

As raízes da formação de vínculos afetivos: uma revisão a partir de Bowlby e Winnicott

Márcia Rejane Semensato (FABIN)

e-mail: msemensato@gmail.com

“... é muito difícil um homem morrer quando não teve um filho para matá-lo na fantasia e poder sobreviver a ele, proporcionando assim a única continuidade que os homens conhecem”

Winnicott, 1983.

Resumo:

O ser humano se constitui a partir do outro, na sua relação com este, na sua presença e cuidado físico e afetivo e, aos poucos, na sua não presença também. A noção da formação de vínculos é elementar no desenvolvimento emocional (e até físico) desde a mais tenra infância e constitui uma das bases para muitos desenvolvimentos posteriores. Este artigo tem como proposta apresentar importantes concepções teóricas sobre o desenvolvimento desta capacidade de se vincular, de se ligar a outro. Para tal, trabalha-se com uma revisão teórica de conceitos de Bowlby, como a noção de vínculo oriunda da teoria do apego e as concepções de sensibilidade ou responsividade na interação dos pais com o bebê, bem como com o conceito de preocupação materna primária, de Winnicott. Nesse protótipo de vínculo da vida psíquica infantil fundam-se as primeiras raízes da formação da capacidade de ter um eu diferenciado e também de se vincular afetivamente a alguém.

Palavras-chave: apego; vínculo; interação pais-bebê; Bowlby; Winnicott.

The roots of the formation of affective bonds: a review based on Bowlby and Winnicott

Abstract:

Human beings are constituted from the other, in their relationship with them, in their physical and emotional presence and care, and, little by little, in their absence as well. The notion of forming bonds is fundamental in emotional (and even physical) development from early childhood and constitutes one of the bases for many later developments. This article aims to present important theoretical concepts about the development of this capacity to bond, to connect with another. To this end, we work with a theoretical review of Bowlby's concepts, such as the notion of bonding originating from attachment theory and the concepts of sensitivity or responsiveness in the interaction of parents with the baby, as well as with Winnicott's concept of primary maternal concern. This prototype of the bond in the child's psychic life is the basis for the first roots of the formation of the capacity to have a differentiated self and also to bond emotionally to someone.

Key-words: attachment; bond; parent-baby interaction; Bowlby; Winnicott.

1 Introdução

Bowlby e Winnicott reconheceram que os bebês vêm ao mundo já com uma predisposição a participar de interações pessoais. A teoria de Bowlby sobre o apego e a teoria de Winnicott sobre o ambiente suficientemente bom influenciam até hoje o estudo do desenvolvimento psíquico na primeira infância. Essas teorias enfatizam a importância do cuidado e do vínculo afetivo precoce na infância para o desenvolvimento saudável. Embora com diferenças em suas abordagens, convergem na importância do vínculo afetivo desde o início da vida.

Como início, é importante contextualizar os vínculos pessoais e profissionais na vida de John Bowlby e Donald Winnicott. De forma sintetizada Cherry narra a biografia de Bowlby: ele nasceu em Londres e foi o quarto de seis filhos, pertencentes à alta sociedade burguesa do século XX. Naquela época, as classes mais altas deixavam os pequenos aos cuidados de babás por um longo tempo, o que o levou a ter pouco contato com sua mãe. Acreditavam que muita atenção e cuidado não fariam bem às crianças. Aos sete anos ele ingressou em um internato, o que descreveu como uma experiência traumática. Esse conjunto de eventos geraria tal grau de perda e dor, que o levaram a trabalhar aspectos como vínculo, ansiedade de separação e medo da perda em crianças. Ele permaneceu vários anos no internato.

Na graduação seu principal interesse era a infância e o período de desenvolvimento e, posteriormente, fez vários estudos sobre crianças delinquentes e desajustadas, observando que muitas vezes vinham de famílias desfeitas ou sofreram abusos. Em 1937 foi aceito como psicanalista na Sociedade Psicanalítica Britânica. Trabalhou como médico na Segunda Guerra Mundial. Tornou-se diretor da Clínica Tavistock e, em 1950, tornou-se consultor de saúde mental da Organização Mundial da Saúde (OMS), onde foi contratado para escrever um relatório sobre a saúde mental de crianças sem-teto na Europa. Este relatório se transformou no livro Cuidados Maternos e Saúde Mental.

