

RIASSUNTO "L'ATTACCAMENTO: TEORIA E METODI DI VALUTAZIONE"

Bowlby è stato l'iniziatore della "teoria dell'attaccamento".
Essa individua 3 periodi chiari di crescita e cambiamento:

1) Bowlby enfatizza l'importanza per lo sviluppo del bambino, di un legame intimo e duraturo con una persona specifica che si prende cura di lui; è un legame universale, di derivazione biologico-evoluzionista, ovvero con lo scopo di assicurare protezione al piccolo della specie umana.

Si tratta quindi di una particolare relazione affettiva con una specifica figura di riferimento (*care-giver*). Questo rapporto nel corso del tempo fungerà da modello per successive relazioni intime che stabilirà con altri partner interattivi durante le fasi dello sviluppo e fino all'età adulta.

L'individuo è qui concepito come essere-in-relazione quindi, fin dalle prime fasi della vita, e le interazioni reali hanno molto valore nella costruzione dell'identità personale e relazionale.

2) Ainsworth ha analizzato le differenze individuali che si riscontrano nelle relazioni di attaccamento. Questo perché le relazioni di attaccamento non sono tutte uguali tra loro, quantomeno per la qualità del legame che si è instaurato con l'adulto. Alcuni bambini dispongono di una figura adeguatamente protettiva e sensibile da permettere lo sviluppo di un *attaccamento* di tipo "sicuro", altri no e quindi da adulti svilupperanno un attaccamento di tipo "insicuro", che può manifestarsi in diverse tipologie.

La Ainsworth ha ideato la *Strange Situation*, un metodo standardizzato con cui osservare e "misurare" le differenze individuali dei bambini nel loro attaccamento con l'adulto. È una procedura di valutazione della qualità dell'attaccamento nella prima infanzia.

3) Bowlby ha introdotto il concetto di *Internal Working Model (IWM)*, o *Modello Operativo Interno* del sé e delle figure di attaccamento, espandendo la teoria oltre a uno sviluppo lungo l'arco della vita, andando anche al di là dell'osservazione del comportamento. Ha posto il focus su come i comportamenti diadici del bambino con la figura di riferimento divengano poi modelli interni di organizzazione del sé e delle modalità relazionali dell'individuo. L'attaccamento è un fenomeno globale che comprende la qualità delle relazioni dall'infanzia all'età adulta, passando alla lettura degli stili rappresentazionali connessi al mantenimento dei sentimenti di sicurezza e protezione.

La "teoria dell'attaccamento" ha fornito un quadro di riferimento con cui pensare allo sviluppo e comprendere l'adattamento dell'individuo.

CAP. 1 - LA PROSPETTIVA DELL'ATTACCAMENTO

Il legame di attaccamento ha la funzione di garantire il benessere dell'individuo: la protezione dai pericoli ambientali e dalle tensioni interne, favorire quindi la sopravvivenza (vantaggio evoluzionistico) grazie alla vicinanza del piccolo con una figura adulta.

Il bambino raggiunge lo scopo protettivo attraverso i comportamenti di attaccamento (innati), che hanno la funzione (esito prevedibile) di favorire la vicinanza fisica alla figura di attaccamento (accostamento e mantenimento del contatto), sia ottenendo l'avvicinamento di quest'ultima con segnali (sorriso, vocalizzazione, pianto, gesto di sollevare le braccia).

Secondo Bowlby esistono 4 sistemi di controllo (di attaccamento, di esplorazione, affiliativo e di paura-attenzione) che agiscono in modo coordinato o antitetico fra loro. I comportamenti di attaccamento vengono organizzati in un *sistema di attaccamento*, dal 6° mese inizia a coordinare l'esecuzione dei comportamenti di attaccamento in modo organizzato rispetto al loro scopo (*goal-corrected*).

Il sistema ha lo scopo (set-goal) di regolare omeostaticamente la vicinanza con la figura di attaccamento, rispetto a variazioni situazionali (es. pericolo, inibisce il sistema di esplorazione e attivo i comportamenti di attaccamento per aumentare la vicinanza all'adulto).

Il vissuto interno è il sentimento di *sicurezza*: l'attaccamento è un sistema attivato da condizioni di disagio di diversa natura, endogene (interne all'individuo, es. malattie) o esogene (dall'ambiente).

