

# LA TEORIA DELL'ATTACCAMENTO - BOWLBY



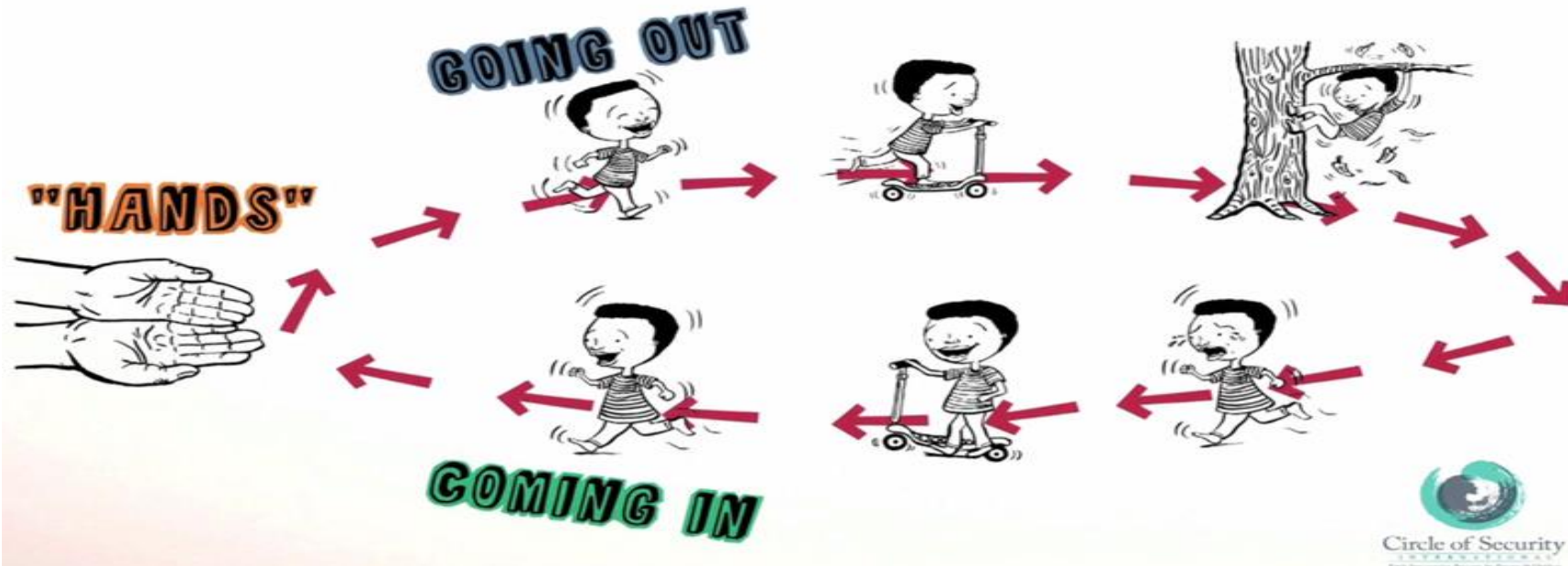
Attachment theory was originally formulated by **Bowlby** , who defined attachment as “**the propensity of human beings to make strong affectional bonds to particular others**”

Bowlby described the attachment in infants as the main process used to **seek the proximity of a protective caregiver** in times of **vulnerability** .

# La Teoria dell'Attaccamento

**Stili di attaccamento:** strategie comportamentali per mantenere e massimizzare la prossimità relazionale con le figure di attaccamento.

Il nucleo tacito più profondo della conoscenza di sé, del proprio valore e della propria amabilità personale (il **proprio senso di identità**) è veicolato dalla **qualità** e dalla **quantità dell'interazione precoce con le figure di attaccamento**.



# LA STRANGE SITUATION

<https://www.youtube.com/watch?v=APtSKARF4hI>

In una delle varianti più famose di questa tecnica, la **Ainsworth** metteva madre e bambino in una stanza piena di giocattoli. Dopo qualche minuto, nella stanza entrava un estraneo e usciva la madre. In seguito, la madre rientrava. Poi, madre e adulto estraneo abbandonavano la stanza, lasciando il bambino solo. Rientrava l'adulto e infine la madre. In questo modo la psicologa aveva la possibilità di **valutare le reazioni e le interazioni tra la figura di attaccamento e il bambino** in presenza dei giocattoli, di un estraneo e da solo.

# Gli stili di attaccamento

- Sicuro (B)

Ainsworth (et al., 1978)

- Insicuro/evitante (A)

Ainsworth (et al., 1978)

- Insicuro/ambivalente o resistente (C)

Ainsworth (et al., 1978)

- Insicuro disorganizzato/disorientato (D)

Main & Solomon (1986, 1990)

- Sicuro.** È dimostrato dalla capacità del bambino di esplorare liberamente l'ambiente, anche quando si allontana il caregiver. Il bambino si mostra angosciato di fronte all'allontanamento della madre, ma la accoglie con entusiasmo quando torna.
- Evitante.** Anche in questo caso il bambino sente angoscia in assenza della madre. A differenza del caso precedente, tuttavia, quando torna tenderà a evitarla. Vale a dire, mostra apparente indifferenza.
- Insicuro-ambivalente.** Sono presenti segni di angoscia per tutta la durata dell'esperimento. Il bambino esprime rabbia nei confronti della madre, specialmente quando è assente.

