

John Bowlby

(26/02/1907) – (02/09/1990)

Natalí Oliveira do Carmo



Biografia:

John Bowlby (1907-1990) foi um renomado psicólogo e psiquiatra britânico, amplamente reconhecido por suas contribuições pioneiras à teoria do apego. Nasceu em Londres, em 26 de fevereiro de 1907, e estudou psicologia na Universidade de Cambridge, onde foi influenciado por figuras como Melanie Klein e Donald Winnicott. Sua formação foi complementada com um treinamento em psiquiatria infantil e psicologia do desenvolvimento.

Bowlby é mais conhecido por desenvolver a teoria do apego, que postula que a relação emocional inicial entre uma criança e seus cuidadores é fundamental para o desenvolvimento emocional e psicológico saudável. Ele argumentou que a qualidade do vínculo afetivo estabelecido com os cuidadores tem implicações profundas na forma como os indivíduos se relacionam com os outros ao longo da vida.

Além de seu trabalho teórico, Bowlby foi um dos primeiros a aplicar suas ideias de forma prática, influenciando a forma como o cuidado infantil e as intervenções psicossociais são abordadas até hoje. Seu trabalho teve um impacto profundo não apenas na Psicologia, mas também na Pedagogia, na prática clínica e nas políticas sociais. John Bowlby faleceu em 2 de setembro de 1990, mas seu legado continua a influenciar a psicologia do desenvolvimento e a prática clínica contemporânea.

Teoria:

A Teoria do Apego, desenvolvida pelo psicólogo britânico John Bowlby no século XX, baseia-se em conceitos da Psicanálise e postula que a aproximação e a criação de vínculos são tendências inatas dos seres humanos. Bowlby observou que, desde os primeiros minutos de vida, os bebês buscam vínculos para garantir sua sobrevivência, e, à medida que crescem, continuam a procurar

essas conexões em outras pessoas para satisfazer suas necessidades. A teoria destaca que o apego é uma estratégia de sobrevivência que promove a sensação de segurança e não apenas um comportamento. Bowlby desenvolveu a teoria após estudar crianças órfãs da Segunda Guerra Mundial. A partir destes estudos, Bowlby deu início à teoria do apego, que busca compreender como os seres humanos criam conexões psicológicas duradouras entre si.

Para John Bowlby, a teoria do apego funciona como um sistema biológico e psicológico que assegura a sobrevivência e o desenvolvimento emocional das crianças. Aqui estão os princípios centrais de como a teoria opera:

Sistema de Apego: Bowlby propôs que o apego é um sistema inato e adaptativo que motiva as crianças a buscar proximidade com seus cuidadores. Esse sistema está ativado em momentos de estresse ou necessidade, promovendo a segurança e proteção do indivíduo.

Vínculo Inicial: Desde o nascimento, os bebês têm uma tendência natural a formar vínculos com figuras de apego, geralmente os pais ou cuidadores primários. Esses vínculos são fundamentais para o desenvolvimento saudável, pois proporcionam uma base segura para a exploração do mundo.

Modelos Internos de Trabalho: As interações iniciais com os cuidadores ajudam a formar modelos internos de trabalho. Esses modelos são representações internas das expectativas e crenças sobre a segurança, a confiabilidade dos outros e a própria autoimagem. Eles influenciam como a pessoa se relaciona com os outros ao longo da vida.

Padrões de Apego: Bowlby identificou diferentes padrões de apego baseados na qualidade da resposta dos cuidadores:

Apego Seguro: Desenvolve-se quando os cuidadores são responsivos e consistentes, permitindo que a criança explore com confiança e recorra ao cuidador em momentos de necessidade.

Apego Inseguro-Avoidante: Desenvolve-se quando os cuidadores são distantes ou insensíveis, levando a uma maior independência aparente e menor busca por proximidade.

Apego Inseguro-Ambivalente/Resistente: Resulta de cuidadores inconsistentes, gerando uma ansiedade constante na criança e comportamento ambivalente.

Apego Desorganizado: Surge em contextos de cuidado imprevisível ou assustador, resultando em comportamentos confusos e contraditórios.

Exploração e Segurança: Um apego seguro proporciona uma base sólida que permite à criança explorar o ambiente e desenvolver habilidades cognitivas e sociais. A sensação de segurança é essencial para o crescimento e o desenvolvimento emocional saudável.

Bowlby fundamentou sua teoria na observação de crianças e na análise de suas interações com os seus cuidadores, destacando a importância desses vínculos para o desenvolvimento emocional e social.

Referências:

MAIN, M. (2001) Las categorías organizadas del apego en el infante, en el niño, y en el adulto: Atención flexible versus inflexible bajo estrés relacionado con el apego. Revista de Psicoanálisis, nº 8. Disponível em: . Acessado em 09/09/2024.

CRITTENDEN, P. (2001) Transformation in attachment relationships in adolescence: Adaptation versus need for psychotherapy. Disponível em: . Acessado em 09/09/2024.

FONAGY, P. (1999) Transgenerational consistencies of attachment: A new theory. Revista de Psicoanálisis, vol. 3. Disponível em: . Acessado em 10/09/2024.

HARVEY, M. (2000) Relationships between adolescents' attachment styles and family functioning. Adolescence. Disponível em: . Acessado em 10/09/2024.