In situazioni di pericolo viene attivato un meccanismo di controllo del comportamento. Nella sua attività, il sistema di attaccamento implica la produzione di potenti emozioni: paura e collera per la lontananza dell'adulto, tristezza se questa è prolungata, benessere e sicurezza quando l'adulto è nuovamente vicino.

Attraverso il *metodo comparativo* tra l'uomo e la specie animale, Bowlby ha scoperto che il bambino costruisce una relazione con gli adulti che lo circondano per le potenzialità nella relazione di fornirgli un contesto in cui crescere al sicuro e non spinto solo dalla fame o altri bisogni fisiologici.

I coniugi Harlow hanno condotto esperimenti con piccoli di *macaco Rhesus*, allevati in diverse situazioni di accudimento. In una delle condizioni, i cuccioli venivano cresciuti con 2 diversi sostituti materni: uno in metallo con un dispensatore di cibo, l'altro fatto di un tessuto morbido, ma senza fornitore di cibo.

In situazioni di pericolo (es. oggetto estraneo nella gabbia), i piccoli mostravano una preferenza per il sostituto materno di stoffa, in quanto più "accogliente" e offriva la possibilità di sperimentare un contatto e una vicinanza fisica più piacevoli e rassicuranti (*motivazione primaria*).

Il *periodo sensibile* (1 anno di vita) è il lasso di tempo privilegiato durante il quale l'individuo sembra maggiormente predisposto a costruire il legame di attaccamento: molte delle risorse e competenze dell'individuo sono "catalizzate" al raggiungimento di un determinato obiettivo evolutivo.

Per *monotropismo* si intende la tendenza del bambino ad avere un'unica figura di attaccamento (solitamente la madre biologica).

In seguito, tale idea fu rimpiazzata dagli attaccamenti multipli, ovvero la costruzione di più legami di attaccamento del bambino con adulti diversi (es. padre, nonni, baby-sitter, educatrici dell'asilo nido, ecc.). Il bambino sarebbe quindi in grado di stabilire relazioni significative con varie figure adulte, purché siano legate a lui in modo continuativo e intimo.

Al sistema comportamentale di attaccamento, ne esiste uno antagonista, il *sistema esplorativo*, che costituisce una fonte importante di informazioni per lo sviluppo del piccolo e per la sua padronanza dell'ambiente circostante.

La sensibilità delle cure materne sembra favorire lo sviluppo di una fiducia di base nella presenza fisica e nella disponibilità affettiva del suo *caregiver* (la figura che si prende cura del bambino) nel fronteggiare la difficoltà delle situazioni pericolose.

Per *comportamento di attaccamento* si intende ogni forma di comportamento che tende a ottenere o mantenere la vicinanza con qualche altro individuo differenziato o preferito. I segnali attraverso i quali si verifica sono: il sorriso, la vocalizzazione o il pianto, l'avvicinamento. I comportamenti di segnalazione sembrano essere una componente innata, in quanto presenti anche in bambini ciechi e sordi fin dalla nascita. Si innesca dalla separazione o dalla minaccia di separazione dalla figura di

attaccamento, inibito per mezzo della vicinanza.

Il *sistema comportamentale di attaccamento* motiva e regola il comportamento del bambino: ha l'obiettivo esterno di spingerlo alla ricerca di vicinanza con la figura di attaccamento e l'obiettivo interno di indirizzarlo alla ricerca di sicurezza. A questo si alterna l'altro sistema fondamentale per lo sviluppo e la padronanza dell'ambiente circostante, quello esplorativo. L'esplorazione è strettamente correlata alla fiducia del bambino nei confronti della stabilità e della disponibilità della figura di attaccamento, la *base sicura*.

Il *legame* (o *relazione*) di *attaccamento* (o *attaccamento tout court*) è l'aspetto specifico della relazione fra adulto e bambino connesso con il mantenimento e la regolazione della sicurezza e della protezione.

Ciò che caratterizza una relazione di attaccamento è: la *ricerca di vicinanza* (come condizione per sentirsi a suo agio, in conformità a fattori come l'età, il temperamento, le circostanze, la sensazione di essere stanco, ammalato o spaventato), la *ricerca di un "porto" sicuro* (per rifugiarsi nelle situazioni di pericolo e da cui ripartire per esplorare il mondo circostante) e la *protesta per la separazione* (migliore prova per valutare la presenza del legame di attaccamento).

