

*Apego en menores
víctimas de violencia:
trabajando el vínculo madre hijo/a*

Begoña Lago

Duérmeme mi niño que viene el coco

II Jornada Área de mujer de **Intress**



Madrid, Octubre 2009

ÍNDICE

I. INTRODUCCIÓN.

- Tipos de vínculo
- Por qué trabajamos en desarrollo de un vínculo seguro
- Historia de trauma infantil de las mujeres víctimas de violencia de género

II. INTERVENCIÓN

- Qué tiene que pasar para que se desarrolle un vínculo seguro
- Modalidades de intervención
 - Cómo trabajar la interacción madre-hija
 - Cómo trabajar aspectos particulares de la madre
 - Cómo trabajar aspectos particulares de la niña

I. INTRODUCCIÓN

1. Tipos de vínculo, según la “situación extraña” de Ainsworth

a) **vínculo seguro**: lloraba cuando la madre se iba de la sala y dejaba de explorar; se calmaba cuando la madre volvía y se restablecía la conducta de exploración,

b) **vínculo ansioso/evitativo**: el niñ@ no mostraba ansiedad ante la separación de la madre y, cuando volvía, no la buscaba, sino que la evitaba,

c) **vínculo ansioso/resistente**: el niñ@ muestra un nivel alto de estrés ante la separación de la madre, menor conducta exploratoria y de juego, pero la vuelta de la madre no parece calmarl@ y continúa con llanto inconsolable. La ansiedad y el enfado del niñ@ impide que éste encuentre consuelo en la madre,

d) **vínculo desorganizado**: el niñ@ parece querer escapar de la situación, incluso estando la madre presente y su conducta no sigue un objetivo específico. Conductas típicas son: quedarse inmóvil, dar palmas o balancear la cabeza, etc.

Tipo de vínculo y características

- El **vínculo seguro** es consecuencia de una experiencia positiva con la madre. Ante una situación de estrés emocional, la madre tranquiliza a su hija, restableciendo un estado emocional organizado.
- L@s niñ@s que muestran un **vínculo ansioso/evitativo**, se piensa que, cuando han tenido experiencias emocionales negativas, la madre no ha ayudado a calmarlos y a restablecer su nivel de activación emocional normal o, incluso, ha llegado a provocar situaciones de estrés ella misma.
- L@s niñ@s con un **vínculo resistente** tienen un umbral muy bajo de respuesta ante la amenaza y se sienten frustrados, incluso, cuando la madre está disponible, con lo que no son capaces de regular ese nivel alto de activación e incrementan su conducta de estrés emocional, posiblemente, para provocar la respuesta de cuidado de su madre.
- L@sniñ@s que muestran un **vínculo desorganizado** han tenido madres, probablemente, que han supuesto tanto amenaza como seguridad para la niña, por lo que, cuando se activa el sistema de apego, se produce un conflicto de motivaciones. Historia de múltiples separaciones, de conflicto marital intenso y negligencia grave o abuso sexual están en la base de este patrón de apego.

2. Por qué trabajar en un vínculo seguro

- Fonagy: las relaciones de apego juegan un papel fundamental en la transmisión transgeneracional de la privación (afectiva). Los adultos con un patrón de apego seguro tienen una probabilidad, tres o cuatro veces, más alta de tener niños que desarrollan un vínculo seguro
- Bowlby: el patrón de apego se mantiene estable a lo largo de la vida y en las futuras relaciones afectivas
- El patrón de apego seguro es un buen factor de predicción de la capacidad metacognitiva, en memoria, comprensión y comunicación, según Fonagy (2004)
- La seguridad en el patrón de apego está significativamente relacionada con las habilidades simbólicas y con la "teoría de la mente"
- Los niños con apego seguro muestran mayor empatía, mayor capacidad de relación social y de reciprocidad
- Un patrón de apego seguro es un factor de resiliencia y protección. Las consecuencias de un vínculo inseguro o ambivalente pueden ser depresión, conducta disocial, etc.

