



Teoria do apego e as estruturas familiares

Edson Vizzoni

Engenheiro – UERJ

Psicólogo – UERJ

Mestre em Engenharia – PUC-Rio

Especialista em TCC - IBH

Formação em Hipnoterapia - IBH

Formação em Terapia Comportamental

**Formação na Abordagem Existencial-
Humanista**

Jeffrey Young



Criador da Terapia Focada nos Esquemas. Considerada um acréscimo à Terapia Cognitivo-Comportamental tradicional idealizada por Aaron Beck, a Terapia Focada nos Esquemas **integra** elementos da própria Terapia Cognitiva, da Terapia Comportamental, das abordagens psicodinâmicas, da Teoria do Apego e da Gestalt terapia, dentre outras.

John Bowlby (1907-1990)

Nasceu em Londres em 1907 e faleceu em 1990



- Como estudante de Medicina, trabalhou com jovens infratores, quando percebe o efeito da separação dos pais no desenvolvimento desses jovens.
- Formado em **Medicina** (era psiquiatra), se interessava por **psicologia infantil**, via **Psicanálise**.
- Como **psicanalista**, formado pelo Instituto Britânico de Psicanálise, supervisionado por Melanie Klein, mesmo assim desafia alguns dos dogmas freudianos (real x fantasia inconsciente).
- Pesquisador, seu foco é a conexão entre separação e patologia, mas ainda explica seus achados em termos freudianos.

Fundamentos

- Em 1949, Bowlby desenvolveu um relatório sobre as necessidades psiquiátricas das muitas crianças desabrigadas que haviam sido órfãs por causa da Segunda Guerra Mundial.
- A pesquisa que Bowlby fez baseou-se não só em seus próprios estudos anteriores, mas também na colaboração com um novo colega, James Robertson, que começou em 1948.
- Além disso, Mary Ainsworth foi admitida na Clínica Tavistock, em 1950, a fim de ajudar Bowlby com a sua investigação.

Comportamentos de Apego

- Conduas inatas exibidas pelo bebê, que promovem a manutenção ou o estabelecimento da proximidade com o cuidador principal, em geral a mãe.
- O repertório de respostas do comportamento de apego inclui **chorar, estabelecer contato visual, agarrar-se, aconchegar-se e sorrir.**

Características do Comportamento de Apego

- **Especificidade.**
- **A ligação persiste por grande parte do ciclo vital.**
- **Envolvimento emocional.**
- **Desenvolvimento ao longo da vida do ser.**
- **Aprendizagem.**
- **Organização.**
- **Função biológica.**

No apego:

- A capacidade de discriminar e responder ao objeto de apego é diferenciada (base segura).
- Há preferência pela figura de apoio (proximidade, busca e manutenção da proximidade).
- A resposta à separação da reunião com a figura de apego é diferente das respostas a outros indivíduos.

Base segura do comportamento de apego

>> Base segura - É a confiança que o indivíduo tem numa figura particular, protetora e de apoio, que está disponível e é acessível, e a partir da qual se pode fazer uma exploração coparticipada.

>> O comportamento de apego será eliciado quando o bebê estiver assustado, cansado, com fome ou sob estresse, levando-o a emitir sinais que podem desencadear a aproximação e a motivação do cuidador.

Base segura do comportamento de apego

- >> O comportamento de apego traz segurança e conforto e possibilita o desenvolvimento do comportamento de exploração - a partir da principal figura de apego.
- >> Quando uma pessoa está apegada, ela tem um sentimento de segurança e conforto na presença do outro e pode usá-lo como uma “base segura”, a partir da qual explora o resto do mundo.

