

La eficacia de los comportamientos sencillos para la conexión humana

El fomento de las interacciones intuitivas entre las figuras parentales y sus hijos para garantizar un desarrollo saludable

Linda Richter

Profesora distinguida

Universidad de Witwatersrand

Johannesburgo (Sudáfrica)

Los bebés humanos han evolucionado para prosperar al interactuar con las personas adultas que los cuidan con cariño. El desarrollo del cerebro durante la primera infancia depende de la exposición a los demás y de la recepción de retroalimentación sobre sus acciones (Kurismaa, 2021). Los bebés responden sobre todo al rostro, la voz, el tacto y el olor de sus madres y padres. Estos, junto con otras personas cuidadoras, también están programados evolutivamente para sentirse atraídos por la ternura de los bebés (Kringelbach y otros, 2016) y para responder a sus llantos (Witteman y otros, 2019).

Las interacciones no verbales, consistentes en el contacto visual y las reacciones gestuales, durante los primeros seis meses de vida son ingredientes fundamentales para crear conexiones fuertes entre el niño o niña y sus progenitores. Pero a veces las familias necesitan apoyo y orientación para entablar las intensas interacciones comunicativas en que se sustenta el desarrollo lingüístico y cognitivo durante la primera infancia.

Esto se debe principalmente a tres motivos. En primer lugar, cuando una niña o niño pequeño

presenta retrasos en el desarrollo, resulta difícil «leer» sus expresiones, lo cual genera ansiedad y frustración en las interacciones. En segundo lugar, a los padres y las madres con problemas de salud mental o de drogadicción les puede resultar difícil conectar con sus hijos. La falta de constancia y de previsibilidad en los cuidados puede confundir a las niñas y niños pequeños y hacer que se retraigan. Por último, el motivo más frecuente es el estrés. En mi trabajo, he observado la persistencia del estrés y el retraimiento entre las comunidades de refugiados y las familias pobres del África meridional y el Sudeste Asiático. Cuando las personas que se ocupan de los cuidados viven situaciones muy difíciles, se muestran desesperanzadas y apáticas, incapaces de reunir la energía necesaria para bañar, dar de comer o hablar a los niños pequeños con regularidad (Richter, 2004).

Principios para reforzar la crianza intuitiva

En colaboración con Karsten Hundeide y otros miembros de International Child Development Programmes (ICDP) en el África meridional, hemos desarrollado una serie de principios para diseñar intervenciones breves que contribuyan a reforzar

la crianza intuitiva en las familias afectadas por la guerra, los desastres naturales y la pobreza extrema (Hundeide, 1991, 1997). Nuestro enfoque, que está pensado especialmente para padres, madres y otras personas cuidadoras con dificultades para afrontar cuestiones relativas a la crianza, como la creación de un vínculo con los niños y niñas, es muy diferente de los sistemas que «educan a las familias» sobre lo que es bueno y enseñan técnicas para mejorar el desarrollo infantil en todas sus fases. Nuestro objetivo es propiciar las influencias culturales y biológicas que inciden en la crianza y el desarrollo infantil, para despertar la capacidad intuitiva de los padres y las madres de percibir las necesidades de sus hijos y responder a ellas de forma sensible y positiva (Parsons y otros, 2017). Para desarrollar este enfoque, nos inspiramos en nuestras propias experiencias y en lo que habíamos aprendido en nuestras investigaciones (véase el texto del recuadro).

«Las interacciones no verbales, consistentes en el contacto visual y las reacciones gestuales, durante los primeros seis meses de vida son ingredientes fundamentales para crear conexiones fuertes entre el niño o niña y sus progenitores».

Cómo establecer una conexión humana con sencillos comportamientos afectuosos

Antes de ocuparnos del niño o niña, siempre empezamos por saludar a los padres y las madres e interesarnos por ellos. Preguntamos abiertamente por las preocupaciones y el bienestar parentales y familiares. Al escucharlos y expresar nuestra compasión mediante la proximidad física, el contacto visual, el contacto respetuoso y el tono de voz suave y cálido, contribuimos a que los padres y las madres se sientan aceptados y comprendidos, lo que genera confianza.

