



## La situación extraña: una técnica para evaluar el apego infantil

**Mary Ainsworth desarrolla en 1960 la primera herramienta para evaluar el tipo de apego en niños.**

**E**ste método ayuda a establecer el estilo de apego de los bebés y los niños y niñas de menor edad. Los primeros años de vida del niño se caracterizan por un conjunto de cambios significativos, en los que el desarrollo emocional y el establecimiento de vínculos sociales cobran especial relevancia. Esto ha llevado a los profesionales de la psicología a profundizar en las relaciones de seguridad y protección que se establecen entre los bebés y sus cuidadores principales. **La aportación más destacada es la Teoría del Apego**, desarrollada por **John Bowlby** entre 1969 y 1980.

**E**l apego hace referencia al vínculo emocional, afectivo e intenso que se establece entre un bebé y su cuidador principal, generalmente la madre o el padre. Este estilo de vinculación se inicia en la infancia, en torno a los 3 meses de edad, y se prolonga a lo largo de la vida, en las relaciones con amigos, parejas e hijos. De este modo, la actitud de los padres hacia sus hijos y el tipo de apego que se establece entre ambos va a determinar la calidad de los vínculos emocionales que establecerá el bebé a lo largo de su vida.

**S**i bien Bowlby asentó las bases de esta teoría, fue la psicóloga Mary Ainsworth, quién en 1960 elaboró la **primera técnica de evaluación del apego**, conocida como **"Situación extraña"**. Veamos en qué consiste.



## La técnica de La Situación Extraña

**E**sta es una técnica diseñada por la psicóloga Mary Ainsworth y utilizada en la Psicología del Desarrollo con el fin de determinar la naturaleza del estilo de apego en niños a partir de 12 meses de edad. Dicha técnica implica estudiar al niño en condiciones de laboratorio, en interacción con su cuidador principal y un adulto extraño, simulando tres tipos de situaciones:

- Interacciones naturales entre el cuidador y el niño o niña **en presencia de juguetes.**
- Separaciones breves del cuidador y **encuentros breves con un individuo extraño.**
- Episodios de reunión con el cuidador.

**E**l experimento se realizó en una pequeña habitación con cristal univisión, a fin de observar el comportamiento del bebé de forma encubierta. La muestra estaba compuesta de 100 familias estadounidenses de clase media, con bebés de entre 12 y 18 meses.

### El procedimiento a seguir

**E**l procedimiento consistió en observar el comportamiento del bebé en una serie de 8 episodios que duraron aproximadamente 3 minutos cada uno, pudiéndose acortar si el bebé se encontraba excesivamente angustiado. **A continuación, se presentan las diferentes etapas del experimento:**



### **1. Madre, bebé y experimentador**

En esa fase, el observador **introduce a la madre y al bebé en una sala experimental con juguetes**. Dura aproximadamente 30 segundos.

### **2. Madre y bebé**

En este episodio, **el bebé se dedica a explorar la sala y los juguetes**, mientras que la madre no participa de la actividad.

### **3. El extraño se une a la madre e hijo**

Es el momento en que entra un desconocido a la sala. Durante el primer minuto permanece en silencio, para conversar con la madre en el segundo minuto. Durante el tercer minuto, **el desconocido comienza a aproximarse al bebé**.

### **4. La madre deja al bebé y al extraño solos**

Es el primer episodio de separación en el que **la madre abandona la sala**. La conducta del desconocido se coordina con la del bebé.

### **5. La madre regresa y el extraño se va**

Es el primer episodio de reencuentro. **La madre entra, saluda y reconforta al bebé**, intentando que éste vuelva a su actividad de juego.



## **6. La madre se va, abandonando al bebé**

Se trata de la segunda fase de separación.

## **7. Vuelve el extraño**

Continúa la separación de la madre, pero ahora entra el extraño para intentar interactuar con el bebé

## **8. La madre regresa y un extraño se va**

Es el segundo episodio de reencuentro en el que entra la madre, coge al bebé en brazos y el extraño abandona la sala.

## **Clasificación de los estilos de apego**

**L**as clasificaciones del apego se basan principalmente en la observación de 4 comportamientos de interacción dirigidos hacia la madre en los dos episodios de reunión (Episodios 5 y 8). Estos comportamientos son:

- **Proximidad y búsqueda de contacto.**
- Contacto manteniendo.
- **Evitación de la proximidad** y el contacto.
- Resistencia al contacto y reconfortación.



**E**l observador anota el comportamiento que se muestra durante intervalos de 15 segundos y califica la intensidad del comportamiento en una escala de 1 a 7. Al terminar la observación, se establecen tres estilos de apego para describir a la vinculación que manifiestan los bebés con sus madres.

### 1. Apego Seguro

**Los bebés se sienten seguros para explorar libremente durante los episodios de separación.** Muestran angustia cuando la madre se va y reaccionan con entusiasmo cuando vuelve. Esta pauta se dio en el 65% de los bebés.

### 2. Apego Evitativo

Los bebés incluidos en esta pauta se describen como inseguros-evitativos. **Muestran poca angustia ante la separación y cuando la madre vuelve tienden a evitarla.** Este caso se dio en un 25% de los bebés.

### 3. Apego Ambivalente

El bebé da muestra de angustia a lo largo de todo el procedimiento, especialmente durante la separación. **Las reuniones con quien le cuida producen una mezcla de liberación enfado** dirigido al mismo. Esta pauta se dio sólo en un 10% de los bebés.

#### Referencias bibliográficas:

- Bowlbz, J. (1993). El apego: el apego y la pérdida. Paidós Ibérica.
- Wallin, D. (2012). El apego en psicoterapia. Desclée De Brouwer.