O apego, até o completo desenvolvimento do ser

- ✓ *O comportamento de apego desenvolve-se durante os primeiros nove meses de vida dos bebês humanos.*
- ✓ *Quanto mais experiências de interação social um bebê tiver com uma pessoa, maior é a probabilidade de que ele se apegue a essa pessoa.*
- ✓ *Por isto, a pessoa que lhe dispensar a maior parte dos cuidados de que necessita torna-se a principal figura de apego de um bebê, em geral a mãe.*
- ✓ *O comportamento de apego mantém-se ativado até o final do terceiro ano de vida; no desenvolvimento saudável, torna-se, daí em diante, menos ativado.*

FASES DO APEGO (BOWLBY)

Pré-apego: 0-6 semanas

- O bebê prefere estímulos humanos (rostos);
- Ele não reconhece, ainda, a figura do cuidador;
- Somente reconhece a voz e o cheiro de sua mãe;
- Não há qualquer apego.

Formação do apego: 6ª semana a 6º/8º mês

- Ele prefere pessoas com as quais está familiarizado;
- Recusa estranhos;
- Possui uma privilegiada interação com a mãe, sorrindo, chorando e produzindo vocalizações diferenciais na presença dessa.

FASES DO APEGO (BOWLBY)

Apego bem definido: 6º/8º mês – 18º mês

- O afastamento da figura de apego gera ansiedade de separação;
- Ocorre medo do desconhecido, que leva a busca de refúgio na figura de apego;
- A criança sabe que a mãe continua a existir mesmo quando não está com ele.

Formação de uma relação recíproca: 18º – 24º mês.

- A interação com figuras de apego evolui graças às novas capacidades mentais e linguísticas adquiridas pela criança.

Os trabalhos de Mary Ainsworth



- **Mary Ainsworth** continuou a investigação de Bowlby.
- Ela propôs que a intensidade do apego dos bebês a um cuidador difere do grau de segurança do apego.
- As diferenças na segurança do apego influenciam a personalidade da criança e seus relacionamentos sociais na infância e além.

