

VALUTAZIONE DEI LEGAMI DI ATTACCAMENTO NEL CICLO DI VITA

Domande a risposta breve:

-Scrivere i titoli delle 5 storie dell'ASCT (Le storie e le tematiche indagate dall'asct, per bambini dai 3 ai 7 anni)

Storia 1: *"Il succo versato"* tema indagato: *figura di attaccamento in relazione d'autorità con il bambino*

Storia 2: *"Il ginocchio ferito"* tema indagato: *dolore fisico e comportamenti di cura*

Storia 3: *"Il mostro nella camera"* tema indagato: *paura e risposta di protezione*

Storia 4: *"La partenza"* tema indagato: *ansia da separazione e abilità di coping*

Storia 5: *"La riunione"* tema indagato: *modalità e strategie di ricongiungimento*

I titoli delle storie del MCAST (*Manchester Child Attachment Story Task*, per bambini dai 4 agli 8 anni) sono:

Storia 1: "L'incubo"

Storia 2: "Il ginocchio ferito"

Storia 3: "Mal di pancia"

Storia 4: "Shopping"

-Scrivere il tema indagato o le scale dell'ASQ

Il tema indagato è la valutazione di differenze individuali dell'attaccamento adulto.

Le scale dell'ASQ sono: la fiducia (attaccamento sicuro), il disagio per l'intimità (attaccamento evitante), il bisogno di approvazione (attaccamento timoroso e preoccupato), la preoccupazione per le relazioni (atteggiamento ansioso/ambivalente), la secondarietà delle relazioni (atteggiamento distanziante)

-Elencare le scale dell'ASI (AAI)

Le scale dell'AAI sono:

1) *Scale di esperienza*: esperienze affettive di attaccamento vissute nell'infanzia (rifiuto, coinvolgimento/inversione, spinta al successo, trascuratezza)

2) *Scale per gli stati della mente rispetto ai genitori (e agli altri)*: stato attuale della mente del soggetto, rappresentazioni delle esperienze connesse all'attaccamento (idealizzazione, rabbia attuale)

3) *Scale per stati complessivi della mente (con lutto o trauma non risolto)*: generale distanziamento dall'esperienza di attaccamento, insistenza sulla mancanza di ricordi, processi metacognitivi, passività dei processi di pensiero, paura della perdita, alti punteggi di lutti irrisolti, alti punteggi di traumi irrisolti, coerenza della trascrizione, coerenza della mente

Le scale dell'ASI sono:

Scale di Atteggiamento:

1) *Affidamento su sé*: Valuta il modo in cui il soggetto affronta le situazioni, livello di indipendenza e valore che viene attribuito a quest'ultima. Riflette l'evitamento nelle relazioni significative.

2) *Inibizioni*: Difficoltà nell'avvicinarsi agli altri per fidarsi, avere una relazione di intimità e cercare aiuto. Riflette l'evitamento nelle relazioni significative.

3) *Paura dell'intimità*: E' collegata alla precedente e misura il livello in cui si manifesta tale paura. Ansia verso eccessiva vicinanza emotiva, vergogna e paura ad aprirsi con gli altri e disagio nell'ascoltare sofferenze altrui. Valuta ansia e ambivalenza

4) *Sfiducia negli altri*: Mancanza di fiducia verso le persone con le quali si ha un rapporto intimo e estranee. Si basa su sospettosità e timore di eventuali abbandoni. Riflette l'evitamento nelle relazioni significative.

5) *Rabbia/Ostilità nelle relazioni*: Livello di ostilità, risentimento o gelosia verso gli altri. Valuta ansia e ambivalenza

6) *Desiderio di coinvolgimento*: Bisogno di dipendenza, ovvero necessità e desiderio di vicinanza e intimità col partner e altre persone vicine. Incapacità di stare soli e costante bisogno di compagnia. Valuta ansia e ambivalenza.

7) *Intolleranza alla separazione*: Grado di sofferenza in caso di separazioni anche momentanee. Paura di essere abbandonati o che accada qualcosa di brutto alle persone intime. Valuta ansia e ambivalenza.

Scale di comportamento:

Capacità di instaurare e mantenere relazioni: Comportamento attuale del soggetto nelle relazioni e capacità di mantenerle. Si indagano anche relazioni passate.

-Scrivere le scale e gli stili di attaccamento indagati dagli strumenti

-"Un tipo di comportamento ... e ..." è caratteristico di quale tipo di attaccamento?

