

## APEGO EN LA ADOLESCENCIA

### ATTACHMENT DURING ADOLESCENCE

ALFREDO OLIVA DELGADO  
Departamento de Psicología Evolutiva y de la Educación  
Universidad de Sevilla

#### Resumen

La utilización de la teoría del apego para entender algunos de los cambios que se producen durante la adolescencia es cada vez más frecuente. En este artículo se analizan, a la luz de esta teoría, los cambios que tienen lugar tras la pubertad en las relaciones con los padres y con los iguales, y el surgimiento de las relaciones de pareja. Los distintos modelos de apego construidos en la primera infancia van a servir para predecir en gran medida cómo se desarrollan estos procesos relacionales. Así, la evidencia indica que los chicos y chicas con modelos seguros van a resolver mejor la tarea de conseguir autonomía emocional de sus padres, y también presentan un mejor desempeño en las relaciones amistosas y románticas. Por el contrario, los adolescentes preocupados/ambivalentes y auto-suficientes/evitativos no sólo muestran más dificultades relacionales, sino también un mayor desajuste emocional y comportamental. Muchos de los problemas que presentan estos sujetos inseguros están relacionados con sus limitaciones en la capacidad de regulación emocional que se ve muy influida por la seguridad en el vínculo de apego establecido en la infancia.

**Palabras claves:** teoría del apego, adolescencia, relaciones con padres, relaciones con iguales

#### Abstract

The use of attachment theory to understand some of the changes that occur during adolescence is becoming increasingly common. In this paper we analyze in the light of this theory the changes that take place after puberty in the adolescent's relationships with parents and peers, and the emergence of romantic relationships. The different patterns of attachment constructed in early childhood will be predict a lot about how these relational processes develop. Thus, the empirical evidence reviewed indicates that boys and girls with secure models best resolved the task of getting emotional autonomy from their parents and also show a better competence for friendly and romantic relationships. By contrast, preoccupied/ambivalent and dismissing/avoidant adolescents not only present more difficulties in relationships, but also may have an increased emotional and behavioral maladjustment. Many of the problems with these subjects are related to unsafe limitations in emotional regulation capacity is strongly influenced by the security of attachment established in childhood.

**Key words:** attachment theory, adolescence, parents-adolescent relationships, peer relationships

Nacida en los años 50 para explicar las relaciones que se establecen en la infancia entre el niño y sus cuidadores durante la primera infancia, la teoría del apego ha ido expandiéndose en las últimas décadas, tanto a la comprensión de otro tipo de relaciones (hermanos, amigos, pareja) como a etapas evolutivas posteriores. Una de estas etapas es la adolescencia, momento de profundas transformaciones cognitivas, emocionales y sociales que van a tener una repercusión directa sobre el significado y expresión de los procesos de apego. Así, el surgimiento del pensamiento formal va a poner a disposición del adolescente una potente herramienta cognitiva que le va a permitir razonar con una mayor complejidad sobre sus relaciones con las figuras de apego, ya sea para pensar en alternativas, compararlas con otras figuras o desidealizarlas y contemplarlas de forma más realista (Allen, 2008). Es en este periodo cuando el sistema de apego podrá ser considerado como una organización global, única e integrada surgida a partir de la reflexión sobre las experiencias relacionales previas, que mostrará estabilidad y que predecirá el comportamiento del adolescente dentro y fuera de la familia.

Estos avances hacen posible acceder a los modelos representaciones de las relaciones de apego mediante procedimientos de evaluación diferentes a los usados en la infancia, que estaban centrados en la observación de la conducta del niño y su cuidador principal en una situación experimental. A partir de la adolescencia los métodos empleados tratan de capturar los modelos cognitivos de las relaciones y consideran al apego como un constructo intrapsíquico característico del sujeto. El Adult Attachment Interview (AAI) es el instrumento más utilizado, y consiste en una entrevista, muy parecida a la usada con adultos, en la que se pregunta al sujeto por el recuerdo de las experiencias de apego durante su infancia, así como su valoración de estas experiencias. No se trata de evaluar las experiencias objetivas del sujeto sino la interpretación y elaboración que hace de las mismas y la regulación del afecto suscitado al recordar recuerdos que pueden tener una importante carga emocional. A través de este procedimiento se obtienen tres tipos distintos de modelos o estados mentales en relación al apego: sujetos seguros o autónomos, sujetos preocupados, que son los equiva-

lentes a los inseguros ambivalentes, y sujetos autosuficientes o evitativos (dismissing). Algunos estudios encuentran una cuarta categoría: sujetos no resueltos, que serían el equivalente del apego inseguro desorganizado/desorientado.

Además del AAI, existen algunos cuestionarios que bien preguntan al adolescente por el recuerdo del trato recibido de sus padres en la infancia, como sería el caso del Parental Bonding Instrument (Parke, Tupling y Brown, 1979), o bien lo hacen sobre las relaciones actuales con los iguales o, sobre todo, con la pareja (Brennan, Clark y Shaver, 1998; Hazan y Shaver, 1987; Bartholomew y Horowitz, 1991), por considerar que las relaciones románticas pueden ser interpretadas como genuinas relaciones de apego. Mientras que el AAI se centra en aspectos menos conscientes de los modelos representacionales de apego (estados de mente), estos cuestionarios evalúan aspectos más conscientes, incluyendo actitudes, sentimientos y conductas referidos a relaciones íntimas específicas (McElhaney, Allen, Stephenson y Hare, 2009).