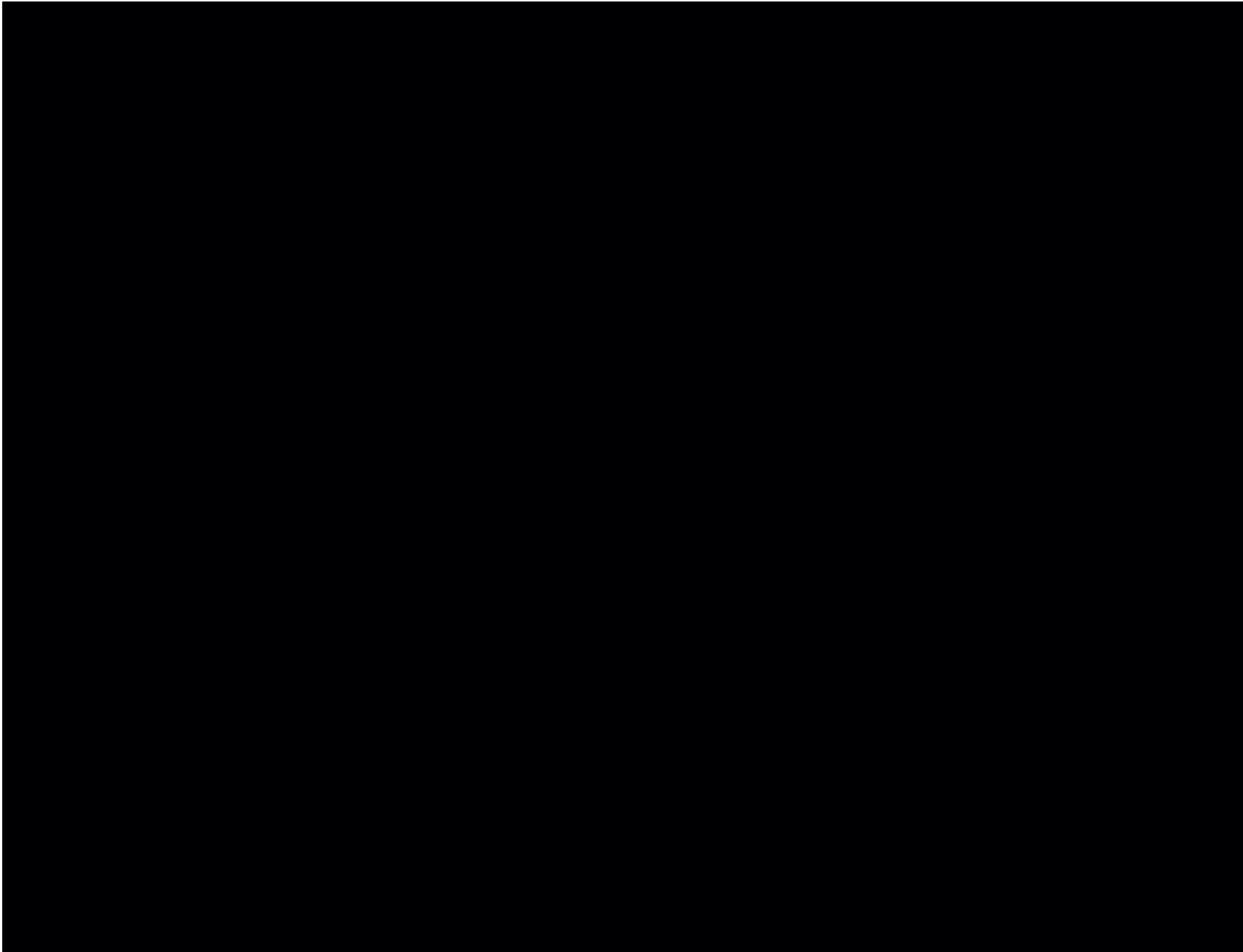
Os trabalhos de Mary Ainsworth

Mary Ainsworth criou uma metodologia, chamada de Situação Estranha, para classificar os tipos de apego que a criança tem para com a mãe:

- ***Seguramente apegada***
- ***Desinteressada/evitativa***
- ***Resistente/ambivalente***
- ***Desorganizada/desorientada***

Estilos de Apelo (Ainsworth)

1. **Seguramente apegada** - quando ameaçada, a criança busca ajuda na mãe, separa-se com facilidade, é consolada sem dificuldades pela mãe, prefere a mãe a estranhos (65-70% da amostra de uma pesquisa de Ainsworth).
2. **Desinteressada/evitativa** - a criança evita o contato com a mãe, não inicia a interação, não tem preferência nem pela mãe nem por estranhos (20% da amostra).
3. **Resistente/ambivalente** - a criança explora pouco o ambiente e fica desconfiada de estranhos, separa-se com dificuldade da mãe, mas não se consola com facilidade, evita e busca a mãe em momentos diferentes (10-15% da amostra).
4. **Desorganizada/desorientada** - o bebê mostra comportamento entorpecido e contraditório, pode se aproximar da mãe evitando seu olhar, por exemplo (5% da amostra).



Estilos de Apego

A teoria do apego prevê que a qualidade da ligação prediz o desenvolvimento subsequente da criança.

Um estudo longitudinal mostrou que bebês seguramente apegados eram mais competentes em tarefas apropriadas à sua idade ao longo da adolescência.

O estilo de apego de uma criança ao seu cuidador prevê:

- Funcionamento social eficaz durante a infância e adolescência
- Sociabilidade no início, no meio e na parte mais tardia da idade adulta
- Autoestima
- Boas notas escolares
- Atividade sexual na adolescência
- Qualidade do apego aos seus próprios filhos
- Atitudes em relação a seus próprios filhos

ESTRUTURA FAMILIAR

(apegos não seguros)

- Contextos negligentes.
- Contextos de violência psicológica e física.
- Contextos de caos e de violência, mutáveis e instáveis.