Seguiu a carreira especialmente interessado em como a separação dos cuidadores afetava as crianças; e, depois de muitos estudos, começou a desenvolver suas ideias sobre a importância do apego no desenvolvimento infantil. Além da psicanálise, Bowlby foi fortemente influenciado por Konrad Lorenz, zoólogo e etólogo que demonstrou que o apego era inato e auxiliava na sobrevivência.

A biografia de Donald Woods foi resumida por Steinwurz (Febrapsi): Winnicott nasceu numa próspera família de Plymouth. Tinha duas irmãs mais velhas e aos 13 anos foi mandado para um internato. Posteriormente ingressou na Universidade de Cambridge onde estudou biologia e depois medicina. Na guerra de 1914-18 serviu como estagiário de cirurgia e oficial médico em um destróier. Em 1923, foi indicado para o The Queen 's Hospital for Children e também para o Paddington Green Hospital for Children, onde permaneceu 40 anos trabalhando como pediatra, psiquiatra infantil e psicanalista.

Foi um colaborador de jornais médicos, psiquiátricos e psicanalíticos, e também escreveu para revistas destinadas ao público em geral, nas quais discutia problemas das crianças e das famílias. Foi presidente da Sociedade Britânica de Psicanálise por duas gestões, membro da UNESCO e do grupo de especialistas da OMS, demonstrando seu impacto internacional. Sua extensa obra foi dedicada à construção da teoria do amadurecimento pessoal.

O foco de Winnicott foi o início da vida e suas descobertas clínicas psicanalíticas iluminaram a importância do papel parental nas relações objetais iniciais. No cerne da contribuição de Winnicott está a relação pais-bebê. Estudou o bebê e sua mãe como uma “unidade psíquica” pois para ele não há como descrever um bebê sem falar de sua mãe. O ambiente facilitador é a mãe suficientemente boa que torna o bebê capaz de ter uma experiência de onipotência e cria a ilusão necessária a um desenvolvimento saudável. A teoria de Winnicott baseia-se no fato de que a psique não é uma estrutura pré-existente e sim algo que vai se constituindo a partir da elaboração imaginativa do corpo e de suas funções – o que constitui o binômio psique-soma.

1.1 O bebê e o vínculo de apego

A teoria do Apego, construída por John Bowlby (1982/1997, 1969/1997), constitui um marco na compreensão do desenvolvimento emocional humano. Fundamentada na observação da relação entre bebês e seus cuidadores, propõe que a qualidade dos vínculos estabelecidos nos primeiros anos de vida influencia profundamente a formação da personalidade, a regulação emocional e a capacidade para estabelecer relações afetivas ao longo da vida. Bowlby defendeu que o apego é uma necessidade primária, programada biologicamente, para garantir proteção e segurança e não exclusivamente uma necessidade secundária (derivada da alimentação ou conforto físico). Estudos empíricos de Ainsworth ampliaram as concepções de Bowlby, com a classificação dos padrões de apego, através de observações de crianças nas famílias e na sua cultura e posteriormente desenvolvendo um experimento denominado Situação Estranha (RIBAS; MOURA, 2005).

É importante ressaltar que na teoria de Bowlby diferencia-se apego, comportamento de apego e figura de apego. Apego é o tipo de vínculo que é restrito a poucas pessoas, enquanto o comportamento de apego pode ser mostrado a uma variedade de pessoas. A figura de apego é o adulto ao qual o vínculo de apego é dirigido (BOWLBY, 1988/1989).