# L'amore condizionato

Strategie che **ciascun individuo scopre essere le più funzionali per mantenere la prossimità relazionale con le figure di attaccamento**, inibendo tutti i comportamenti e i bisogni che hanno per effetto il suo allontanamento e incrementando quelli che hanno come risultato la vicinanza affettiva

# CONSTRUCTIVISM → ATTACHMENT THEORY



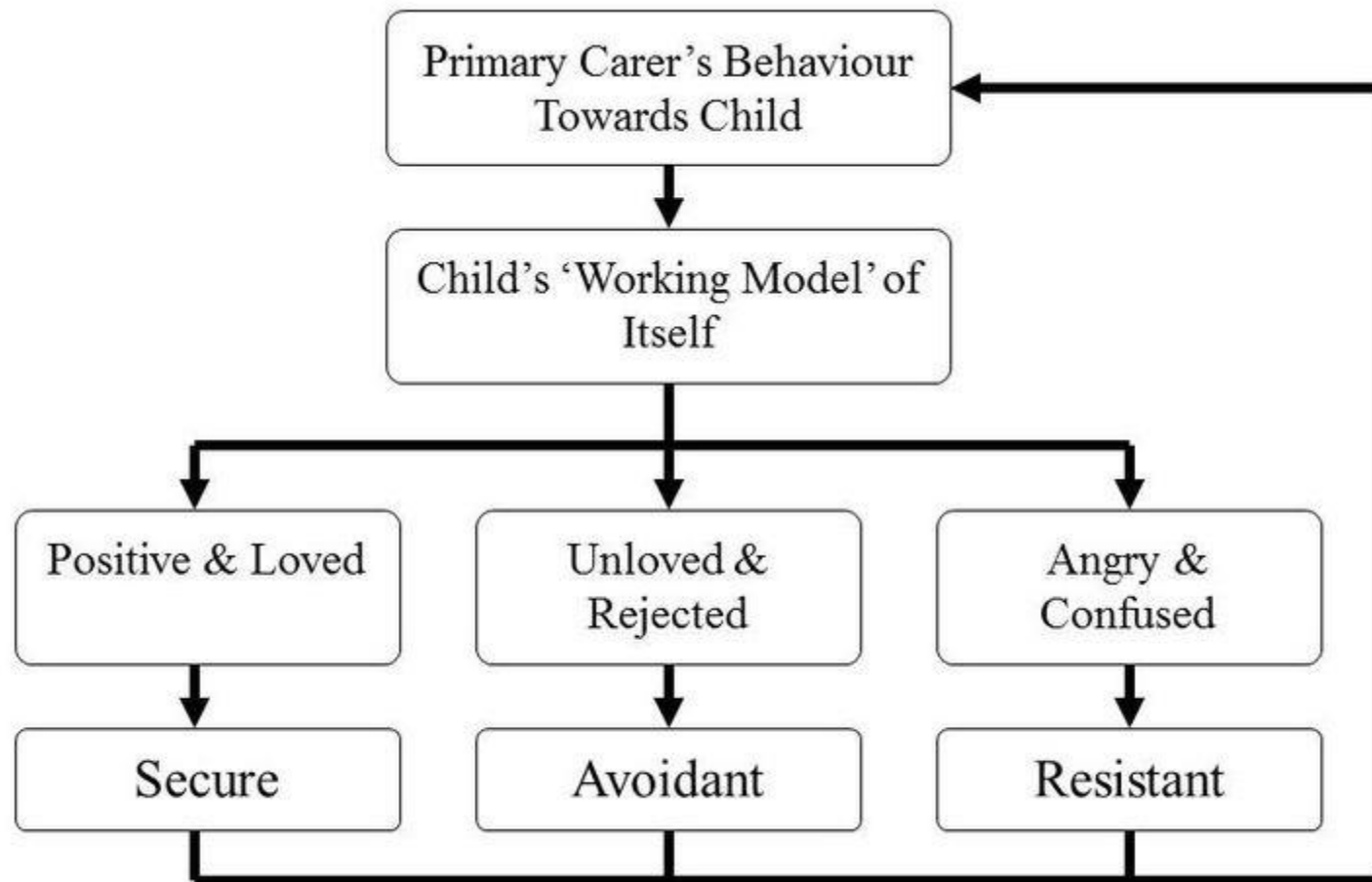
During their developmental years, infants **internalize their early experience** with caregivers, building **expectations** about their amiability, and the emotional availability of the caregiver in situations of stress

These **inner mental representations (INTERNAL WORKING MODEL)** of the **self** and **others** determine their style of attachment as adults, affecting personal cognitions, emotion regulation, interpersonal behaviors, and reactions to distress (e.g., separation, loss, personal threat, rejection, disease).

