Ballús
Universidad Ramón Llull, FPCEE Blanquerna.

Josep A. Castillo
Universidad Ramón Llull, FPCEE Blanquerna.