### **Distanciamiento de los padres y búsqueda de autonomía**

Tal vez sea éste uno de los procesos evolutivos sobre los que existe mayor evidencia empírica, pues disponemos de abundantes datos que indican una disminución durante la adolescencia de la cercanía emocional, las expresiones de afecto (Collins y Repinski, 2001), la cantidad de tiempo que padres e hijos pasan juntos (Larson, Richards, Moneta, Holmbeck y Duckett, 1996) y un aumento de la necesidad de privacidad (Steinberg y Silk, 2002). La comunicación también suele experimentar un ligero deterioro en torno a la pubertad, ya que en esta etapa chicos y chicas hablan menos espontáneamente de sus asuntos, las interrupciones son más frecuentes y la comunicación se hace más difícil (Parra y Oliva, 2007). Por otra parte, las discusiones y conflictos entre padres e hijos pasan a formar parte de la vida cotidiana en familia, especialmente durante la adolescencia temprana (Collins y Steinberg, 2006).

Algunos estudios que han analizado los procesos de apego durante la adolescencia también

han encontrado indicadores claros de este distanciamiento, aumentando con la edad el número de adolescentes que expresan más sentimientos de rechazo y menos manifestaciones de afecto positivo cuando hablan acerca de las relaciones con sus padres en el AAI (Ammaniti, van Ijzendoorn, Speranza, y Tambelli, 2000; Scharf, Mayselles, y Kivenson-Baron, 2004).

Todos estos procesos no son sino consecuencias de la búsqueda de autonomía por parte del chico o la chica adolescente, y reflejan el choque entre la necesidad de apoyo parental en un momento en el que tienen que afrontar muchas tareas evolutivas, y la exigencia de exploración que requiere la resolución de dichas tareas. El adolescente ha de alcanzar un equilibrio entre dichas necesidades, que no son sino la continuación, en un nuevo escenario, de la pugna entre los sistemas de apego y exploración. Al igual que ocurría con los niños pequeños en la *Situación del Extraño*, los adolescentes mostrarán una mayor tendencia a la exploración cuando sientan que sus padres están disponibles y les muestran su apoyo. De hecho, y aunque chicos y chicas aumentan sus conductas exploratorias y reducen las manifestaciones abiertas de apego en su tránsito a la adolescencia, la mayoría disfrutan de relaciones cálidas y estrechas con sus padres, necesitan su respeto y aprecio, y en condiciones de estrés tornan a sus padres, que continuarán siendo importantes figuras de apego, incluso durante la adultez emergente (Delgado y Oliva, 2011; Scharf y Mayselles, 2007).

También es de esperar que aparezcan diferencias individuales en la forma en que el adolescente resuelve la tarea de distanciarse emocionalmente de sus padres, que puede resultar más complicada en el caso de aquellos chicos y chicas con modelos de apego inseguro. De hecho, uno de los hallazgos más consistentes de la literatura empírica es que los adolescentes con modelos de apego seguro manejan los conflictos con sus padres implicándose en discusiones en las que ambas partes tienen la oportunidad de expresar sus pensamientos, y que tratan de encontrar soluciones a sus desacuerdos mediante fórmulas que equilibren sus necesidades de mayor autonomía con esfuerzos por preservar una buena relación con sus padres (Allen, 2008).

Es probable que en estas familias el proceso sea menos problemático porque estos chicos y chicas tienen la confianza de que a pesar de los desacuerdos la relación con sus padres se mantendrá intacta, ya que es más fácil y seguro discutir con los padres cuando se sabe que se podrá seguir contando con ellos (Scharf y Mayselles, 2007). Algunos estudios han encontrado que estos padres suelen mostrar una mayor sensibilidad ante los estados emocionales de sus hijos, bien porque esta sensibilidad parental sea un predictor de la seguridad en el apego, bien porque estos adolescentes seguros comunican a sus padres sus estados emocionales de forma más frecuente y precisa (Allen et al., 2003; Becker-Stoll, Delius, y Scheitenberger, 2001). En definitiva, parece evidente que la seguridad en el modelo de apego favorece un distanciamiento de los padres más saludable, por lo que no es extraño que estos adolescentes muestren un mejor ajuste a la tarea evolutiva de abandonar el hogar para asistir al college (Bernier, Larose, y Whipple, 2005).

Sin embargo, el distanciamiento emocional de los padres puede resultar especialmente estresante en aquellas familias con adolescentes inseguros. En estos casos la búsqueda de autonomía puede ser experimentada como una amenaza para la autoridad paterna o materna y para la relación parento-filial, y tanto los adolescentes como sus padres pueden verse abrumados por la fuerte carga afectiva suscitada por sus conflictos y desacuerdos (McElhaney et al., 2009). Cuando se trata de adolescentes evitativos o autosuficientes, será más frecuente que las discusiones se resuelvan de forma poco productiva y que tiendan a evitar soluciones negociadas, siendo la retirada del conflicto la estrategia más frecuente. Así, la menor implicación afectiva con las figuras de apego que suelen mostrar estos sujetos será un hándicap para la resolución de la tarea de renegociar las relaciones parento-filiales, y más que reajustar la relación para atender sus nuevas necesidades de autonomía a la vez que se mantiene un vínculo positivo, estos chicos y chicas tenderán a rechazar y cortar la relación con sus padres (Allen y Land, 1999).