3. Historia de trauma infantil en las mujeres de la casa de acogida

La historia personal de trauma de las mujeres en casa de acogida, así como, sus dificultades sociales, legales y económicas en el presente dificultan el desarrollo de un vínculo seguro en su hija. Como ejemplo, de un total de 10 mujeres ingresadas en una casa de acogida, 7 han sufrido maltrato infantil y otras cuatro han sufrido abuso sexual en la infancia. En el trabajo con ellas y sus hijas esta información nos ayudará a entender sus dificultades como madre y su rechazo, muchas veces, hacia sus hijas.

II. INTERVENCIÓN

Con las menores que han presenciado o sufrido maltrato hay dos trabajos que hay que combinar: el trabajo en vínculo y el trabajo en trauma. Cualquier trabajo con menores y, más si cabe, el trabajo en trauma requiere de la participación de las figuras protectoras en el entorno de la menor. En las casas de acogida, estas figuras son la madre, las otras madres y todo el equipo social. Cuando las niñas viven a sus madres como personas con empatía, que responden a sus necesidades físicas y emocionales, que les proporcionan seguridad y estructura en sus vidas, cuando están rodeadas de adultos en los que pueden confiar, el proceso de superación del trauma está iniciado. Por tanto, para poder trabajar en trauma, muchas veces, tenemos primero que trabajar en vínculo. Además, la niña necesita haber establecido un vínculo seguro que le dé confianza para dejarse ayudar, para que pueda ceder el control a los adultos que son los únicos que pueden proporcionarle esa seguridad.

Las intervenciones para mejorar el vínculo madre-hija son directas a cambiar conductas, creencias, sentimientos, etc. e indirectas a mejorar la situación social, legal, económica, etc. de la madre y de sus hijas/os. Por tanto, requiere del trabajo de un equipo multidisciplinar. Si tenemos a una madre abrumada por su situación económica y personal o agotada por la demanda física de su hija hiperactiva o con síntomas graves de estrés postraumático, tendremos que aliviar su situación para que pueda concentrar sus energías y esfuerzos en la crianza de sus hijas y no en la supervivencia.

A) Qué tiene que pasar para que se forme un vínculo seguro:

- ❖ **Que la madre asuma con responsabilidad y aceptación el papel de figura protectora y agente de su cuidado físico y emocional.** Algunas madres se sienten abrumadas por la responsabilidad, otras tienen un estado de ánimo que no les permite atender a sus hijas, otras han sufrido abandono afectivo y abuso en la infancia y carecen de referente con el que identificarse
- ❖ **Que el niño identifique a la madre como figura de protección y de satisfacción de sus necesidades físicas y emocionales.**
- ❖ **Que los dos lleguen a tener una interacción gratificante**

B) Modalidades de intervención

1. Trabajo en la interacción madre-hija: dirigido a mejorar la relación afectiva entre ambas (la satisfacción de estar juntas, la comunicación de deseos y necesidades, etc.)
2. Trabajo con la madre: dirigido a mejorar la atención y el cuidado hacia su hija, sus habilidades de escucha y de manejo de conducta y la relación con su hija
3. Trabajo con la niña: dirigido a mejorar su capacidad de regulación emocional y el vínculo con su madre

Por tanto, la intervención va dirigida a mejorar aspectos particulares en la niña, particulares en la madre y en la interacción entre ambas.

1. Cómo trabajar la interacción madre-hija/o.

En primer lugar, es importante facilitar un espacio que favorezca la expresión del niño y la comprensión de la madre de su conducta, mostrar a la madre la cadena conducta madre-hijo-madre-hijo, situación donde se pueda mostrar lo mejor del niño, donde la madre esté contenida en su agresividad verbal, que le lleve a disfrutar de su hijo y que lo ayude a disminuir su estado de actividad elevada (hyperarousal) y calmarse físicamente.

