

La importància de la disponibilitat emocional en el desenvolupament de l'infant

Quines són les necessitats emocionals en la primera infància? Quines són les conseqüències de la negligència emocional greu en infants de 0 a 4 anys? Què posa en risc la capacitat dels adults d'estar «emocionalment disponibles» i quines condicions l'afavoreixen?

**Ruth Pérez-Robles
Lourdes Ezpeleta**

Quines són les necessitats emocionals en la primera infància? Quines són les conseqüències de la negligència emocional greu en infants de 0 a 4 anys? Què posa en risc la capacitat dels adults d'estar «emocionalment disponibles» i quines condicions l'afavoreixen?

Quina és la disponibilitat emocional dels pares?

La disponibilitat emocional es refereix a la capacitat de l'adult de llegir, comprendre, atendre i respondre a les necessitats, no només físiques sinó també emocionals, del nadó o l'infant a través del mecanisme de l'empatia.

La importància d'aquest factor va quedar patent en l'estudi longitudinal de Minnesota (2005), un dels estudis més rellevants sobre maltractament infantil. En aquesta investigació es van analitzar els efectes que van tenir, durant 30 anys, diversos tipus de maltractaments en la infància. El factor que va predir les majors taxes de trastorns depressius greus, intents de suïcidi i conductes delictives en l'adolescència va ser la manca de disponibilitat emocional del cuidador principal durant la primera infància, superant fins i tot els efectes de la negligència física i altres tipus d'abús.

La falta de disponibilitat emocional es considera un tipus de negligència i ha demostrat un alt valor predictiu sobre l'aparició de psicopatologia en la infància i l'edat adulta. S'ha comprovat que es dona de forma

transversal en les diferents classes socials, incloent classes mitjanes i altes. En aquestes últimes, pot aparèixer independentment d'altres tipus de negligències o abusos físics (més freqüents en classes baixes), però habitualment acompanyada d'abusos psicològics.

Aquest article se centra en la definició d'aquest concepte, de les conseqüències que té en el desenvolupament del nadó i de l'infant, així com dels aspectes que afavoreixen i dificulten la disponibilitat emocional parental.



*[*Als infants que pateixen negligència se'ls fa sentir invisibles. *Gràcies per veure'm.]*

Quines actituds s'associen a la disponibilitat emocional?

Birgingen i col·laboradors (1998) van definir la disponibilitat emocional mitjançant quatre característiques.

La primera característica de la disponibilitat emocional és la *sensibilitat parental*, que fa referència a la capacitat del progenitor de ser acollidor, afectuós i d'estar en sintonia emocional amb l'infant.

La sensibilitat parental està relacionada amb:

- a) la claredat amb què es perceben les necessitats de l'infant (ex: quan el pare sent plorar el bebè de pocs mesos, entén que està incòmode), b) la resposta adequada dels pares en aquest moment (aquest pare es dirigeix al bressol, el mira i li parla afectuosament intentant entendre què li passa) i c) les estratègies que s'utilitzen per resoldre els conflictes (comprova si cal canviar-li els bolquers o si la criatura s'ha tranquil·litzat tan sols amb la seva presència). La sensibilitat parental té a veure també amb d) la flexibilitat conductual, és a dir, la capacitat per adaptar la conducta a la situació (si la criatura necessita més proximitat física, el pare la pren en braços), e) la flexibilitat atencional, o capacitat per canviar l'atenció d'un estímul a un altre (el pare deixa de fer el que estava fent –com fregar els plats– per atendre l'infant) i f) la creativitat per resoldre els problemes (el pare pot col·locar-se l'infant al portabebès o assegurar-lo a la trona si l'infant és prou gran perquè el pugui veure mentre juga amb les seves joguines i així el pare pot acabar de rentar els plats; o bé pot fer un parèntesi en la tasca que estava realitzant i jugar amb l'infant). Finalment, la sensibilitat parental té a veure amb g) l'acceptació de l'autonomia i dependència de l'infant i amb h) el grau d'accessibilitat parental (per exemple: el pare entén i accepta la necessitat del nadó d'estar a prop seu).