A teoria do apego (BOWLBY, 1982/1997, 1969/1997) enfoca a relação inicial do bebê com uma figura de apego, isto é, aquela que fornece uma base segura a partir da qual se poderá atuar. Os bebês, por sua vez, têm uma habilidade de ligação com as pessoas que cuidam deles de forma sintônica na resposta às suas necessidades físicas e emocionais. Para compreender tais processos que iniciam na mais tenra infância, esse autor utilizou os conceitos de vínculo ou ligação. Através dessa interação com figuras de apego incentivadoras e confiáveis, a criança pode desenvolver um senso de segurança, combinando a confiança nos demais à confiança em si. Esse processo se passa através da internalização dos vínculos iniciais: as primeiras experiências de apego formam uma espécie de modelo de relacionamento que Bowlby denomina *modelo funcional do eu* (1973/1998). A forma que a criança vai representar as suas primeiras ligações funcionará como uma “lente” para suas interpretações acerca do mundo, especialmente do mundo das relações.

Bowlby (1969/1997) sustenta que, quando crianças e mesmo quando adultos, percebemos a pessoa amada como “mais forte e mais sábia” pois tanto na infância quanto na vida adulta, tendemos a idealizar a figura do cuidador ou da pessoa amada. Consequentemente, olhamos como aquela que pode garantir nossa sobrevivência, protegendo-nos e consolando-nos, ou seja, como aquele ou aquela que pode suavizar o inconsciente e o ancestral medo da solidão que foi insinuando-se no patrimônio genético humano por meio da seleção natural. O amor que mantém ligados os adultos pode ser considerado, por isso mesmo, um verdadeiro processo de apego, análogo ao que vincula uma criança à sua mãe, ou seja, um processo que tem em sua base, tanto a necessidade de proteção, quanto a tendência a cuidar do outro.

Até aproximadamente os três anos de idade, a ausência ou a presença física da figura de apego é essencial para sua acessibilidade. Após essa idade, tal necessidade pode ser gradualmente substituída à previsão de sua disponibilidade ou acessibilidade, o que se consolida na puberdade. Isso significa que houve a internalização desse vínculo (BOWLBY, 1973/1998). De fato, a compreensão atual é que experiências novas, sejam positivas ou negativas, ainda podem modificar seus modelos internos - as representações, especialmente na adolescência. A adolescência é um período sensível tão forte, que torna a memória biológica muito apta a aprender outro estilo afetivo, se o meio oferecer a oportunidade. O estabelecimento de relações fora da família de origem, por exemplo, também podem modificar os postulados de apego antes adquiridos, ou seja, há uma possibilidade de remanejamento da auto imagem, conforme as pessoas e os meios encontrados nesse momento (MALDONADO, 2011).

Assim, a experiência do vínculo do apego é compreendida como uma base para as relações futuras, mais especificamente, na capacidade de se sentir afetivamente conectado e na expectativa para reciprocidade, na mutualidade e na capacidade de empatia nas relações (BOWLBY, 1982/1997, 1969/1997). Partindo disso, um ponto fundamental do desenvolvimento do apego é a relação entre as experiências da criança com suas primeiras figuras e a qualidade para estabelecer vínculos afetivos posteriormente, como por exemplo, com parceiros ou parceiras. Ou seja, quando os pais confortam um bebê, o que ocorre é o início da construção de uma base de confiança para a vida. O conceito de "base segura" refere-se à figura de apego que a criança percebe como um porto seguro, um apoio emocional estável, a partir do qual pode explorar o mundo com confiança. Essa base segura é o cuidado que permite à criança sentir-se segura e confiante, pois sente que pode encontrar e voltar para quem lhe cuida em caso de necessidade ou ameaça.

James Barrie nos disse que quando o primeiro bebê sorriu, o sorriso desfez-se em mil fragmentos e cada um deles converteu-se em um duende. Posso acreditar piamente nisso. Os sorrisos dos bebês são coisas poderosas e fascinantes, deixando suas mães enfeitiçadas e escravizadas. Quem irá duvidar que o bebê que mais prontamente retribui um sorriso à sua mãe é o mais bem amado e o mais bem cuidado? (BOWLBY, 1982/1997, p. 58).