Spontaneo, appropriato e coerente, pianto o espressione diretta del disagio = sicuro (B)

Scarso, superficiale, apparente indifferenza e convenzionale = evitante (A)

Esagerato, non appropriato o inconsistente, divagante, imprevedibile e ambiguo, pianto intenso = insicuro-ambivalente (C)

Incoerente, contraddittorio o non finalizzato e non convenzionale = disorganizzato (D)

-Quali sono le fasi della formazione dell'attaccamento?

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.

Domande a scelta multipla:

-Chi ha sviluppato (ideato) l'AAI?
George, Kaplan & Main (1985)

-L'AAS è: a) categoriale b) dimensionale c) entrambe

c) L'AAS è categoriale perché contiene solo autodescrizioni da scegliere.

L'ECR e l'ASQ sono dimensionali perché c'è un continuum che viene indagato per individuare lo stile di attaccamento attraverso item organizzati su scale.

L'RQ si basa su 2 dimensioni cioè il modello del sé e il modello dell'altro.

È dimensionale ma può essere usato anche in modo categoriale.

È categoriale quando il costrutto teorico prevede che gli stili di attaccamento siano mutualmente escludentisi (AAS). Mentre se ci sono i prototipi è dimensionale, in quanto il sistema di classificazione prevede una variabile interna alla categoria, i membri della quale possono differire in relazione al grado di corrispondenza con il modello.

-Per cosa si caratterizza lo stile timoroso?

-Quali sono le due dimensioni della teoria interazionista?

La base sarebbe l'interazione dell'individuo con l'ambiente. Le due dimensioni sono "ambiente condiviso" e "ambiente non condiviso". L'interazionismo simbolico: cioè ambiente e comportamento come 2 dimensioni che si influenzano.

Secondo la *teoria di Crittenden*, l'attaccamento è un processo di apprendimento della regolazione del funzionamento mentale e interpersonale fondata sulla teoria dell'evoluzione e dell'apprendimento per cui la maturazione è in interazione dinamica con l'esperienza.

Qual è la differenza tra mentalizzazione (o funzione riflessiva) e rispecchiamento?

Mentalizzazione = funzione simbolica, modi in cui la mente costruisce simboli (che poi vengono interiorizzati dal soggetto) per rappresentare qualcosa. La mentalizzazione emerge primariamente grazie alla relazione col caregiver e permette di interiorizzarla (e formare così i modelli operativi interni), ma non serve solo ad interiorizzare questo legame di attaccamento: è connessa anche col controllo degli impulsi, all'automonitoraggio, all'esperienza di Agency.

La mentalizzazione è incastrata nelle relazioni oggettuali primarie del b e soprattutto nella relazione di rispecchiamento con i caregiver, quindi senza la mentalizzazione non ci può essere il rispecchiamento e viceversa.

Rispecchiamento = il genitore pensa all'esperienza mentale del bambino e si crea così una rappresentazione "secondaria" di stati mentali e corporei. Ciò permette al bambino di costruirsi a sua volta delle rappresentazioni primarie, che fungono da base per la strutturazione del sé.

INTERVISTE

• AAI (ADULT ATTACHMENT INTERVIEW)

Intervista semi strutturata somministrata ad adulti e adolescenti.

20 domande principali da eseguire in ordine prestabilito e che possono essere approfondite con altre di approfondimento, la somministrazione dura un'ora circa. Le domande mirano ad avere il ricordo di episodi specifici e valutazioni generali dell'esperienza passata.

I temi indagati sono:

- La descrizione della storia familiare in generale
- La descrizione del rapporto coi genitori chiedendo 5 aggettivi (per ognuno si chiede un esempio, un episodio per illustrarli)
- Il comportamento del soggetto e dei genitori in situazioni di disagio (emotivo e fisico)
- Quale genitore sentivano più vicino
- La prima esperienza di separazione dai genitori
- Le esperienze di rifiuto o di minaccia dai genitori
- Le esperienze di perdite (lutti)
- Le credenze su come le esperienze di cura dei genitori abbiano influenzato la sua personalità di oggi
- I cambiamenti nella relazione con i genitori e il loro rapporto attuale
- Se è genitore, come l'esperienza dei propri genitori ha influenzato il suo comportamento verso il figlio

Sono domande sull'argomento, si chiede un bilancio con l'attuale punto di vista adulto. Viene infine chiesto di pensare al proprio bambino (se non c'è, si chiede di immaginarlo) e di esprimere sentimento sulla sua lontananza, desideri per il futuro, e cosa si vorrebbe che il bambino imparasse dal soggetto.