En cuanto a los sujetos preocupados, será más frecuente la implicación en discusiones muy intensas e improductivas que terminan mi-

nando la autonomía del adolescente. Por otra parte, estos sujetos tienden a sobredimensionar los problemas en sus relaciones familiares, al menos por encima de lo que suelen percibir sus propios padres o los iguales. Estas dificultades suelen mantenerse a lo largo de toda la adolescencia, lo que suele entorpecer la resolución de algunas tareas relacionadas con la autonomía personal. En este caso, más que rechazar a sus cuidadores pueden permanecer excesivamente atados a ellos, de ahí las dificultades que experimentarán en el logro de la autonomía (Allen y Land, 1999).

Evidentemente, no es fácil determinar el sentido de la influencia entre los modelos de apego del adolescente y sus relaciones familiares, ya que si bien es posible que estos modelos construidos a lo largo de la infancia afecten a las relaciones familiares presentes y a la resolución de tareas relativas al logro de autonomía, también es más que probable que las pautas de interacción establecidas con sus padres durante la adolescencia predigan cambios en los modelos de apego previamente establecidos.

### **Apego y relaciones con los iguales**

El distanciamiento con respecto a los padres suele ir emparejado a una mayor vinculación con los iguales, ya que estas relaciones irán ganando en intimidad, reciprocidad y apoyo emocional hasta convertirse de forma gradual en auténticas relaciones de apego que cumplirán muchas de las funciones que anteriormente asumían los padres (Collins y Laursen, 2000). Así, la evidencia empírica indica que declina la percepción de los padres como principal fuente de apoyo mientras que aumenta el apoyo recibido de los amigos (Collins y Steinberg, 2006). A partir de la pubertad los iguales desempeñan un importante papel a la hora de proporcionar sentimientos de seguridad y de ayudar a regular el estrés en situaciones de dificultad. Algunas características propias de las relaciones de apego, como la búsqueda de proximidad y de apoyo emocional, están presentes en las relaciones de amistad. Además, chicas y chicos, se sentirán más seguros y confiados a la hora de afrontar situaciones nuevas, como el inicio de las relaciones de pareja, cuando lo hacen en compañía

de un buen amigo (Scharf y Maysseless, 2007). En un estudio realizado por Zeifman y Hazan (2008) sobre niños y adolescentes, se observó que de los cuatro componentes del apego (búsqueda de proximidad, apoyo emocional, ansiedad ante la separación y base segura), durante la adolescencia los iguales iban asumiendo un papel fundamental en los dos primeros, mientras que padres y madres continuaban aún siendo figuras importantes en los dos restantes.

Este cambio supone una transformación de la relación de apego jerárquica propia de la niñez, en la que el niño recibe cuidados de sus padres, a una relación horizontal, en la que ambos dan y reciben cuidados, y que estará marcada en sus inicios por una excesiva dependencia emocional de los iguales (Hartup, 1993). Como han encontrado numerosos estudios, los inicios de la adolescencia suelen estar caracterizados por un aumento de la conformidad ante la presión del grupo, lo que en algunos casos puede resultar disfuncional y llevar al adolescente a una mayor implicación en algunos comportamientos de riesgo (Brown, Clasen, y Eicher, 1986). Los esfuerzos que el niño realizaba para conseguir la aprobación de sus padres serán sustituidos tras la pubertad por los intentos de agradar a los iguales, ya que las necesidades de apoyo no cambian demasiado pues sólo lo hacen las figuras que lo proporcionan.

Como han señalado Scharf y Maysseless (2007), este proceso normativo de acercamiento al grupo de iguales cumple tres funciones diferentes. En primer lugar ayuda al adolescente a relajar los lazos con los padres y a conseguir cierta autonomía emocional. En segundo lugar, es una experiencia en relaciones igualitarias que le va a preparar el camino para el comienzo de las relaciones de pareja. Y, en tercer lugar, va a suponer una diversificación de la inversión emocional en distintas figuras de apego, lo que puede resultar muy útil en situaciones de estrés en que algunas de estas figuras pudieran no estar disponibles.

Los modelos de apego construidos en la infancia también van a guardar relación con los vínculos que el adolescente establezca con los compañeros. Es importante la evidencia empírica que ha hallado relación entre la seguridad en el apego y la competencia mostrada en las

relaciones con los iguales. Así, algunos estudios encuentran que los adolescentes con modelos seguros se muestran más cómodos en las interacciones afectivas íntimas propias de las relaciones de amistad (Allen et al., 2007; Sroufe, Egeland, Carlson, y Collins, 2005), probablemente porque estos sujetos suelen manejar mejor sus reacciones emocionales en situaciones estresantes. Aunque algunos investigadores han sugerido que la seguridad en el apego es más determinante del funcionamiento en relaciones íntimas que en relaciones con iguales menos cercanos afectivamente, existen datos que apoyan la influencia de seguridad del adolescente con medidas globales de competencia social tales como la popularidad y la aceptación social (Allen et al., 2007).