Assim, a teoria do apego (BOWLBY, 1969/1997) é uma teoria do vínculo primário mãe-filho, o qual tem valor inicial de sobrevivência - ou seja, a principal função desse vínculo é de proteger o bebê dos perigos - a sua sobrevivência. Portanto o que na teoria do apego se propõe como uma necessidade primária, é que há um potencial infantil, biológico, da espécie. O desenvolvimento desse potencial, no entanto, ocorre na interação: necessita das vivências como o outro. Essas vivências se transformam em representações interiorizadas, como a capacidade de explorar o mundo afetivo, criando laços com outras pessoas pela vida afora. Esse autor também enfatiza que "mãe" se refere a "maternal" e, embora seja usual a mãe natural de uma criança ser a sua principal figura de apego, o papel pode ser assumido por uma figura substituta que se comporte de um modo maternal em relação a um bebê (BOWLBY, 1973/1998).

As representações interiorizadas significam que no mundo íntimo, já na infância, formam-se, ao mesmo tempo, um modelo de si e um modelo do outro. Mais tarde, a criança continuará a responder a estas representações aprendidas. A própria capacidade de autonomia está relacionada à vivência de apego, à medida que desenvolver uma capacidade de separação e autonomia saudável e de sucesso é o resultado de uma boa conexão (PURSER, 2007). Para este autor, a experiência de estar com os outros colore a experiência de estar sozinho, a diferenciação, quando pode se carregar o outro internamente e ficar sozinho, sem depender da

presença constante de alguém; quando se sabe onde um termina e o outro começa. Nesse sentido, Purser (2007) diferencia que é o apego do que é fusão e emaranhamento pois os últimos não criam capacidade de intimidade, mas uma ilusão disto. Na linguagem coloquial, por vezes, propõe-se que o apego seria algo que prende o indivíduo e não permite que a pessoa desenvolva autonomia. A capacidade para formação de vínculos, no entanto, relaciona-se à vivência de um apego seguro, o qual facilita processos como individualização, diferenciação, autonomia e possibilidade de vivenciar intimidade ao longo do desenvolvimento do ser humano. De fato, a própria vivência amorosa, tem como um dos seus componentes o apego - no que tange à capacidade de se vincular e vivenciar intimidade.

1.2 O outro - a figura de apego e a preocupação materna primária

Se por um ângulo, identifica-se o desenvolvimento do vínculo de apego na infância, no outro vértice, estão as figuras de apego: pais, mães, cuidadores, etc. A qualidade do apego está relacionada à natureza das interações entre esses adultos e as crianças.

Os conceitos de sensibilidade ou responsividade se referem a diferentes formas que o adulto responde aos sinais da criança (RIBAS; MOURA 2005). E, ao se tratar de uma concepção de vínculo, há o bebê com suas capacidades de atrair o adulto e desenvolver o vínculo de apego e há as figuras de apego, cuja capacidade de responsividade e empatia é essencial, até porque, nem tudo é facilitado nessa vinculação iniciais pais-bebê. O bebê pode, por exemplo, facilmente ser depositário das angústias parentais, pois os bebês “manifestam de forma nua e crua todos os pecados de que a carne é herdeira: são egoístas, ciumentos, sujos, interessados em sexo e propensos a explosões coléricas, à obstinação e à voracidade” (BOWLBY, 1982/1997, p. 35-36).

A ambivalência está presente nessa relação, tanto nos pais como na criança. Esses sentimentos ambivalentes podem ter como base a vivência infantil dos pais:

Os sentimentos despertados em nós quando nos tornamos pais têm muito em comum com os sentimentos que foram suscitados em nós, quando crianças, por nossos pais e irmãos [...], o ressurgimento dos sentimentos ambivalentes está sendo enfrentado, sem que o saibam, pelos mesmos métodos primitivos e precários a que recorreram em sua própria infância, numa época da vida em que não dispunham de melhores métodos (BOWLBY, 1987/1992, p. 34).