Dopo i primi 2 anni di età i comportamenti di attaccamento tendono a diminuire sia in frequenza sia in intensità. Le nuove acquisizioni sul piano cognitivo, permettono al bambino l'utilizzazione di strategie di attaccamento più flessibili, efficaci e diversificate.

Il costrutto di attaccamento può essere poi ampliato alle relazioni che la persona stabilirà nel corso della vita con figure diverse, purché connotate dalle specifiche caratteristiche di tale legame.

Secondo Bowlby, il legame di attaccamento durante il periodo sensibile si sviluppa in 4 fasi: *preattaccamento* (orientamento e segnali senza discriminazione della persona), *formazione* (orientamento e segnali verso una o più persone discriminate) e queste comprendono il periodo dalla nascita ai 6-8 mesi e non si ha ancora la protesta da separazione in quanto l'angoscia del bambino in questa fase è relativa alla paura di essere lasciato solo più che alla perdita della figura di attaccamento. In questo periodo nell'interazione adulto-bambino due aspetti hanno un'importanza fondamentale per la costruzione del futuro legame di attaccamento: lo *sguardo reciproco* e la capacità di *holding* della figura di riferimento, ovvero la capacità dell'adulto di dare contenimento e sostegno al bambino sia affettivamente che psicofisiologicamente.

Dai 6-8 mesi, fino al 2°-3° anno ha inizio la fase di attaccamento vera e propria: il mantenimento della vicinanza mediante locomozione e mediante segnali a una persona discriminata. Qui abbiamo la *protesta da separazione* e la *paura degli estranei*. Il bambino sviluppa nuove abilità cognitive come la costanza dell'oggetto (la capacità di costruire e mantenere una rappresentazione mentale degli oggetti anche in loro assenza), il gattonamento, la deambulazione e il linguaggio. In questa fase il bambino e l'adulto riescono a prevedere i reciproci comportamenti e a sincronizzarsi all'interno di una struttura di attaccamento che consente loro di costruire delle aspettative nei riguardi del comportamento del partner, in cui la mancata risposta attesa provoca angoscia.

Nell'ultima fase, infine, si costruisce un *rapporto reciproco diretto secondo lo scopo*: il bambino accresce le sue capacità linguistiche e della memoria. Queste nuove competenze gli permettono di considerare la figura di attaccamento come indipendente da sé e dotata di persistenza spazio-temporale, permettendogli di allontanarsi dal genitore e di prevedere i suoi comportamenti, influenzandoli coi propri.

In questo periodo il bambino sviluppa i *Modelli Operativi Interni (IWM)*, ovvero rappresentazioni mentali di se stesso e dell'altro che riflettono la storia relazionale del bambino con l'adulto di riferimento.

La teoria di riferimento fondamentale alla teoria dell'attaccamento è la *psicoanalisi*. La *teoria dell'attaccamento* vede un bambino dotato fin dalla nascita della capacità di entrare in relazione con il proprio ambiente circostante, spinto da una motivazione primaria a costruire relazioni significative con l'adulto. Si predilige il *metodo longitudinale* nello studio dello sviluppo, in senso prospettico (contrariamente al metodo retrospettivo e ricostruttivo della psicoanalisi), l'*osservazione diretta* del comportamento, in particolare in situazioni reali di vita, l'interesse per lo studio di esperienze di vita reale, l'interesse per il *metodo comparato* nello studio dello sviluppo (confronto dei dati ricavati dall'osservazione del piccolo dell'uomo con quelli derivati dallo studio dello sviluppo in altre specie animali), l'interesse alla comprensione dello *sviluppo affettivo-relazionale "sano"* assieme ai percorsi evolutivi segnati dalla presenza di fattori di rischio che possono avere un ruolo centrale nell'influenzare l'adattamento della persona.

Anche l'attaccamento col padre sembra influenzare alcuni aspetti dello sviluppo, dando contro all'idea di monotropismo, come la relazione con l'educatrice del nido, che sembra anch'essa influire sull'adattamento e lo sviluppo del piccolo, in particolare sulla competenza sociale con i pari.