En cambio, los adolescentes con modelos inseguros evitativos suelen mostrar una comunicación distorsionada y unas expectativas negativas con respecto a los demás que les crean problemas en el funcionamiento social (Cassidy, Kirsh, Scolton y Parke, 1996). Además, su malestar en las relaciones interpersonales les llevará a mantenerse alejados emocionalmente de aquellos iguales que podrían llegar a ser amigos íntimos, por lo que suelen ser evaluados como más hostiles y distantes (Larose y Bernier, 2001). Cuando se trata de chicos o chicas ambivalentes o preocupados, los resultados son menos contundentes. Por una parte, su interés por la intimidad y la búsqueda de apoyo hará que presenten un mejor desempeño social que los autosuficientes. Pero, por otra parte, les predispondrá a sentirse muy ansiosos acerca de cómo actuar en las relaciones íntimas y sobre la disponibilidad y apoyo de los demás. Por ello, aunque estos adolescentes muestran una orientación hacia los demás y mucho interés por las relaciones sociales, su excesiva ansiedad les llevará a un pobre desempeño en ellas (Seiffge-Krenke, 2006).

## Relaciones de pareja

Aunque existen diferencias individuales, la mayoría de las chicas y chicos empiezan a tener sus primeras citas en la adolescencia temprana. Como Ainsworth (1989) había señalado, los cambios hormonales y cognitivos propios de la

pubertad impulsan al adolescente a la búsqueda de una relación con un igual, generalmente de su mismo sexo y edad, en la que estarán implicados los sistemas reproductivos y de apego. Estas primeras relaciones de pareja son muy importantes para la vida social y emocional de chicos y chicas, pues en ellas aprenden a interactuar con personas de distinto sexo, se divierten, obtienen satisfacción sexual y mejoran su prestigio ante el grupo de iguales, sobre todo cuando son vistos con una pareja muy deseable. Por ello, no es extraño que para sus primeras citas, chicos y chicas prefieran parejas que tengan mucho prestigio y sean muy valoradas por sus compañeros.

Furman y Wehner (1994) argumentaron que las relaciones de pareja durante la adolescencia pueden servir para satisfacer cuatro tipos de necesidades: sexuales, de afiliación, de apego y de dar y recibir cuidados. Sin duda, las primeras relaciones que establecen los adolescentes servirán para colmar fundamentalmente las necesidades sexuales y las afiliativas (compañía y diversión), pero, en la medida en que vaya transcurriendo la adolescencia estas relaciones serán más estables, y la pareja irá ascendiendo en la jerarquía de figuras de apego. Así, durante la adolescencia tardía y la adultez temprana las relaciones de pareja empezarán a satisfacer necesidades de apoyo y de cuidados (Scharf y Maysless, 2001).

De acuerdo con algunos autores (Scharf y Maysless, 2007), la creación de un vínculo estable con una pareja sexual, que reemplace definitivamente a los padres a la cabeza de la jerarquía de figuras de apego, sería la meta final del curso evolutivo del sistema de apego. Es cierto que si bien la formación de vínculos de apego con los cuidadores en la infancia resulta fundamental para la supervivencia del individuo, su importancia parece disminuir en la adolescencia y adultez. Existen datos abundantes que indican que las personas que disfrutan de relaciones de pareja estables y satisfactorias viven más y muestran un mayor bienestar, y que la función protectora de estas relaciones de apego se mantiene tras la pubertad. Sin embargo, también resulta evidente que su importancia para la supervivencia es menor que en la infancia (Diamonds y Hicks, 2004).

De forma similar a lo que ocurría con las amistades íntimas, estas relaciones románticas van a verse influidas por el tipo de apego establecido con los padres. Según esta línea de investigación, las diferencias individuales en el establecimiento de relaciones de pareja estarán muy determinadas por el modelo representacional construido a partir de las experiencias infantiles. En efecto, las relaciones de pareja guardan mucha similitud con las relaciones entre madre e hijo, en el sentido de que se trata de relaciones muy íntimas y con contactos físicos estrechos. No obstante, no hay que olvidar que las relaciones de pareja muestran otras características como la colaboración, la afiliación, o las interacciones simétricas, que no están presentes en las relaciones del niño con sus padres. Así, aunque el modelo representacional de la relación con los padres constituya la principal contribución al establecimiento de relaciones íntimas, las relaciones de amistad también harán su aportación. Además, la experiencia del chico o chica en estas relaciones románticas irán modificando continuamente los modelos representacionales construidos. Por ejemplo, aunque un chico tenga una relación de apego seguro con sus padres, si es rechazado repetidamente en sus relaciones de pareja, difícilmente podrá seguir manteniendo la seguridad en los vínculos. Lo contrario también será posible, una chica que haya construido un modelo inseguro a partir de sus experiencias infantiles podrá evolucionar hacia un modelo seguro si encuentra en sus relaciones de pareja el apoyo emocional y la sensibilidad hacia sus necesidades que estuvieron ausentes en su relación con los progenitores.