Valutazione in due fasi:

- 1) Contenuto e forma delle risposte tramite scale di valutazione
- 2) Analisi dell'intervista nel complesso per dare la codifica finale del tipo di attaccamento

Si valutano:

- la *qualità* (deve essere verosimile e veritiero)
- la *quantità* (esauriente ma succinto)
- la *relazione* (pertinente e perspicace)
- il *modo* (chiaro e ordinato) di esposizione del racconto

3 scale:

- Scale di esperienza*: esperienze affettive di attaccamento vissute nell'infanzia (rifiuto, coinvolgimento/inversione, spinta al successo, trascuratezza)
- Scale per gli stati della mente rispetto ai genitori (e agli altri)*: stato attuale della mente del soggetto, rappresentazioni delle esperienze connesse all'attaccamento (idealizzazione, rabbia attuale)
- Scale per stati complessivi della mente (con lutto o trauma non risolto)*: generale distanziamento dall'esperienza di attaccamento, insistenza sulla mancanza di ricordi,

processi metacognitivi, passività dei processi di pensiero, paura della perdita, alti punteggi di lutti irrisolti, alti punteggi di traumi irrisolti, coerenza della trascrizione, coerenza della mente

Alla fine si arriva all'assegnazione di 4 tipologie di attaccamento:

- Categorie F (Free autonomous) -> *sicuri autonomi*
- Categoria DS (Dismissing) -> *distanzianti*
- Categoria E (Preoccupied) -> *preoccupati/invischiati (coinvolti)*
- Categoria U (Unresolved) -> *irrisolti*

Si valuta la capacità del soggetto di rielaborare e descrivere in modo chiaro la narrazione.

Attaccamento sicuro-autonomo (F) -> capacità di esplorare pensieri e sentimenti relativi alle aree indagate; facile accesso ai ricordi; visione coerente delle proprie esperienze e degli effetti di queste sul proprio stato della mente; racconto coerente, pertinente e succinto della loro infanzia; danno valore alle esperienze di attaccamento (corrisponde allo stile di attaccamento *sicuro B* nel bambino)

Attaccamento distanziante (DF) -> sistema di attaccamento disattivato e scollegato dall'esperienza attuale; scarsa importanza attribuita alle relazioni di attaccamento; tendenza all'idealizzazione, alla svalutazione o alla normalizzazione; racconto incoerente con contraddizioni interne (violazione della massima della qualità); trascritti brevi (violazione della massima della quantità) (corrisponde allo stile di attaccamento *insicuro-evitante A* nel bambino)

Attaccamento preoccupato (E) -> sistema di attaccamento attivato a un livello elevato; sembrano intrappolati nei ricordi delle esperienze precoci; racconto incoerente con frasi lunghe e confuse (violazione della massima della rilevanza e della maniera); trascritti lunghi (violazione della massima della quantità) (corrisponde allo stile di attaccamento *insicuro-ambivalente C* nel bambino)

Attaccamento irrisolto nei confronti di traumi e lutti (U) -> mancata risoluzione di specifici eventi della storia passata (lutti, abusi o traumi); indici di marcata disorganizzazione; normalmente il soggetto può rientrare nelle categorie DS, E, o F (corrisponde allo stile di attaccamento *disorganizzato D* nel bambino)

Attaccamento Inclassificabile (CC) -> Mancanza di uno stato mentale organizzato in modo unitario; impossibilità di collocazione nelle categorie precedenti

Nella versione dell'AAI per adolescenti, l'*intervista sull'attaccamento nella latenza (IAL)*, ha la stessa struttura e sequenza di domande, ma:

- un linguaggio semplificato
- alcune domande sono state eliminate (come quelle sui figli)
- sono 15 domande per una durata circa di 30 minuti di somministrazione
- sono state inserite domande relative alla relazione con i pari (es: "Hai un amico a cui tieni particolarmente? Puoi descrivere il rapporto con lui?")
- il sistema di codifica prevede 4 categorie: preoccupato/invischiato, irrisolto/disorganizzato.

• ASI (ADULT STYLE INTERVIEW)

Intervista semi strutturata che mira alla valutazione dell'attaccamento adulto, in particolare a tutte le relazioni attuali intime del soggetto.