La segona característica és l'estructuració parental o capacitat de la figura parental per donar suport a la criatura organitzant les activitats en «nivells», de manera que l'infant les pugui realitzar, o bé estructurant els ambients per facilitar que l'infant petit aconsegueixi els seus objectius. Inclou posar límits; per exemple, durant el joc amb l'infant, l'adult que

«estructura» ofereix orientació però no direcció. És a dir, l'adult participa activament i pot ajudar a separar peces per fer un trencaclosques o ajudar a completar un joc o una tasca, però no abans que l'infant li faci alguna demanda.

En tercer lloc, la disponibilitat emocional ha de comptar amb la no-intrusivitat parental. Els pares han d'estar disponibles per a l'infant però sense interferir ni controlar la seva activitat, afavorint el funcionament adequat i autònom (ex: jugar amb el nadó sense sobreestimar-lo amb joguines o gestos fins a provocar-li una reacció negativa. Un comportament no intrusiu consistiria també a evitar sobreprotegir l'infant que comença a caminar).

L'última característica de la disponibilitat emocional consisteix en la no-hostilitat parental, que es refereix a la capacitat del cuidador per regular els seus afectes negatius (com la ràbia o la frustració). Així, a través d'interaccions no hostils, pacífiques, justes i equitatives, els adults estan mostrant com han de ser les relacions entre les persones. Quan un adult significatiu és impacient, avergonyeix o insulta els altres, incloent l'infant, aquest individu està sent assetjador i hostil amb l'altre. L'infant està aprenent una lliçó negativa important: que ell o ella pot ser intimidat per altres –*bullying*– i que pot fer el mateix als altres.

D'altra banda, Biringen i col·laboradors entenen que l'infant és un element actiu en la relació, que aporta també les seves pròpies característiques. Pel que fa a l'infant, es tenen en compte dues característiques en relació amb la disponibilitat emocional. La primera és la *responsivitat de l'infant al progenitor*, que és la capacitat del nen o nena per involucrar-se en el joc o en l'activitat proposada amb la figura parental, sense comprometre la seva autonomia. Això es tradueix en la resposta de l'infant al progenitor quan aquest li dona una pista per iniciar alguna interacció, que s'acompanya amb senyals explícits de plaer dirigits a la figura parental (no a la joguina o a l'ambient). La segona és com l'infant *involucra el progenitor en la seva activitat*, és a dir, en quina mesura el nen o nena inclou de forma espontània el progenitor en la seva activitat. Es tradueix en l'interès i moviments d'invitació de l'infant perquè el pare participi en el seu joc.

Tot i que les característiques pròpies del bebè modelen la interacció, depèn en gran mesura del progenitor per poder-se regular, ja que les

estructures que ajuden a l'autoregulació són encara immadures. Per això, en tota interacció el progenitor ha de tenir en compte les característiques específiques del bebè.



Quins són els efectes de la negligència emocional greu en infants de 0 a 4 anys?

S'entén per negligència emocional greu el fet que fallin freqüentment diversos dels aspectes anteriors. Això pot suposar que el bebè estigui sotmès a situacions d'estrès constant pel fet de no ser cuidat, protegit de situacions que li generen por, o consolat. També pot passar que els progenitors no entenguin la seva necessitat de proximitat física.

Tots aquests factors han mostrat tenir conseqüències en el desenvolupament de l'infant. De fet, se sap que l'estrès constant funciona com un tòxic en el cervell.

S'ha demostrat que la negligència emocional en la primera infància genera a mitjà termini més danys psicològics que quan es produeix en edats posteriors. Això podria ser degut a l'efecte de l'estrès sobre algunes estructures immadures del cervell dels nadons que encara s'estan formant en un moment en què el cervell duplica la seva grandària. Algunes d'aquestes

estructures tenen precisament a veure amb la regulació de les emocions i de les conductes. Relacionat amb l'anterior, amb freqüència s'han comprovat endarreriments del llenguatge i del desenvolupament en bebès que van estar sotmesos a alts nivells d'estrès i en l'edat preescolar es van mostrar com a infants més apàtics o agressius.

A la següent taula es mostren alguns símptomes més específics per edats (des del naixement fins als 4 anys).