Al igual que ocurría en las relaciones de amistad, serán los adolescentes con modelos de apego seguro quienes tendrán más facilidad para el establecimiento de relaciones románticas. Algunos estudios observacionales de parejas en interacción indican que los sujetos seguros se implican en intercambios más positivos, ofrecen más apoyo emocional, aceptan más el contacto físico, muestran más satisfacción y compromiso y tienen menos conflictos. Además, tienden a emparejarse con otros sujetos con apegos seguros (Simpson, 1999).

Mientras que los sujetos inseguros ambivalentes o preocupados mostrarán mucha ansie-

dad en las relaciones que les llevará a manifestar mucha inseguridad y celos injustificados, los adolescentes evitativos o autosuficientes tenderán a rehuir el compromiso emocional y a mostrarse fríos y distantes en sus relaciones de pareja, mostrando también una iniciación sexual más precoz y una mayor promiscuidad. Como algunos autores han sugerido, la continuidad que se observa entre el apego en la infancia y estos comportamientos sexuales puede obedecer a que esta autosuficiencia resulta más adaptativa en contextos y situaciones difíciles, y habría una continuidad entre el establecimiento de un apego inseguro evitativo, una pubertad e iniciación sexual precoces, y unas estrategias reproductivas cuantitativas, caracterizadas por la promiscuidad (Belsky, 1999).

## Modelos de apego y ajuste adolescente

En las líneas anteriores se ha hecho referencia a la importancia que los modelos de apego construidos a partir de las experiencias infantiles con los cuidadores tienen para el establecimiento de las relaciones con los iguales, sin embargo, esta influencia no se limita al mundo relacional, y afecta a otras esferas del comportamiento y de la salud mental del adolescente. Como algunos investigadores han sugerido, las dificultades que muestran los sujetos inseguros en sus relaciones interpersonales pueden deberse a su incomodidad a la hora de manejar sus reacciones emocionales en situaciones difíciles (Zimmermann, Maier, Winter y Grossmann, 2001). La evidencia disponible acerca de la asociación entre apego, regulación emocional afrontamiento indica que lo que diferencia a los adolescentes seguros de los inseguros es su capacidad para percibir, etiquetar, expresar y regular sus emociones. Así, algunos estudios que han usado tanto el AAI como cuestionarios autoaplicables han encontrado que los adolescentes con modelos seguros muestran más interés, claridad y exactitud en la expresión de sus emociones (Ducharme, Doyle y Markiewicz, 2002; Zimmermann et al., 2001).

En términos generales, los adolescentes con modelos seguros suelen presentar los mejores recursos, competencias y contextos familiares para lidiar con las tareas evolutivas propias de

la edad. Así, son considerados por los iguales o por observadores externos como menos ansiosos, menos hostiles y con más autoestima que sus compañeros inseguros (Allen et al., 2002). También suelen usar mejores estrategias de afrontamiento de problemas (Scharf et al., 2004), muestran mejor disposición hacia el aprendizaje (Larose, Bernier y Tarabulsky, 2005) y manejan mejor las situaciones estresantes que son frecuentes en la adolescencia (Seiffe-Krenke y Beyers, 2005).

En cambio, los adolescentes con modelos inseguros caracterizados por la ambivalencia o preocupación suelen mostrar elevados niveles de afectividad negativa, junto a una escasa capacidad para su regulación, por lo que suelen verse desbordados con frecuencia por sus emociones. No es extraño que presenten una alta prevalencia de ansiedad, depresión y estrés durante los momentos de transición evolutiva (Bernier et al., 2005), lo que se traduce en muchas dificultades en la resolución de las tareas propias de la adolescencia (Seiffe-Krenke y Beyers, 2005). La visión de sí mismos relativamente negativa que tienden a mostrar estos sujetos hace que puntúen bajo en medidas de autoestima.

También es frecuente que presenten problemas comportamentales, aunque en menor medida que los problemas internalizantes. Pero uno de los resultados más interesantes de algunos estudios son los referidos al efecto de moderación que ejerce el contexto social sobre la relación entre preocupación y desajuste. En efecto, los adolescentes ambivalentes tienden a presentar muchos problemas de conducta (consumo de sustancias, actividad delictiva) sólo cuando tienen contextos familiares y comunitarios de riesgo. En cambio, cuando están expuestos a relaciones sociales y familiares positivas suelen mostrar resultados conductuales mucho más favorables similares a los de los adolescentes seguros (McElhaney, Immele, Smith, y Allen, 2006). Como Allen (2007) ha sugerido, la hiperactivación emocional propia de los adolescentes preocupados les lleva a mostrarse extremadamente sensibles al contexto social, lo que explicaría estos efectos de moderación.

Finalmente, los adolescentes autosuficientes también presentan problemas en la percepción y comunicación de las emociones, sobre todo

cuando son negativas, que suelen afrontar ignorándolas, siendo muy extraño que busquen apoyo emocional cuando se sienten angustiados (Seiffe-Krenke, 2006). A diferencia de lo que ocurre con los adolescentes preocupados, los procesos de idealización asociados a los modelos representacionales autosuficientes hacen poco probable que estos chicos y chicas tengan un concepto negativo de sí mismos, aunque sí de los demás. Por ello, algunos estudios encuentran que mientras que los adolescentes preocupados suelen tener baja autoestima, los autosuficientes no se diferencian demasiado de los seguros (Cooper, Shaver, y Collins, 1998; Scharf, Mayseless, y Kivenson-Baron, 2004).