Utilizo las técnicas de terapia de juego basadas en el apego, del Theraplay Institute of Chicago, de Ann M. Jernberg y Phyllis B. Booth. Estas técnicas proporcionan una estructura a

través de juegos de contenido físico, que resultan atractivos a la niña. El aspecto fundamental es el uso del contacto físico para desarrollar un vínculo seguro, que es lo natural en una relación madre-hija/o, el contacto físico desde el parto. El juego les ayuda a modificar la experiencia que tienen de ellos mismos como seres frágiles y con experiencias emocionales negativas a sentirse fuertes y con habilidades, a través de actividades físicas: saltar, correr, empujar, tirar, a través de interacciones con adultos en juegos de dar y tomar .

a) **Dificultades del niñ@ a tratar en terapia de juego basada en el vínculo**

- en **aceptar el control del adulto**: muchas veces, estos niños y niñas han tenido que ser responsables de su propia supervivencia y dejar que otro se encargue de ella la pone en peligro. Este problema se trata a través de la estructura durante el juego, durante períodos cortos de tiempo, en los que el niño va a adquiriendo confianza y seguridad en las figuras protectoras.
- al **aceptar y relacionarse con los demás**: algunos niños evitan el contacto visual, el contacto físico, rechazan que les den besos o abrazos, exhiben un comportamiento aparentemente amistoso, pero es superficial y tienen pocas habilidades para relacionarse con los demás, estos niños suelen exhibir unas conductas de supervivencia. En la intervención, se atiende a este aspecto revisando sus cualidades físicas en detalle: sus ojos, sus pestañas, la sonrisa, la fuerza, etc. Normalmente, les resulta gratificante y mantienen el contacto visual y la atención. El objetivo es prolongar la sensación de conexión emocional el más tiempo posible.
- al **aceptar que lo cuiden**, tanto su madre como las figuras de protección alrededor. Algunos autores piensan que, para los supervivientes de un trauma, la intimidad es una amenaza, “no puedo confiar en nadie para que me cuide, así que, me cuidaré yo solo”. A veces, aceptan el cuidado si ellos lo piden, pero no si es otra la que lo ofrece. Este es uno de los aspectos que más angustia puede provocar en la madre. Algunas de ellas no se sienten cómodas con esta proximidad física, probablemente por su historia personal, otras pueden temer que la niña las rechace, puede que la niña rechace el contacto físico al principio y que la madre no se sienta capaz de esperar. Aún así, se debe siempre atender a sus necesidades emocionales de cada momento, aunque sea decepcionante que rechace el cuidado en otras ocasiones. Es muy importante que la madre y terapeuta estén atentas a lo que dice la expresión facial del niño, para poder dar una respuesta que refleje su propia emoción (mirroring) (si parece que algo le ha disgustado “vaya, eso parece que no te ha gustado”). Nunca se debe pedir a la madre que lo haga sin haberlo hecho antes la terapeuta y sin saber que van a tener éxito seguro.

- **en sus capacidades y en que son merecedores de cariño.** El trauma hace que el niño se cuestione sus capacidades y, por tanto, su autoestima sufre un deterioro. También, provoca que se cuestione si es merecedor del cariño y atención de los demás o si es culpable de lo que le ha sucedido. El objetivo de la intervención para modificar estos aspectos es encontrar juegos en los que la niña pueda tener una experiencia positiva al poner en práctica sus habilidades y que pueda sentir que tiene capacidad. Muchas veces, esta falta de habilidad es real, estos niños pueden tener dificultades en muchas áreas y la vivencia de ellos mismos es negativa. Intentaremos disponer su entorno y encargarle unas tareas de tal manera que tengan experiencias positivas, en las que ellos se sientan capaces. No importa que sean tareas o actividades propias de niños más pequeños, porque lo primero es atender a sus necesidades emocionales y, éstas, piden tener experiencias positivas. Algunas madres, sin embargo, están encantadas con adquisiciones precoces y refuerzan ciertas conductas independientes de sus hijas, pero que son inapropiadas a su desarrollo. Muchas veces, estas conductas le sirven a la niña para mantener distancia de la madre y evitar que la madre la cuide.
- en la **regulación y expresión de emociones.** Ésta es la gran preocupación de madres y personas que rodean a la niña. Irritada, cualquier cambio inesperado o cualquier decepción en sus expectativas, se convierte en una experiencia imposible de afrontar emocionalmente y estalla en rabia, llanto, negatividad, agresividad. Muchas de estas niñas, además, tienen dificultades para identificar las emociones.