Efectes de la negligència emocional en l'infant		
0-20 mesos	20-30 mesos	3-4 anys
Patrons d'aferrament evitatius o desorganitzats. Excessiva irritabilitat o excessiva apatia i absència d'emocions.	Més negativisme durant el joc	Retards en el desenvolupament, i especialment del llenguatge
Més conductes evitatives (ex: en nadons de mesos, la manca de recerca de la mirada del progenitor)	Menys interaccions socials positives	Dificultat per discriminar les emocions
Menor desenvolupament cognitiu	Més passivitat i joc en solitari durant més temps (ex: a l'escola bressol)	Més afecte negatiu (enuig, tristesa) durant el joc.
Retards del llenguatge		

(Naughton et al. 2013)

Tot seguit tractem els Factors que posen en risc la disponibilitat emocional vers els infants i els bebès.

Barudy (2011) assumeix que algunes negligències emocionals són la conseqüència d'una manca de coneixements de les necessitats psicològiques de l'infant, que poden ser culturals. Precisament quan aquestes actituds parentals formen part d'una cultura, aquest fet pot dificultar el seu abordatge, si aquesta cultura fomenta determinades pràctiques educatives que no afavoreixen el desenvolupament socioemocional adequat (ex: deixar plorar els nadons durant períodes llargs de temps).

Els factors que es van associar en diferents estudis a la negligència emocional són diversos i es resumeixen de la manera següent en l'estudi de Wotherspoon i Gough (2008):

1. Riscos psicosocials: L'aïllament social de la família, així com la falta de xarxa social o familiar, les famílies monoparentals, les desplaçades de la seva ciutat d'origen, etc.
2. Problemes d'aferrament del progenitor/infant: Els pares que tenen una idea negativa o distorsionada del bebè no poden empatitzar amb ell, ni reconèixer adequadament les seves necessitats; tenen un alt risc de ser negligents emocionalment.
3. Competències parentals: Els progenitors que estan deprimits, que pateixen altres problemes de salut mental, retards cognitius severos, addiccions a substàncies, poden posar en risc el desenvolupament saludable dels seus fills. Els pares que han patit una història de trauma, una pèrdua no resolta, o fortes mancances afectives (incloent el pas per diverses institucions d'acollida en la infància) poden experimentar dificultats especials quan tenen els seus propis fills.
4. Característiques de l'infant: Els infants també poden ser més vulnerables com a conseqüència d'haver estat exposats de forma prenatal a substàncies tòxiques com l'alcohol, per néixer amb baix pes, o per ser prematurs. També els que tenen un temperament difícil o alguna fragilitat de salut estan en risc de patir més negligències a causa d'una major dificultat del progenitor d'empatitzar amb ells i d'atendre les seves necessitats.

Quines intervencions són efectives per prevenir situacions de negligència des dels serveis públics i afavorir la salut mental en la primera infància?



Fotografies cedides
per Federica Bonvecchio

Per a la prevenció d'aquestes situacions és important crear xarxes que disminueixin la sensació d'aïllament social. Això es pot fer des de programes en els centres de salut i educatius.

Aquests programes són més importants, encara, en els moments de major fragilitat social que augmenta els factors de risc per a situacions de maltractament (p. ex.: l'increment de famílies que viuen sota el llindar de la pobresa, majors nivells d'inseguretat laboral, canvis de país/ciutat d'origen i pèrdua de la xarxa de suport familiar, etc.).

En aquest sentit, iniciatives com el programa *Ja tenim un fill* en els CAP o serveis com l'*Espai familiar* en l'àmbit de l'educació són espais on s'afavoreix la trobada personalitzada en un ambient de disponibilitat emocional. De la mateixa manera, proporcionen orientació sobre la criança i la gestió de l'estrès dels pares. També s'hi poden abordar les diverses dificultats que sorgeixen en la parentalitat. Totes aquestes aportacions poden reflectir-se positivament en la millora de la cura dels infants i el benestar dels pares.

Les escoles bressol són també llocs privilegiats per a la detecció i prevenció d'aquesta mena de situacions, tant per la formació de les mestres com pel vincle estret entre elles, els infants i les famílies.