APEGO DE BOLBY X ESQUEMA DE YOUNG

“A teoria do apego, baseada no trabalho de Bowlby e Ainsworth, teve um impacto importante na Terapia do Esquema, em especial no desenvolvimento do esquema de abandono e na nossa concepção do transtorno de personalidade *borderline*” (Young, 1988).

Esquema de Abandono/Instabilidade: a instabilidade ou falta de confiança percebida daqueles disponíveis para apoio e conexão.

Fatores familiares que interagem com a predisposição genética ao desenvolvimento de TPB (Young, 1988):

- 1. O ambiente familiar é inseguro e instável.**
- 2. O ambiente familiar é privador.**
- 3. O ambiente familiar é demasiado punitivo e rejeitador.**
- 4. O ambiente familiar impõe subjugação.**

TERAPIA DO ESQUEMA

Esquema Inicial Desadaptativo (EID)

“Um tema ou padrão amplo, difuso; formado por memórias, emoções e sensações corporais; relacionado a si próprio ou aos relacionamentos com outras pessoas; desenvolvido durante a infância ou adolescência; elaborado ao longo da vida do indivíduo; disfuncional em nível significativo (...) São padrões emocionais e cognitivos autoderrotistas iniciados em nosso desenvolvimento desde cedo e repetidos ao longo da vida” (Young, Klosko & Weishaar, 2008)

TERAPIA DO ESQUEMA

A noção de esquema implica na consideração da forma como a criança lida com as situações com que ela se depara ao longo do seu desenvolvimento. Tais situações se referem à capacidade da criança, e do seu meio, de suprir necessidades básicas como: **segurança, previsibilidade, amor, nutrição, atenção, aceitação, empatia, proteção, validação de sentimentos e necessidades.**

DOMÍNIOS DE ESQUEMAS

Desconexão e Rejeição

Expectativas de que **não serão atendidas**, previsivelmente, as necessidades de:

- Aceitação;
- Carinho;
- Compartilhamento de sentimentos;
- Empatia;
- Estabilidade;
- Respeito;
- Segurança.

ESTRUTURA FAMILIAR

Desconexão e Rejeição

A família de origem é tipicamente:

- **Abusiva;**
- **Desligada;**
- **Explosiva;**
- **Freadora;**
- **Imprevisível;**
- **Rejeitadora**
- **Solitária.**

ESTRUTURA FAMILIAR

Desconexão e Rejeição

A família de origem é tipicamente:

- Abusiva;
 - Desligada;
 - Explosiva;
 - Freadora;
 - Imprevisível;
 - Rejeitadora
 - Solitária.
- Contextos negligentes.
Contextos de violência psicológica e física.
Contextos de caos e de violência, mutáveis e instáveis.**

ESTRUTURA FAMILIAR

Desconexão e Rejeição

Abandono/Instabilidade. A instabilidade ou falta de confiança percebida daqueles disponíveis para apoio e conexão.

Desconfiança/Abuso. A expectativa de que os outros vão magoar, abusar, humilhar, trapacear, mentir, manipular ou tirar vantagem.

Privação Emocional. A expectativa de que o desejo da pessoa de receber apoio emocional, em um grau normal, não será adequadamente atendida pelos outros.

Defectividade/Vergonha. O sentimento de que a pessoa é defectiva, má, indesejada, inferior ou inválida em aspectos importantes, ou de que ela não seria digna do amor das pessoas significativas, se exposta.

Conclusão

Bowlby e Young são dois cientistas de sucesso, cuja visão integrativa é importante destacar.

Usando o melhor conhecimento científico de sua época, Bowlby, indo contra o pensamento psicológico prevalente, demonstrou e provou o conceito de apego.

Young, por seu lado, também usando com brilhantismo o conhecimento sobre as abordagens psicoterápicas mais importantes atualmente, criou um novo modelo de terapia, a Terapia Focada no Esquema, cujo sucesso futuro é previsível e certo.