b) Cuatro aspectos a considerar al planificar una sesión de juego basado en el apego:

- **Estructura:** los adultos dirigen la actividad, tienen conocimiento y experiencia y ponen las normas del juego, dicen cuándo empieza y cuándo acaba y qué tipo de actividades están permitidas, ponen límites en los juegos corporales, etc.
- **Interés:** presentar a los niños juegos que susciten su interés
- **Cuidado emocional:** terapeutas y padres utilizan el contacto físico, directo o indirecto, para mostrar cuidado y cariño, para calmar y consolar al niño/a.
- **Desafío:** se le presentarán situaciones nuevas para que siga desarrollándose y para mejorar su autonomía e independencia. Le sirve para tener una sensación de control y de competencia, ya que las actividades se planifican de tal manera que el niño siempre tiene éxito en la tarea.

c) Sesión de juego usando técnicas basadas en el apego

Deben alternarse tareas regresivas y de juego con tareas exigentes que demanden un poco de tensión. Cuando la madre abandona la sala y vuelve, se empleará una tarea de cuidado para retomar la relación.

❖ **Estructura**

- ritual al recibir a la niña y al despedirla: identificar cada rasgo físico y ponerle adjetivo (sus ojos, su sonrisa, la fuerza, rasgos sobresalientes), pedirle un abrazo o beso al llegar y al despedirse
- tener material preparado, sin darle a elegir
- actividades en las que el adulto esté siempre involucrado, bien ayudando, dirigiendo o siendo parte del juego
- el adulto siempre decide y dirige la actividad
- cambiar de actividad cuando observemos signos de cansancio en la niña
- recoger los juguetes al final de la sesión,

❖ **Interés**

Decidir qué juego es apropiado según las características y dificultades de la niña

- Guerra de almohadones, cu- cú tras, pegar nubes o manzanas en un mural, pintarse la cara, soplar la barriguita, contar los dedos de los pies y de las manos, poner cojines en la barriga y soplar cuando se lo quitamos
- Esconderse detrás del cojín, esconder algo y buscarlo, pintarse la cara, subirse a un montón de cojines y saltar hacia mamá, ésta sujetando las manos de su hija para ayudarla
- Hacer huellas de familia, burbujas, comerse un donut por los lados mientras mamá sujeta el donut por el agujero y que no se le rompa
- Con papel higiénico, hacer sombreros, bufandas, adornos, unir una a la otra con el papel, con muchas vueltas, dejar brazos libres y desunirse sin romperlo, con mucho cuidado
- Disfrazar una a la otra, le pone el sombrero, le arregla el pelo, etc.
- Esconder la cara detrás de un cojín y aparecer con una expresión exagerada al principio, más ajustada a la realidad, después. Pintar caras con expresiones y adivinar qué emoción es. Cuerpo alegre, enfadado, asustado, tapando la cabeza y adivinando por la postura del cuerpo.
- Etc.

❖ **Cuidado emocional**

- contacto físico indirecto: tirarle un cojín, ponerle un punto de talco, tocarle distintas partes del cuerpo con un algodón, lavarle las manos, curarle heridas, etc.,
- contacto físico directo: la madre la coge, la toca, le arregla el pelo, le da un beso, etc.
- darse comida uno al otro, ponerle crema al bebé, contarle cómo era de bebé, cómo nació

❖ **Reto**

- Físico: empujando a mamá, a ver si me tiras, soplando un algodón, a ver si el algodón llega al borde, con adolescentes, pulsos de manos, etc.
- Intelectual: juego de memory, decir palabras extrañas, adivinar qué figura es mostrando una parte, etc.