Atès que, a més, els infants tan petits tenen accés a pocs contextos extrafamiliars, llevat dels anteriors, és essencial promoure en aquestes institucions tant sanitàries com educatives el reconeixement dels símptomes associats a la negligència emocional per poder tractar o derivar aquestes situacions. Per aquest motiu és important proporcionar una formació específica i permanent als tècnics en aquest camp.





Fotografia cedida per Federica Bonvecchio

Quines intervencions poden resultar efectives quan ja hi ha negligència en la família?

Alguns estudis han demostrat que les visites domiciliàries de suport parental (sovint promogudes des del centre de salut i realitzades per professionals amb formació, com personal d'infermeria especialitzat o psicòlegs) poden millorar les condicions dels infants i les famílies. Aquestes visites són més efectives quan van acompanyades de programes educatius preescolars de qualitat per als infants i una ràtio reduïda d'infants per mestra.

Aquestes intervencions s'han de dirigir a famílies amb interaccions problemàtiques amb el bebè o infant i han d'ajudar els pares a interpretar i respondre de manera sensible a les necessitats del bebè. Els pares a qui el plor o la queixa del bebè els genera sensacions de gran malestar necessitaran estratègies per controlar les seves pròpies emocions abans que puguin ajudar a confortar el bebè.

Els programes parentals de gestió d'emocions i comportaments (ja sigui al domicili o en grups de pares) poden ser eficaços, sempre que els pares tinguin capacitat d'autoreflexió, és a dir, la capacitat d'entendre com el seu comportament està relacionat amb els seus estats mentals interns, que s'han anat conformant a través de les seves pròpies experiències vitals.

Els programes d'orientació parental se centren directament en la relació entre els pares i l'infant i inclouen la intervenció tant amb l'infant com amb els pares, mitjançant estratègies per potenciar unes relacions d'aferrament saludables. ■

Ruth Pérez-Robles. Investigadora en salut mental infantil i psicòloga clínica de la primera infància.

Lourdes Ezpeleta. Universitat Autònoma de Barcelona. Departament de Psicologia Clínica i de la Salut.

Bibliografia:

- BARUDY, J. *El dolor invisible de la infancia. Una lectura ecosistémica del maltrato infantil*. Barcelona: Paidós, 1998.
- BIRINGEN, Z.; EASTERBROOKS, A. E. «Emotional Availability (EA): Concept, research, and window on developmental and psychopathology». *Development & Psychopathology*, 24, 1-8 (2012).
- CENTER ON THE DEVELOPING CHILD AT HARVARD UNIVERSITY. *Toxic Stress: The Facts* (2012). <http://bit.ly/1KBoTJX>
- NATIONAL SCIENTIFIC COUNCIL ON THE DEVELOPING CHILD. *Excessive Stress Disrupts the Architecture of the Developing Brain: Working Paper No. 3* (2005). <http://www.developingchild.harvard.edu>
- GAUTHIER, L.; STOLLAK, G.; MESSE, L.; ARONOFF, J. «Recall of childhood neglect and physical abuse as differential predictors of current psychological functioning». *Child Abuse and Neglect*, 20 (1996), pàg. 549-559.
- HILDYARD, K. L.; WOLFE, D. A. Child neglect: developmental issues and outcomes». *Child Abuse and Neglect*, 26 (2002), pàg. 679-695.
- NAUGHTON, A. M.; MAGUIRE, S. A.; MANN, M.K.; LUMB, R.C.; Tempest, V.; Gracias, S, *et al.* «Emotional, behavioral, and developmental features indicative of neglect or emotional abuse in preschool children: A systematic review». *Journal of the American Medical Association of Pediatrics*, 167 (2013), pàg. 769-775.
- SROUFE, L. A.; EGELAND, B.; CARLSON, E. A.; COLLINS, W. A. *The development of the person: The Minnesota Study of risk and adaptation from birth to adulthood*. Nova York: Guilford Press, 2005.
- WOTHERSPOON, E.; GOUGH, P. *Assessing emotional neglect in infants*. CECW Information Sheet #59E. Toronto, ON: University of Toronto, Faculty of Social Work, 2008.