Algunos fundamentos de nuestro enfoque para reforzar la crianza intuitiva

- El concepto de «madre suficientemente buena» de Donald Winnicott: según Winnicott, los pilares en que se sustenta la salud se encuentran en una «madre normal que proporciona a su bebé cuidados normales con cariño» (1973). La madre, por su parte, necesita otra persona que la apoye y cree un «entorno facilitador», no que le digan cómo criar mejor a su hijo dando por hecho que ella no lo sabe.
- Los «fantasmas en la guardería» de Selma Fraiberg (1975): cómo el amor, la ambivalencia o el abandono experimentados durante la infancia influyen a la hora de prestar cuidados durante la vida adulta.
- Los estudios de Colwyn Trevarthen (2001) sobre los procesos de desarrollo durante los primeros 18 meses de vida, cuando la comunicación pre-verbal (como el contacto visual prolongado, la imitación, las respuestas con el tacto y la voz) lleva a incorporar «temas» en las interacciones; por ejemplo, mediante la repetición de ritos sencillos como saludar con la mano.
- Las obras de Lev Vygotsky (Wertsch y Sohmer, 1995) y Pnina Klein (2000) sobre cómo se genera el desarrollo cognitivo y lingüístico en los intercambios interpersonales entre las figuras parentales y los hijos o hijas.
- Énfasis en el tacto, la voz y el contacto visual como formas de expresar empatía y despertar confianza (Stack, 2004).
- La técnica de la observación desarrollada por el psicoanálisis del desarrollo: el padre o la madre se limita a mirar al bebé de forma relajada y tratar de interpretar los sentimientos de este.
- La fuerte influencia de los estados mentales de los padres y las madres (Dix, 1991) y la autoeficacia parental (Albanese y otros, 2019), así como la espiral dañina que generan las atribuciones negativas que dan las figuras parentales a los motivos y el comportamiento de los niños y las niñas (Miller, 1995).



Foto: Cortesía de Jon Spaull

«Animamos a los padres y las madres a sentirse orgullosos de su capacidad de interactuar con sus hijos».

Mencionamos constantemente los aspectos positivos de la apariencia y el comportamiento del niño o niña, destacando las semejanzas con el padre y la madre. Comentamos en especial los gestos comunicativos y de pertenencia que hace el o la menor hacia las figuras parentales. Por ejemplo: «Mira cómo te escucha» o «Quiere sentarse cerca de ti para sentirse protegido». Los animamos a observar al niño o niña e interpretar su estado mental («¿Qué cree que está pensando?») y sus emociones («¿Qué cree que siente en este momento?»).

Para fomentar el interés del pequeño, utilizamos rutinas conocidas que varían según su edad, como acariciarle la mejilla para que sonría; imitar sus gestos y expresiones vocales (aunque sean involuntarias, como la tos); jugar a hacer cosquillas, dar palmadas, a «¿dónde está [nombre del niño/a]?» o a otros juegos apropiados según la cultura; saludar con la mano; y señalar y nombrar las partes del cuerpo. Estas acciones casi siempre generan respuestas positivas en el niño o niña después de un rato y, junto con la repetición, contribuyen a consolidar la receptividad y hacer que los pequeños se sientan a gusto.

Mientras hacemos todo esto, nos sentamos junto a los padres y madres y, poco a poco, empezamos a usar sus manos y a animarlos a que nos acompañen con la voz, hasta que su interacción es independiente de nuestra participación. Nos dirigimos a ellos de forma serena y tranquilizadora, observando y valorando positivamente lo que hacen y la forma de responder de su hijo o hija. Sugerimos formas en que el comportamiento del pequeño puede indicar que es el momento de cambiar de juego, pero no recomendamos acciones ni juguetes específicos.

Utilizamos un lenguaje emocional, haciendo hincapié en el amor y el cariño, la alegría de la interacción y el placer de estar juntos, cantando, contando cuentos o simplemente disfrutando del contacto físico. Animamos a los padres y las madres a sentirse orgullosos de su capacidad de interactuar con sus hijos o hijas y de hacerles reír o sonreír. Les decimos que, aunque estas interacciones de aprendizaje y cariño sean breves porque durante la primera infancia la capacidad de atención es limitada,

lo bueno es que las pueden tener en cualquier momento y en cualquier situación.

Con niñas y niños mayores, destacamos la importancia de hablar de una forma adecuada para los niños: hablar «con» en lugar de «a» los niños, escucharse sin interrumpir, contar o leer cuentos y responder a las expresiones vocales infantiles. Asimismo, mostramos un modelo de habla elaborada y destacamos la importancia de enriquecer las descripciones de objetos y eventos y de relacionarlos con otros que no estén presentes en el momento y lugar actuales.