2. Cómo trabajar aspectos particulares de la madre.

a) Objetivos del trabajo con la madre:

- Que identifique y atienda las necesidades físicas y emocionales de sus hijas teniendo en cuenta la etapa de desarrollo y la situación emocional en que se encuentran (si es un bebé: cuándo tiene hambre, cuándo tiene ganas de explorar, etc., si es adolescente: interpretar sus deseos de autonomía, sus problemas emocionales, etc.). Que muestre empatía y atención permaneciendo con ellos afectivamente cuando están irritados y disgustados. Que, antes de demandarle una tarea o conducta, siempre atienda a sus necesidades emocionales primero: si se siente irritada, calmarla, si se siente triste, consolarla.
- Que facilite la comunicación entre ella y su hija a través de habilidades de escucha y de conversaciones habituales, de tal manera que involucre a su hija en una relación más afectiva. Que utilice un tono de voz y un contacto físico adecuado como parte del cuidado natural y afectivo.
- Que ayude a su hija a mejorar en identificación y expresión de sentimientos. Siempre a través del cuidado y de la sintonía afectiva con la niña, la madre ayudará a su hija a regular sus emociones. Hay evidencia de que las conversaciones entre madre e hijo/a sobre sentimientos y motivos que hay detrás de la conducta de las personas o estados mentales está relacionado con una adquisición temprana de la función refleja. Poner palabras a esos estados mentales favorece la habilidad para leer la mente del otro. “está triste porque.., está enfadado porque.., estoy preocupada porque...”. Con los niños más pequeños, que no tienen lenguaje o tienen un lenguaje muy básico, se le ayudará con gestos.
- Que facilite un espacio y un tiempo organizados a las necesidades y características de sus hijas, de tal manera que el hogar transmita equilibrio y tranquilidad. Un ambiente que permita alegría en la relación madre-hija, que permita un juego y unas actividades divertidas y atractivas. La labor del equipo ayudando a la madre en este aspecto es muy importante.
- Que facilite la autonomía de su hija adaptada a su nivel de desarrollo y necesidades emocionales. Que ayude a su hija a realizar tareas estimulantes para construir competencia y autoestima.
- Que deje de utilizar el castigo físico como estrategia de manejo de conducta y que ejerza la autoridad sin herir los sentimientos de su hija ni humillarla.

b) Estrategias y herramientas en el trabajo con la madre

- Observaciones de la conducta de su hija
- registros de conducta
- psicoeducación
- se identifican actividades y estrategias
- ensayos de conducta con la madre
- se identifican y refuerzan sus recursos personales
- evaluación continua de las dificultades de la madre
- se señala de manera continua la reacción emocional positiva de su hijo cuando ella responde positivamente a sus necesidades emocionales, cuando le presta atención y cuidados adecuados

- se habla de su vivencia como madre cuando su hijo responde positivamente
- se cuestionan sus creencias
- se habla de su historia personal
- se le hace ver cómo afecta ésta a la relación con su hija

c) Modalidad de intervención

- **sesión individual:** ayudarla a reconocer patrones rígidos de conducta hacia sus hijos/as que no funcionan, ensayos, registros, expresar su angustia como madre, mostrar sus preocupaciones, identificar y reforzar sus logros, qué resistencias tiene a las interacciones físicas, verbales o emocionales con sus hijos, qué actividades y juegos con sus hijos no le resultan cómodos, de dónde vienen estas resistencias (falta de experiencia, vergüenza, falta de creatividad, miedo a que la rechacen)
 - **escuela de madres:** su vivencia como madre, cuestionar creencias y analizar de dónde provienen esas creencias, explorar cómo ha influido la violencia de género en su papel de madre, psicoeducación en desarrollo infantil y en consecuencias de la violencia de género en la infancia, estrategias de escucha y comunicación, estrategias de manejo de conductas
 - **casa:** modelar manejo en situaciones difíciles, habilidades de cuidado físico y emocional, organización del espacio y material
 - **generalización por parte del equipo:** refuerzo, señalamiento, apoyo, autoridad institucional
- 3. Cómo trabajar aspectos particulares del niño/a.**
- A través de juego basado en apego
 - A través del juego simbólico
 - A través de la interacción con la madre
 - Con otros niños

El juego es para el niño y la niña, un lugar de :