Estos chicos y chicas suelen presentar las tasas más altas de trastornos de conducta y consumo de sustancias (Brown y Wright, 2003). Algunos estudios longitudinales han encontrado que las estrategias evitativas estaban asociadas a incrementos en las conductas antisociales y delictivas a lo largo de la adolescencia (Allen et al., 2007), a menos habilidades sociales (Allen, Marsh et al., 2002), a estrategias de afrontamiento evitativas (Seiffe-Krenke y Beyers, 2005) y a trastornos de la alimentación (Cole-Derke y Kobak, 1996). A diferencia de los adolescentes preocupados, los autosuficientes se muestran poco sensibles a las influencias familiares. Por ejemplo, aunque el control parental es una estrategia muy eficaz para prevenir el comportamiento antisocial no suele tener buenos resultados con adolescentes evitativos (Allen et al., 1998).

## **Continuidad desde la infancia hasta la adolescencia**

Existen datos que indican cierta continuidad entre los modelos de apego construidos en la infancia y los manifestados en la adolescencia, como hemos tenido de comentar al referirnos a la influencia de los modelos de apego construidos en la infancia sobre las relaciones con los amigos y con la pareja durante la adolescencia. No obstante, los resultados de algunos estudios longitudinales que han correlacionado los tipos de apego infantil, evaluados mediante la Situación del Extraño, y los estados mentales mostrados en el AAI por esos mismos sujetos

tras la pubertad presentan resultados más bien modestos. Aunque la continuidad entre ambas medidas suele ser importante cuando las circunstancias contextuales son estables y favorables, tienden a disminuir e incluso desaparecer cuando se producen cambios importantes en las condiciones de crianza (Hamilton, 2000; Weinfield, Sroufe y Egeland, 2000), en las conductas parentales relacionadas con el apego (Belsky y Fearon, 2002) o cuando los adolescentes deben hacer frente a situaciones especialmente estresantes (Allen et al., 2004). Por otra parte, y como ya hemos comentado, la experiencia en la relación con los iguales o con la pareja a lo largo de estos años también podrían explicar la discontinuidad en la seguridad del modelo de apego.

Otra explicación posible a esa escasa continuidad ha sido sugerida por Allen y Manning (2007), y se refiere a lo que realmente parece evaluar el AAI. Cuando se relacionan los resultados en el AAI con medidas de la conducta relacional actual con iguales, o incluso la clasificación materna en el AAI con la de sus hijos en la Situación del Extraño, las correlaciones son bastante más altas (Allen, Porter, McFarland, McElhaney, y Marsh, en prensa). Esto ha llevado a estos autores a pensar que la seguridad mostrada en el AAI no es una traducción directa de las relaciones de apego infantiles, sino que está más relacionada con la capacidad para satisfacer las necesidades de los demás, y con la competencia para criar niños seguros, algo muy asociado a la capacidad de autoregulación emocional. De hecho, Main (1999) había descrito el AAI como un procedimiento para capturar un aspecto muy concreto del sistema de apego: la organización interna de los pensamientos y sentimientos acerca de las conductas de apego, por lo que tuvo la cautela de referirse a la clasificación resultante del AAI como *estados mentales* referidos al apego pero muy relacionados con el sistema de cuidado. Y aunque el sistema de apego y el sistema de cuidado están muy interrelacionados no son isomórficos.

El hecho de que esta clasificación se base en gran parte en las emociones suscitadas al recordar recuerdos infantiles de la relación con los padres ha llevado a Allen (Allen y Manning, 2007; Allen y Minga, 2010) a plantear que lo que en realidad evalúa el AAI es un proceso de re-

gulación emocional más global y más desarrollado que la organización de la conducta infantil de apego con un cuidador, como hace la Situación del Extraño. Y es que es más que probable que el sistema infantil de apego evolucione a lo largo de la infancia y adolescencia hacia algo más complejo y de mayor alcance: un sistema de regulación de las emociones.

Resulta evidente que las conductas de búsqueda de proximidad de las figuras de apego que manifiestan los niños pequeños en situaciones de malestar o peligro cumplen una función evidente de cara a su supervivencia, y también es incuestionable que con la llegada de la adolescencia las amenazas reales para la seguridad disminuyen claramente. Sin embargo, a pesar de su mayor autonomía, chicos y chicas siguen necesitando a sus figuras de apego de cara a la regulación de sus emociones y a la reducción del malestar psicológico ante situaciones estresantes, sobre todo en los inicios de la adolescencia. Esta función de regulación emocional de los vínculos con las figuras de apego se mantiene en la adultez, de forma que cuando falta el apoyo emocional que proporcionan los demás aumenta la vulnerabilidad del sujeto, incluso ante la enfermedad y la muerte (House, Landis y Umberson, 1988). Por lo tanto, la adolescencia marcará un importante momento de transición, en el que se producirá la transferencia en las funciones que cumple el sistema de apego: de la protección ante amenazas físicas reales a la regulación de las emociones en situaciones de estrés emocional.