Deriva da un modello eziologico di depressione, presumibilmente causata da un basso livello di cure in età infantile e adulta, quindi mancanza di autostima e base sicura.

L'attaccamento viene diviso in :

- *Standard* (sicuro nell'AAI)
- *Non standard* (distaccato/dipendente nell'AAI)

La misura globale è relativa agli atteggiamenti del soggetto in una serie di relazioni (famiglia, amici, amore, ecc.).

Vengono valutati lo stile narrativo e la coerenza tra atteggiamenti e comportamenti nelle risposte alle domande in maniera separata come correlati di supporto alla definizione dello stile di attaccamento.

La somministrazione si divide in due fasi:

- 1) Domande anagrafiche sul soggetto (come informazioni sull'infanzia, per valutare la qualità delle relazioni familiari e la quantità delle relazioni del soggetto)
- 2) La qualità delle relazioni attuali significative

Il soggetto viene valutato anche sulla capacità di confidarsi e chiedere aiuto alle persone a lui vicine. Informazioni anche sui contatti sociali e rapporti attuali con la famiglia di origine.

Nell'assegnazione dei punteggi, quelli alti vengono attribuiti alle relazioni intime, quelli bassi a quelle relazioni vissute male dal soggetto.

Il soggetto viene valutato su atteggiamenti e comportamenti, quindi l'intervista è divisa in 8 sottoscale, 7 di atteggiamento e una di comportamento, valutate a loro volta su 3 dimensioni:

dipendenza		
evitamento		verso gli altri
ansietà		

Scale di Atteggiamento:

-*Affidamento su si sé*: Valuta il modo in cui il soggetto affronta le situazioni, livello di indipendenza e valore che viene attribuito a quest'ultima. Riflette l'evitamento nelle relazioni significative.

-*Inibizioni*: Difficoltà nell'avvicinarsi agli altri per confidarsi, avere una relazione di intimità e cercare aiuto. Riflette l'evitamento nelle relazioni significative.

-*Paura dell'intimità*: E' collegata alla precedente e misura il livello in cui si manifesta tale paura. Ansia verso eccessiva vicinanza emotiva, vergogna e paura ad aprirsi con gli altri e disagio nell'ascoltare sofferenze altrui. Valuta ansia e ambivalenza

-*Sfiducia negli altri*: Mancanza di fiducia verso le persone con le quali si ha un rapporto intimo e estranee. Si basa su sospettosità e timore di eventuali abbandoni. Riflette l'evitamento nelle relazioni significative.

-*Rabbia/Ostilità nelle relazioni*: Livello di ostilità, risentimento o gelosia verso gli altri. Valuta ansia e ambivalenza

-*Desiderio di coinvolgimento*: Bisogno di dipendenza, ovvero necessità e desiderio di vicinanza e intimità col partner e altre persone vicine. Incapacità di stare soli e costante bisogno di compagnia. Valuta ansia e ambivalenza.

-*Intolleranza alla separazione*: Grado di sofferenza in caso di separazioni anche momentanee. Paura di essere abbandonati o che accada qualcosa di brutto alle persone intime. Valuta ansia e ambivalenza.

Scale di comportamento:

-*Capacità di instaurare e mantenere relazioni*: Comportamento attuale del soggetto nelle relazioni e capacità di mantenerle. Si indagano anche relazioni passate.

Stili di attaccamento:

-Invischiato/preoccupato, si divide in ambivalente e dipendente		
-Evitante/rifiutante		
-Timoroso		Non Standard
-Evitante/Ritirato		
-Standard		

QUESTIONARI SELF REPORT

•AAS (ADULT ATTACHMENT STYLES) HAZAN E SHAVER 1987/1992

Si può chiamare anche AAQ (A. A. Questionnaire) o ASM (Attachment Style Measure). Include 3 tipologie di attaccamento:

- sicuro
- evitante
- ansioso/ambivalente

La prima versione è stata pubblicata nel 1987, era composta da 3 brevi autodescrizioni per soggetto relative al modo di vivere la relazione di coppia, per poi fargli scegliere quella che secondo lui è più rappresentativa dei suoi sentimenti e del suo modo di vivere la relazione.

Gli autori hanno ripreso l'ipotesi bowlbiana, ovvero che soggetti con diversi stili di attaccamento differiscono anche per il modello operativo interno al Sé, quindi nel modello è stata inserita una scala a 7 item sul modello operativo interno dell'altro, e 8 item sul modello operativo interno del Sé.