Las intervenciones pueden durar días o semanas, según la intensidad del retraimiento físico y emocional de las figuras parentales y del niño o niña. Las valoraciones alentadoras del enfoque del ICDP (Dybdahl, 2001; Sherr y otros, 2014; Skar y otros, 2014), que demuestran los cambios positivos logrados en los comportamientos y actitudes de padres, madres e hijos, refuerzan nuestra convicción de que la clave para conseguir cambios duraderos en el comportamiento parental es despertar y mantener la capacidad de respuesta intuitiva a las necesidades de los niños o las niñas.

➤ Este artículo está disponible en [espacioparalainfancia.online/2022-5](https://www.espacioparalainfancia.online/2022-5)

Bibliografía

- Albanese, A. M., Russo, G. R., & Geller, P. A. (2019). The role of parental self-efficacy in parent and child well-being: A systematic review of associated outcomes. *Child care, health and development*, 45(3), 333–363.
- Dix, T. (1991). The affective organization of parenting: Adaptive and maladaptive processes. *Psychological bulletin*, 110, 3–25.
- Dybdahl, R. (2001). Children and mothers in war: An outcome study of a psychosocial intervention program. *Child development*, 72(4), 1214–1230.
- Fraiberg, S., Adelson, E., & Shapiro, V. (1975). Ghosts in the nursery: A psychoanalytic approach to the problems of impaired infant–mother relationships. *Journal of the American Academy of Child Psychiatry*, 14, 387–421.
- Hundeide, K. (1991). *Helping disadvantaged children: Psycho-social intervention and aid to disadvantaged children in third world countries*. Jessica Kingsley Publishers.
- Hundeide, K. (1997). *Programme for the enrichment of interactions between mothers and their children*. Organización Mundial de la Salud.
- Klein, P. S. (2000). A developmental mediation approach to early intervention; Mediation Intervention for Sensitising Caregivers (MISC). *Educational and child psychology*, 17(3), 19–31.
- Kringelbach, M. L., Stark, E. A., Alexander, C., Bornstein, M. H., & Stein, A. (2016). On cuteness: Unlocking the parental brain and beyond. *Trends in cognitive sciences*, 20(7), 545–558.
- Kurismaa, A. (2021). Revisiting basal anthropology: A developmental approach to human evolution and sociality. In F. Jaroš & J. Klouda (Eds.), *Adolf Portmann: A thinker of self-expressive life* (pp. 89–118). Springer International Publishing.
- Miller, S. A. (1995). Parents' attributions for their children's behavior. *Child development*, 66(6), 1557–1584.
- Parsons, C. E., Young, K. S., Stein, A., & Kringelbach, M. L. (2017). Intuitive parenting: Understanding the neural mechanisms of parents' adaptive responses to infants. *Current opinion in psychology*, 15, 40–44.
- Richter, L. M. (2004). Poverty, underdevelopment, and infant mental health. *Infant mental health journal*, 25(5), 440–452.
- Sherr, L., Skar, A. M. S., Clucas, C., Tetzchner, S. V., & Hundeide, K. (2014). Evaluation of the International Child Development Programme (ICDP) as a community-wide parenting programme. *European journal of developmental psychology*, 11(1), 1–17.
- Skar, A. M. S., Sherr, L., Clucas, C., & von Tetzchner, S. (2014). Evaluation of follow-up effects of the International Child Development Programme on caregivers in Mozambique. *Infants & young children*, 27(2), 120–135.
- Stack, D. M. (2004). Touching during mother–infant interactions. In T. M. Field & J. Freedman (Eds.), *Touch and massage in early child development* (pp. 49–91). Johnson and Johnson Pediatric Institute, LLC.
- Trevarthen, C. (2001). Intrinsic motives for companionship in understanding: Their origin, development, and significance for infant mental health. *Infant mental health journal*, 22(1–2), 95–131.
- Winnicott, D. W. (1973). *The child, the family, and the outside world*. Penguin.
- Witteman, J., Van IJzendoorn, M. H., Rilling, J. K., Bos, P. A., Schiller, N. O., & Bakermans-Kranenburg, M. J. (2019). Towards a neural model of infant cry perception. *Neuroscience & biobehavioral reviews*, 99, 23–32.
- Wertsch, J. V., & Sohmer, R. (1995). Vygotsky on learning and development. *Human development*, 38(6), 332–337.