Este enfoque, que considera el estado mental relativo al apego, tal como lo evalúa el AAI, un indicador de la capacidad para regular las emociones, podría justificar las bajas correlaciones encontradas en estudios longitudinales entre las clasificaciones realizadas en la infancia con la Situación del Extraño, y en la adolescencia con el AAI. Y es que aunque las experiencias infantiles en las relaciones de apego son una fuente de influencia importante sobre la capacidad para regular los estados emocionales, existen otros factores, tales como la experiencia en el afrontamiento de estresores, el temperamento o la calidad de las relaciones con los iguales, que pueden hacer una importante contribución.



Por lo tanto, si lo que evalúa el AAI es la competencia del adolescente para regular sus emociones, más que el modelo representacional de la relación de apego, es preciso poner en valor otro tipo de procedimientos que, aunque menos sofisticados, pueden ser más apropiados para evaluar estos modelos, como son aquellos cuestionarios en los que los adolescentes y adultos informan acerca de sus relaciones actuales de apego, como son las escalas *Experiences in Close Relationships* (Brennan, Clark y Shaver, 1998) o *Relationship Questionnaire* (Bartholomew y Horowitz, 1991). Estos instrumentos han mostrado bajas correlaciones con el AAI pero relaciones significativas con otros indicadores de apego (Allen y Miga, 2010).

## Referencias

- Allen, J. P. (2008). The attachment system in adolescence. In: Cassidy J, Shaver PR, editors. *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications*. 2<sup>nd</sup> ed. Guilford; New York: 2008. pp. 419 – 435.
- Allen, J. P. & Land, D. (1999). Attachment in Adolescence. En J. Cassidy y P. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment*. Nueva York: The Guilford Press.
- Allen, J. P. & Manning, N. (2007). From safety to affect regulation: Attachment from the vantage point of adolescence. *New Directions for Child y Adolescent Development*, 117, 23-39.
- Allen, J. P., Porter, M. R., McFarland, F. C., McElhaney, K. B., & Marsh, P. A. (en prensa). The relation of attachment security to adolescents' paternal and peer relationships, depression, and externalizing behavior. *Child Development*.
- Allen, J. P., McElhaney, K. B., Land, D. J., Kuperminc, G. P., Moore, C. M., O'Beirne-Kelley, H. et al. (2003). A secure base in adolescence: Markers of attachment security in the mother-adolescent relationship. *Child Development*, 74, 292-307
- Ammaniti, M., van Ijzendoorn, M. H., Speranza, A. M., & Tambelli, R. (2000). Internal working models of attachment during late childhood and early adolescence: an exploration of stability and change. *Attachment y Human Development*, 2, 328–346.
- Bartholomew, K. & Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 226–244
- Becker-Stoll, F., Delius, A., & Scheitenberger, S. (2001). Adolescents' nonverbal emotional expressions during negotiation of a disagreement with their mothers: An attachment approach. *International Journal of Behavioral Development*, 25, 344–353.
- Belsky, J. (1999). International and contextual determinants of attachment security. En (J.Cassidy y P.R. Shaver, eds.). *Handbook of Attachment: Theory, Research and Clinical Applications*, pp. 249-264. New York: Guilford.
- Bernier, A., Larose, S., & Whipple, N. (2005). Leaving home for college: A potentially stressful event for adolescents with preoccupied attachment patterns. *Attachment and Human Development*, 7, 171–185.
- Brennan K. A., Clark, C. L., & Shaver, P.R. (1998). Self-report measurement of adult attachment: An integrative overview. En J. A. Simpson y W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 46–76). New York: Guilford Press.
- Brown, B. B., Clasen, D. R., & Eicher, S. A. (1986). Perceptions of Peer Pressure, Peer Conformity Dispositions, and Self-Reported Behavior among Adolescents. *Developmental Psychology*, 22, 521–530
- Brown, L.C. & Wright, J. (2003). The relationship between attachment strategies and psychopathology in adolescence. *Theory, Research and Practice*, 76, 351-68.
- Cassidy, J., Kirsh, S. J., Scolton, K. L., & Parke, R. (1996). Attachment and representations of peer relationships. *Developmental Psychology*, 32, 892-904.
- Collins, W. A. & Laursen, B. (2004). Parent-adolescent relationships and influences. En R. M. Lerner, y Steinberg, L. (Ed.), *Handbook of adolescent psychology* (pp. 331-361). N. J.: Wiley.
- Collins, W. A. & Repinski, D. J. (1994). Relationships during adolescence: Continuity and change in interpersonal perspective. En R. Montemayor, G. R. Adams, y T. P. Gullotta (Eds.), *Personal relationships during adolescence* (pp. 7-36). Thousand Oaks, CA: Sage.