E' emerso che:

- Quelli con *attaccamento sicuro* si considerano ben voluti dall'altro e piacevoli, e percepiscono l'altro come disponibile
- Quelli *evitanti* si percepiscono autosufficienti (non hanno bisogno dell'altro per essere felici), e descrivono l'altro come diffidente
- Quelli *ansioso/ambivalenti* si sentono incompresi e sottovalutati nella relazione e quando si sentono di iniziare una relazione amorosa percepiscono l'altro come non pronto

Nel 1992 è stata pubblicata una nuova versione a 3 item del questionario.

Si compone di due parti, e durante la compilazione il soggetto deve pensare alle sue relazioni amorose più importanti avute nel corso della vita, riflettendo su stati d'animo vissuti, fiducia, vicinanza emotiva.

Nella prima parte il soggetto deve leggere la descrizione di 3 situazioni e, con una scala che va da "fortemente in disaccordo" a "fortemente d'accordo", deve dire in quale misura si ritrova in ognuna di queste.

Nella seconda parte deve rileggere le tre descrizioni e segnare quella che rispecchia di più quello che prova all'interno delle relazioni sentimentali.

• **ASQ (ATTACHMENT STYLE QUESTIONNAIRE) FEENEY, NOLLER, HANRAHAN 1994**

Strumento creato per valutare le differenze individuali dell'attaccamento adulto. I ricercatori sono partiti con 3 obiettivi:

- creare una misura che chiarisca le differenze nello stile di attaccamento
- uno strumento che sia adatto per adulti e giovani adolescenti
- uno strumento che sia adatto anche per coloro che non avevano mai avuto relazioni sentimentali

E' composto da 40 item in scala Likert 1-6 che indagano attaccamento infantile ed adulto, e sono assegnati a 5 scale:

- *Fiducia* (attaccamento sicuro)
- *Disagio per l'intimità* (attaccamento evitante)
- *Bisogno di approvazione* (attaccamento timoroso e preoccupato)
- *Preoccupazione per le relazioni* (attaccamento ansioso/ambivalente)
- *Secondarietà delle relazioni* (attaccamento distanziante)

IN ITALIA: Ottima affidabilità. Validità di criterio, predittiva e di costrutto, quindi è stata tradotta e validata in italiano.

Questo strumento di base principalmente della valutazione dell'attaccamento nelle relazioni tra pari.

Usa un modello dimensionale per la valutazione dell'attaccamento.

• **ECR (EXPERIENCES IN CLOSE RELATIONSHIP) BRENNAN, CLARK, SHAVER 1998**

In letteratura troviamo anche ECL. E' composto da 36 item.

Deriva da uno studio volto a integrare in un unico strumento la maggior parte dei questionari che autosomministrati presenti in letteratura per la valutazione dei legami di attaccamento.

Valuta 4 stili di attaccamento:

- sicuro
- timoroso
- preoccupato
- distaccato/svalutante

I 4 stili derivano dalla combinazione di ansia ed evitamento:

ansia -> sicuro
ansioso/ambivalente

evitamento -> evitante
disorientato/disorganizzato

L'evitamento comprende 3 sottoscale:

- Evitamento* -> evitamento dell'intimità, ansia per la vicinanza, affidamento su di sé
- Ansia* -> preoccupazione, gelosia/paura dell'abbandono, paura del rifiuto
- Altre sottoscale* -> valutata anche la sessualità del soggetto (comportamenti, esperienze, atteggiamento)

ECR (EXPERIENCES IN CLOSE RELATIONSHIP)

Istruzioni: le seguenti affermazioni riguardano ciò che provi nelle relazioni sentimentali. Leggi ogni affermazione e indica per ognuna il grado di accordo o disaccordo.