Na teoria do apego, compreende-se que o bebê tem um papel ativo na busca de um objeto – uma vinculação que visa à sobrevivência e a extrapola pelo seu componente afetivo, a vivência afetiva. A proteção não é somente física, ela é afetiva: as angústias, os “terrores” dos bebês não são exatamente externos, mas internos e necessitam da proteção e do conforto afetivo. O bebê tem a necessidade do objeto que protege e aplaca as suas angústias – satisfaz suas necessidades afetivas e orgânicas – perigos externos e internos. Esse objeto-mãe tem um calor afetivo, em sintonia com a linguagem do bebê, uma linguagem corporal – o choro, o espernear, o olhar, o esticar os braços em direção ao adulto, etc. Esses sinais do bebê, por sua vez, têm uma função importante de conectar o adulto: eles são altamente atraentes para os adultos próximos. Para Bowlby, o núcleo do que ele chama de vínculo afetivo é exatamente essa atração: “a atração que um indivíduo sente por outro indivíduo” (1982-1997, p. 97).

A sintonia do cuidador-mãe que conforta e protege, a responsividade, é denominada por Winnicott (1956/2000) como a “preocupação materna primária”. A mãe, enquanto fonte de conforto e proteção, tende a desenvolver a preocupação materna primária, uma espécie de “saudável loucura” que lhe permite buscar uma compreensão das necessidades do bebê, através dos sinais deste. O autor ressalta que o olhar materno funda algo psíquico no bebê quando diz que: “O primeiro espelho da criatura humana é o olhar de sua mãe, o sorriso dela, suas expressões faciais” (WINNICOTT, 1975, p. 157). Para o bebê, segundo Winnicott (1975, p. 157), esse olhar suscita algo estruturante: “quando olho, sou visto, logo existo”.

Winnicott (1963), descreveu o desenvolvimento emocional primitivo desde a dependência até a independência: a dependência absoluta, a dependência relativa e a autonomia relativa. Na fase de dependência absoluta é que a mãe desenvolve a preocupação materna primária (Winnicott, (1956/2000) sendo capaz de compreender o bebê através de uma identificação e constituindo com ele em uma unidade mãe-bebê. Essa capacidade de identificação com o bebê vem da sua própria experiência de ter sido um bebê, a memória corporal de conforto e segurança - a memória de ter sido cuidada. Através dessa forma de interação desde a fase de dependência absoluta a mãe auxilia o bebê a se integrar; se a conexão não é sintônica há um risco do bebê permanecer num estado de não-integração. O conceito de não-integração refere-se à fase inicial do desenvolvimento na qual não há ainda uma vivência unificada de si mesmo, e sim, um estado de fragmentação em sensações corporais. Para Winnicott (1956/2000), uma mãe suficientemente boa consegue realizar o holding e responder de forma adequada aos gestos espontâneos de seu bebê, pois o holding deve estar em sintonia com as solicitações do bebê. Essa interação favorece a criação do verdadeiro self do bebê.

Winnicott (1975) compreendia, ainda, que a instalação da falta é necessária para o desenvolvimento. A total satisfação poderia ser imaginada como uma repetição de tom igual e monótono, dificultando que algo de novo possa se desenvolver ou ser criado pela criança. Assim, a satisfação e a falta impulsionam a criança no seu contato com o mundo exterior, na sua criação e na sua capacidade de desenvolver vínculos afetivos.

Partindo de sua pesquisa, Campana, Santos e Gomes (2019) ressaltam que nas configurações atuais das famílias, a preocupação primária pode ser desenvolvida também pelos homens. Assim sendo, os autores propõem que se desvincule este conceito de determinismos biológicos e se adote a denominação “preocupação parental primária”. A mãe suficientemente boa é, de fato, um adulto que se adapta às necessidades do bebê.