- Collins, W.A. & Steinberg, L. (2006). Adolescent development in interpersonal context. En N. Eisenberg (Vol. Ed.), *Social, emotional, and personality development. Handbook of Child Psychology* (W. Damon and R. Lerner, Eds.). (pp. 1003-1067). New York: Wiley.
- Cooper, M. L., Shaver, P. R., & Collins, N. L. (1998). Attachment styles, emotion regulation, and adjustment in adolescence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 1380-1397.
- Delgado, I., Oliva, A., & Sánchez-Queija, I. (2011). Apego a los iguales durante la adolescencia y la adultez emergente. *Anales de Psicología*, 27, 155-163.
- Diamond, L. M., & Hicks, A. M. (2004). Psychobiological perspectives on attachment: Implications for health over the lifespan. En S. W. Rholes y J. A. Simpson (Eds.), *Adult attachment: Theory, research, and clinical implications* (pp. 240-263). New York: Guilford Press.
- Ducharme, J., Doyle, A.B., & Markiewicz, D. (2002). Implications of attachment security for adolescents' interpersonal behaviour with parents and peers. *Journal of Social and Personal Relationships*, 19, 203-231.
- Furman, W. & Wehner, E.A. (1994). Romantic views: Toward a theory of adolescent romantic relationships. En R. Montemayor, G.R. Adams y T.P. Gullotta (Eds.), *Personal relationships during adolescence* (pags. 168-195). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Hartup, W.W. (1993). Adolescents and their friends. En B. Laursen (Ed.), *New directions for child development: Close friendships in adolescence* (pp. 3-22). San Francisco: Jossey-Bass.
- Hamilton, C. E. (2000). Continuity and discontinuity of attachment from infancy through adolescence. *Child Development*, 71, 690-694.
- Hazan, C. & Shaver, P. (1987). Romantic Love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511-524.
- Larose, S. & Bernier, A. (2001). Social support processes: Mediators of attachment state of mind and adjustment in late adolescence. *Attachment and Human Development*, 3, 96-120.
- Larose, S., Bernier, A., & Tarabulsky, G. M. (2005). Attachment state of mind, students' learning dispositions, and academic performance during the college transition. *Developmental Psychology*, 41, 281-289.
- Main, M. (1999). Attachment theory: Eighteen points. En J. Cassidy y P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 845-887). New York: Guilford Press.
- Larson, R.W., Richards, M.H., Moneta, G., Holmbeck, G., & Duckett, E. (1996). Changes in adolescents' daily interactions with their families from ages 10 to 18: Disengagement and transformation. *Developmental Psychology*, 32, 744-754.
- McElhaney, K. B., Allen, J. P., Stephenson, J. C., & Hare, A. L. (2009). Attachment and autonomy during adolescence. En Lerner, R. y Steinberg, L. (Eds.) *Handbook of adolescent psychology (3rd ed., Vol. 1)*, pp. 358-403). Hoboken, NJ: John Wiley y Sons, Inc.
- McElhaney, K. B., Immele, A., Smith, F. D., & Allen, J. P. (2006). Attachment organization as a moderator of the link between peer relationships and adolescent delinquency. *Attachment and Human Development*, 8, 33-46.
- Parker, G., Tupling, H., & Brown, B. (1979). A parental bonding instrument. *British Journal of Medical Psychology*, 52, 1-10.
- Parra, A. & Oliva, A. (2007). Una mirada longitudinal y transversal sobre los conflictos entre madres y adolescentes. *Estudios de Psicología*, 28, 93-107.
- Scharf, M. & Maysless, O. (2001). The capacity for romantic intimacy: Exploring the contribution of best friend and marital and parental relationships. *Journal of Adolescence*, 24, 379-399.
- Scharf, M. & Maysless, O. (2007). Putting eggs in more than one basket: A new look at developmental processes of attachment in adolescence. En M. Scharf, y O. Maysless (Eds). *Attachment in Adolescence: Reflections and New Angles: New Directions for Child and Adolescent Development*. (No. 117) (pp. 1-22). San Francisco: Jossey-Bass (Wiley).
- Scharf, M., Maysless, O., & Kivenson-Baron, I. (2004). Adolescents' attachment representations and developmental tasks in emerging adulthood. *Developmental Psychology*, 40, 430 - 444.
- Seiffge-Krenke, I. (2006). Coping with relationship stressors: The impact of different working models

- of attachment and links to adaptation. *Journal of Youth and Adolescence*, 35, 25-39
- Seiffge-Krenke, I., & Beyers, W. (2005). Coping trajectories from adolescence to young adulthood: Links to attachment state of mind. *Journal of Research on Adolescence*, 15, 561-582.
- Simpson, J. A. (1999). Attachment theory in modern evolutionary perspective. In J. Cassidy y P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 115-140). New York: Guilford Press.
- Sroufe, L. A., Egeland, B., Carlson, E., & Collins, W. A. (2005). Placing early attachment experiences in developmental context. En K. E. Grossmann, K. Grossmann y E. Waters (Eds.), *Attachment from infancy to adulthood: The major longitudinal studies* (pp. 48-70). New York: Guilford Publications.
- Steinberg, L. & Silk, J. S. (2002). Parenting adolescents. En I. Bornstein (Ed.), *Handbook of parenting* (Vol. I. Children and parenting) (pp. 103-133). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates
- Weinfield, N. S., Sroufe, L. A., & Egeland, B. (2000). Attachment from infancy to early adulthood in a high-risk sample: Continuity, discontinuity, and their correlates. *Child Development*, 71, 695-702.
- Zeifman, D. & Hazan, C. (2008). Pair bonds as attachments: Reevaluating the evidence. En J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (2<sup>nd</sup> ed., pp. 436 - 455). New York: Guilford Press.
- Zimmermann, P., Maier, M. A., Winter, M., & Grossmann, K. E. (2001). Attachment and adolescents' emotion regulation during a joint problem-solving task with a friend. *International Journal of Behavioral Development*, 25, 331-343.