Completamente falso 1	Abbastanza falso 2	Un po' falso 3	Né vero né falso 4	Un po' vero 5	Abbastanza vero 6	Completamente vero 7	
1. Preferisco non mostrare al partner come mi sento dentro.	1	2	3	4	5	6	7
2. Ho paura di essere lasciato/a.	1	2	3	4	5	6	7
3. Mi sento molto a mio agio quando mi trovo in intimità con il partner.	1	2	3	4	5	6	7
4. Mi preoccupo molto per le mie relazioni sentimentali.	1	2	3	4	5	6	7
5. Non appena il mio partner inizia a diventare più intimo, mi rendo conto di allontanarmi.	1	2	3	4	5	6	7
6. Temo che il partner non tenga a me quanto io tengo a lui/lei.	1	2	3	4	5	6	7
7. Mi sento a disagio quando il partner vuole stabilire con me una profonda intimità.	1	2	3	4	5	6	7
8. Mi preoccupo molto di perdere il mio partner.	1	2	3	4	5	6	7
9. Ho difficoltà ad aprirmi con il partner.	1	2	3	4	5	6	7
10. Spesso desidero che i sentimenti del mio partner verso di me siano forti quanto i miei verso di lui/lei.	1	2	3	4	5	6	7
11. Vorrei raggiungere una maggiore intimità con il mio partner, ma mi tiro sempre indietro.	1	2	3	4	5	6	7
12. Spesso vorrei fondermi completamente con il partner, e ciò talvolta lo spaventa e lo fa allontanare.	1	2	3	4	5	6	7
13. Mi innervosisco quando il partner diventa troppo intimo.	1	2	3	4	5	6	7
14. Ho paura di restare solo/a.	1	2	3	4	5	6	7
15. Mi sento a mio agio nel condividere con il partner i miei più intimi pensieri e sentimenti.	1	2	3	4	5	6	7
16. A volte il mio desiderio di stabilire un rapporto molto stretto spaventa e fa allontanare le persone.	1	2	3	4	5	6	7
17. Cerco di evitare di raggiungere una eccessiva intimità con il partner.	1	2	3	4	5	6	7
18. Ho bisogno di molte rassicurazioni sul fatto di essere amato/a dal mio partner.	1	2	3	4	5	6	7
19. Trovo abbastanza facile entrare in intimità con il mio partner.	1	2	3	4	5	6	7
20. A volte ho l'impressione di forzare il partner a mostrare più sentimento e maggiore devozione.	1	2	3	4	5	6	7
21. Trovo difficile affidarmi completamente al partner.	1	2	3	4	5	6	7
22. Non mi preoccupo spesso di essere lasciato/a.	1	2	3	4	5	6	7
23. Preferisco non entrare in eccessiva intimità con il partner.	1	2	3	4	5	6	7
24. Se non riesco ad ottenere che il partner mi dimostri interesse, ne sono turbato/a o mi arrabbio.	1	2	3	4	5	6	7
25. Al mio partner dico quasi tutto.	1	2	3	4	5	6	7
26. Trovo che il mio partner non voglia stabilire con me quell'intimità che desidererei raggiungere.	1	2	3	4	5	6	7
27. Di solito parlo con il mio partner dei miei problemi e delle mie preoccupazioni.	1	2	3	4	5	6	7
28. Quando non ho una relazione sentimentale, mi sento piuttosto ansioso/a e insicuro/a.	1	2	3	4	5	6	7
29. Mi sento a mio agio ad affidarmi al partner.	1	2	3	4	5	6	7
30. Mi sento frustrato/a quando il mio partner non è presente quanto io vorrei.	1	2	3	4	5	6	7
31. Non mi crea problemi chiedere conforto, consiglio o aiuto al partner.	1	2	3	4	5	6	7
32. Mi sento frustrato/a se il partner non è disponibile quando ho bisogno di lui/lei.	1	2	3	4	5	6	7
33. Mi è di aiuto rivolgermi al mio partner nei momenti di bisogno.	1	2	3	4	5	6	7
34. Quando il partner mi critica, mi sento molto a disagio.	1	2	3	4	5	6	7
35. Mi rivolgo al mio partner per molte cose, inclusi conforto e rassicurazione.	1	2	3	4	5	6	7
36. Me la prendo quando il mio partner passa del tempo lontano da me.	1	2	3	4	5	6	7