- Relajación: todas las tensiones y las numerosas frustraciones que el niño sufre diariamente se difuminan en el juego, siempre dispuestos a involucrarse en algún juego
- estado de ánimo elevado y estado de activación fisiológica y conductual: un niño, mientras juega y se divierte, está contento y activo
- autoorganización: proporciona un orden interno
- autocontrol: como tiene control sobre las acciones en el juego tiene autocontrol
- planificación: espacio y secuencia para cada juego
- ensayo de habilidades: entrenamiento en control de esfínteres, en conductas de autocontrol, en hábitos, en habilidades sociales, los muñecos pueden pelear, pero también pueden decir lo que sienten, también pueden hablar para resolver sus problemas, etc.
- competencia: en el juego, puedo ser superman , la mejor médica del mundo, la mejor futbolista, la mejor en mates, por tanto,
- elevar la autoestima

Duérmete mi niño que viene el coco

II Jornada Área de mujer de Intress



Madrid, Octubre 2009

- expresión emocional: agresividad, tristeza, lo que no pueden decir con palabras
- comprensión de la realidad y dar un sentido a sus vivencias: a través de la repetición de su realidad, de la secuencia de acontecimientos
- de ayudarlas a ver una realidad diferente a la que ellas han vivido o perciben: los muñecos “sufren”, la vida es triste y amenazante para ellos, pero también es divertida y hay gente protectora
- de actuar sobre la realidad sin riesgo, en una situación de seguridad y, por tanto, de plena expresión emocional: si están enfadados con alguien, pueden “matarlo” sin riesgo alguno, o chocar unos coches contra otros, etc
- establecer vínculo terapéutico

Muchos niños que han sufrido trauma, no juegan por distintas razones: están demasiado asustados para abandonar la necesidad de control que supone el juego y la fantasía; otros no saben jugar porque nunca han aprendido (fundamentalmente, por falta de estimulación) o no les estaba permitido jugar.

a) Juego basado en el apego

El juego basado en el apego les ayuda a sentir que jugar es seguro y bueno. El contacto físico y el juego que incluye los sentidos (tocar, hablar, oler, acariciar, alimentar, limpiar), les ayuda a estabilizar su mundo interno. Es la organización del medio la que pone en marcha un rasgo de estabilidad interna.

b) Juego simbólico

El juego simbólico con el adulto se utiliza no sólo como medio de expresión emocional, sino como instrumento para mejorar sus capacidades cognitivas y de regulación afectiva o emocional. En el juego con el niño, el adulto pone en relación sus ideas y sentimientos con la realidad y le ofrece una perspectiva diferente que está fuera de la mente del niño, le hace ver distintas alternativas a su manera de percibir la realidad y de actuar en ésta.

La seguridad en el apego está relacionada con mejores habilidades simbólicas y con mentalización precoz. Hay evidencia de que los niños de tres años con un vínculo seguro se involucran en juego cooperativo, tienen un juego simbólico más elaborado y una capacidad mayor para entender emociones del otro. Además, tiene una mayor capacidad para desarrollar juego simbólico más sofisticado y a solas. Es muy posible que el juego simbólico entre iguales o solo mejore la capacidad de entender el estado mental del otro.

El juego simbólico se utiliza, por tanto, para mitigar los déficits derivados de un apego no seguro.

c) Interacción con la madre

Duérmeme mi niño que viene el coco

II Jornada Área de mujer de **Intress**



Madrid, Octubre 2009

Se utiliza este tipo de intervención para convertir a la madre en co-terapeuta, para ayudar al niño a expresar sus necesidades, deseos y estados de ánimo a la madre, para que la madre le ayude a generalizar habilidades aprendidas, a través del señalamiento, prevención y refuerzo. Para ello, se entrena a la madre, a través de ensayos, en a) reconocer sus emociones, diciendo cómo ha mostrado esa emoción y con qué término la designamos: “el tono de tu voz y tu cara muestran enfado, ¿estás enfadada? “, y en b) validar sus emociones: “No me extraña que estés enfadada, yo también lo estaría en tu lugar”. Se le pedirá que lo generalice en el hogar.

d) **Interacción con iguales**

La relación entre iguales promueve la autoestima, la competencia y el estado de ánimo positivo, generalización, autonomía, resolución de conflictos, imitación, aprendizaje vicario, etc.

Los niños con apego seguro muestran mayor empatía, mayor capacidad de relación social, mejores habilidades sociales, mayor capacidad de reciprocidad y más orientados a las relaciones sociales.