Essas ideias de Winnicott são abordadas também em pesquisas sobre a vida fetal. Estudos indicaram que o ritmo dessincronizado no final da gestação e seus incômodos é um indício de separação que permite significados por ter um efeito estimulante que pode estar na origem da vida psíquica. Com o desemparelhamento de ritmos, o universo não sucumbe à repetição. No útero, o bebê já organiza o mundo que percebe, ou seja, os afetos maternos são transmitidos pelos canais sensoriais, percebidos e interpretados por ele (CYRULNICK, 2007).

Esses estudos concluíram que o feto possui um tipo de memória de curta duração que, aliado ao contágio emocional existente na vida fetal, é um impulso a sua vida mental, um mundo psíquico que organiza e qualifica os afetos: “a alimentação sensorial do feto é fornecida pelas reações da mãe [...], esses são alimentos afetivos da vida fetal” (CYRULNICK, 2007, p. 58-59).

Considerações finais

O desenvolvimento do apego é uma vivência infantil, mas pode ser reativado no adulto, por exemplo, em situações de estresse e se relaciona tanto à capacidade de diferenciação eu-outro,

bem como a ligação afetiva a outras pessoas vida afora. O apego, como visto, é um vínculo afetivo, um precursor, uma “inauguração” afetiva. Compreender a relação de apego como um tipo de vínculo afetivo, não equivale a postular que o bebê sinta um amor pelo outro, enquanto alguém separado dele nessa etapa da vida, até porque nesse período domina o egocentrismo no desenvolvimento. O bebê, no entanto, é um agente ativo que mobiliza os pais com seus potenciais e favorece a criação desse novo vínculo. O vínculo dos pais criando um ambiente suficientemente bom (Winnicott), ou uma base segura (Bowlby), forma as bases para o desenvolvimento na compreensão desses autores. Tanto Winnicott quanto Bowlby tiveram como foco a importância dos primeiros anos de vida e do vínculo entre o bebê e o cuidador para o desenvolvimento psíquico e emocional da criança.

Referências

BOWLBY, J. . **Formação e rompimento dos laços afetivos**. São Paulo: Martins Fontes, 1997. Original publicado em 1982.

_____. **Attachment**. London: Pimlico, 1997. Original publicado em 1969.

_____. **Separation: anger and anxiety**. London: Pimlico, 1998. Original publicado em 1973.

_____. **Uma Base Segura: aplicações Clínicas da Teoria do Apego**. Porto Alegre: ArtMed, 1989.

CAMPANA N. T, SANTOS C. V., GOMES I. **Revista Psicologia Clínica**. Rio de Janeiro, v. 31, n.1, p. 33 – 53, 2019.

CHERRY K. How John Bowlby influenced child psychology [Internet]. Verywellmind.com Disponível em: <https://www.verywellmind.com/john-bowlby-biography>. Acesso em 02 março: 2025.

CYRULNICK, B. **Os alimentos afetivos**. São Paulo: Martins Fontes, 2007.

MALDONADO, M. T. **Apego: a construção de vínculos saudáveis**. Editora Vozes 2011.

PURSER, G. S. Subjectivity or intimacy? The chicken or The egg? What comes first? **Attachment Journal: New directions in Psychotherapy and relational Psychoanalysis**. London, v.1, n.3, p. 294-296, 2007.

RIBAS, A. MOURA, M. L. S. (2005). Responsividade materna e teoria do apego: uma discussão crítica do papel de estudos transculturais. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, Porto Alegre v.17,n.3, p.351-322, 2004.

WINNICOTT, D. W. **Da pediatria à psicanálise: obras escolhidas**. Rio de Janeiro: Imago, 2000. Original publicado em 1956.

_____. **O ambiente e os processos de maturação: estudos sobre a teoria do desenvolvimento emocional**. (I. C. S. Ortiz, trad.). Porto Alegre: Artmed, 1963.

_____. O papel de espelho da mãe e da família no desenvolvimento infantil. In: Winnicott, D.W. **O brincar e a realidade**. Rio de Janeiro: Imago, 1975.

Steinwurz, D. A. Donald Woods Winnicott. Disponível em <https://febrapsi.org/publicacoes/biografias/donald-woods-winnicott/>. Acesso em 05 março: 2025.