• RQ (RELATIONSHIP QUESTIONNAIRE) BARTHOLOMEW, HOROWITZ 1991

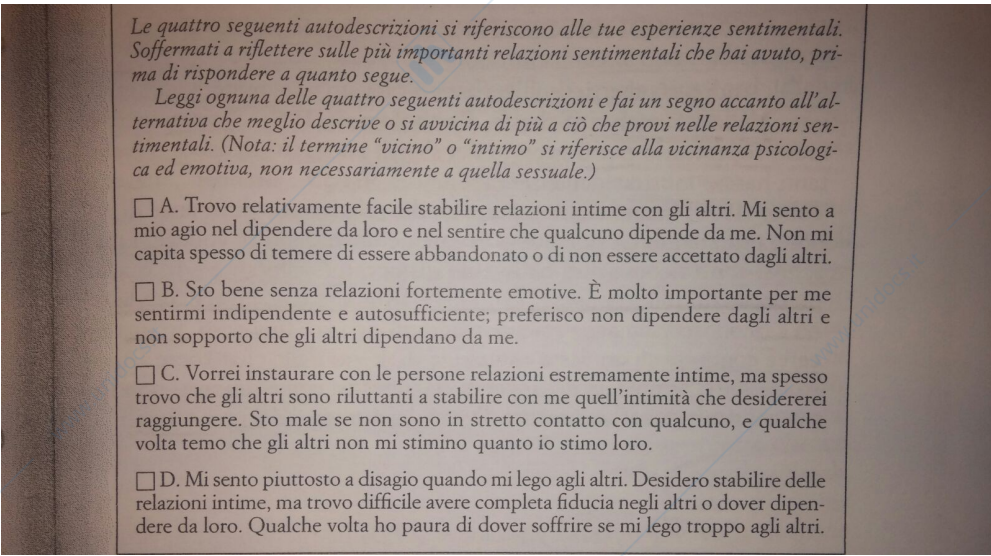
Strumento composto da 4 brevi paragrafi che descrivono pattern tipici di attaccamento adulto (sicuro, timoroso, preoccupato, distaccato/svalutante).

Questi paragrafi propongono al soggetto 4 mini autodescrizioni che evidenziano i tratti caratteristici di ogni stile di attaccamento. Parte dal presupposto che gli stili di attaccamento sono definiti da due dimensioni soggiacenti, ovvero il modello del sé (positivo e negativo) e i modelli degli altri (positivo e negativo). Può essere usato per analizzare la direzione generale di una relazione intima o di coppia, o anche in terza persona, quindi per valutare l'attaccamento dell'altro.

Modello di sé

	Positivo	Negativo
Positivo	<i>sicuro</i>	<i>preoccupato</i>
Negativo	<i>distaccato/svalutante</i>	<i>timoroso</i>

Le 4 categorie sono intese come prototipi e non come mutualmente escludentesi. Il prototipo infatti prevede una variabilità interna alla categoria e quindi i soggetti che vi appartengono possono differire tra loro. Viene infatti chiesto al soggetto di dire quanto ognuno dei 4 prototipi lo rappresenti in scala Likert da 1-7. Lo stile di attaccamento dell'individuo viene quindi definito considerando in profilo complessivo, ovvero deriva dai punteggi attribuiti a ogni prototipo proposto. Secondo questo approccio quindi possono coesistere stili diversi all'interno della stessa relazione.



L'autodescrizione A corrisponde al prototipo dello stile di attaccamento sicuro; l'autodescrizione B a quello distaccato/svalutante; la C a quello preoccupato e la D al prototipo timoroso.

20. Se io e il mio partner litighiamo anche violentemente ci chiediamo scusa e tutto torna a posto							
21. Sono contento quando sono insieme al mio partner							
22. Penso al mio partner anche quando lui non c'è							
Leggi ogni affermazione e indica per ognuna il grado di accordo o disaccordo: da "completamente vero" (1) a "completamente falso" (7)							
BARTOLOMEO E HORLOWITZ SU SCALA LIKERT A 7 PUNTI							
1) Trovo facile stabilire relazioni intime con gli altri. Mi sento a mio agio nel dipendere da loro e nel sentire che qualcuno dipende da me. Non mi capita spesso di temere di essere abbandonato o di non essere accettato dagli altri.	1	2	3	4	5	6	7
2) Sto bene senza relazioni fortemente emotive. È molto importante per me sentirmi indipendente e autosufficiente; preferisco non dipendere dagli altri e non sopporto che gli altri dipendano da me.	1	2	3	4	5	6	7
3) Vorrei instaurare con le persone relazioni estremamente intime, ma spesso trovo che gli altri sono riluttanti a stabilire con me quell'intimità che desidererei raggiungere. Sto male se non sono in stretto contatto con qualcuno, e qualche volta temo che gli altri non mi stimino quanto io stimo loro.	1	2	3	4	5	6	7
4) Mi sento a disagio quando mi lego agli altri. Desidero stabilire relazioni intime, ma trovo difficile avere completa fiducia negli altri o dover dipendere da loro. Ho paura di dover soffrire se mi lego troppo agli altri.	1	2	3	4	5	6	7

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.