# I Modelli Operativi Interni

**Rappresentazioni** attraverso le quali il bambino regola il proprio comportamento sulla base delle **aspettative** formatesi nella comune storia di relazione, attivando piani e strategie già immagazzinati. Servono per **orientarne il comportamento verso la FdA** e prevederne i comportamenti più probabili in successivi episodi di attivazione del sistema di attaccamento.





# Sicurezza

*Oh il conforto, l'inesprimibile conforto di sentirsi sicuro con una persona: **di non avere né da pensare i pensieri, né da misurare le parole, ma solo da elargirli.***

*Proprio come sono pula e grano insieme, sapendo che una **mano fedele** li prenderà e setaccerà, **terrà quello che vale la pena di tenere** e poi, con il fiato della gentilezza, **soffierà via il resto.***

[Dinah Maria (Mulock) Craik]

# Stile di Attaccamento Sicuro (B)

Figura di attaccamento che ha risposto in modo adeguato alle richieste di attenzione e cura, attenta ai bisogni quando si presentano, ma senza anticiparli, sensibile agli stati emotivi espressi dal bambino, accessibile nei momenti di bisogno genera nel bambino la percezione di un **senso di competenza e valore personali** e favorisce lo sviluppo delle **strategie di regolazione emotionale** e facilità l'acquisizione delle **capacità metacognitive**.



# Stile di Attaccamento Insicuro Evitante (A)

Figura che svaluta regolarmente e non accetta il bisogno di attaccamento del bambino induce l'attivazione di strategie di **evitamento** delle situazioni di prossimità e **blocca la segnalazione** dei propri stati di bisogno e sofferenza.

Con un caregiver che si infastidisce o sminuisce i bisogni di vicinanza e coccole del suo bambino, la strategia migliore sarà quella di inibire il più possibile il proprio bisogno di attaccamento e mostrarsi **compulsivamente autonomi ed autosufficienti**, capaci di cavarsela da soli («piccoli assenti»).

Inversione del ruolo genitore-bambino: **falsa affettività positiva per assicurare la figura genitoriale**



# Stili di Attaccamento Insicuro Ambivalente-Resistente (C)

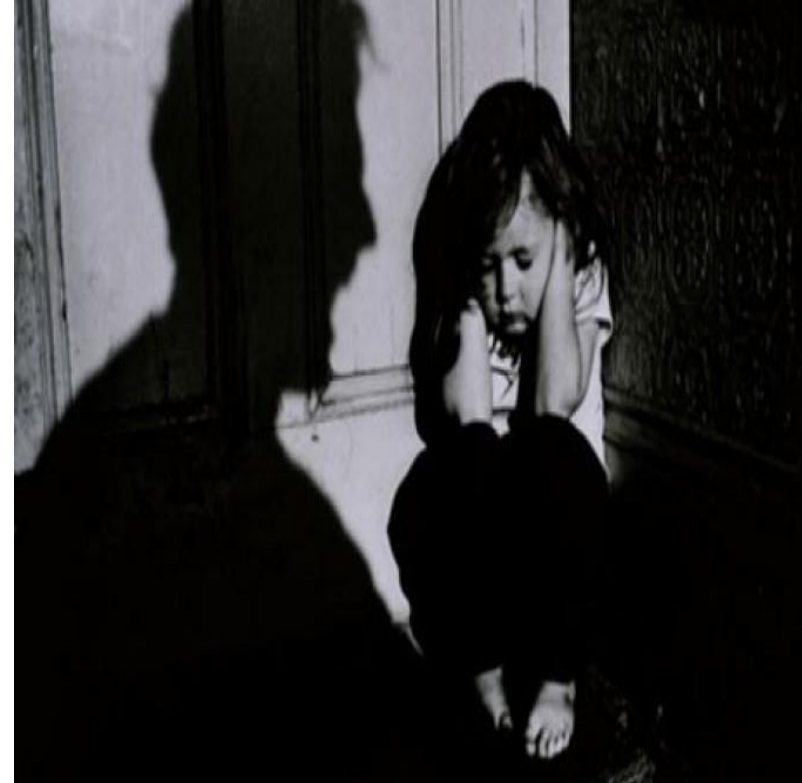
Figura instabile che a volte risponde in modo sintonico e accudente, mentre altre volte no (accudimento «a corrente alternata»). Il bambino attiva strategie **ansioso-resistenti** che hanno lo scopo di mantenere orientata e centrata su di sé l'attenzione ondivaga della figura di attaccamento attraverso un **eccesso di segnalazione** dei propri bisogni.

La strategia migliore per mantenere la relazione con un caregiver la cui attenzione è oscillante e instabile, ma che **si attiva subito davanti ad un malessere fisico** è quella di enfatizzare i propri stati di debolezza fisica e di **tradurre in sintomi somatici il disagio emotivo**.



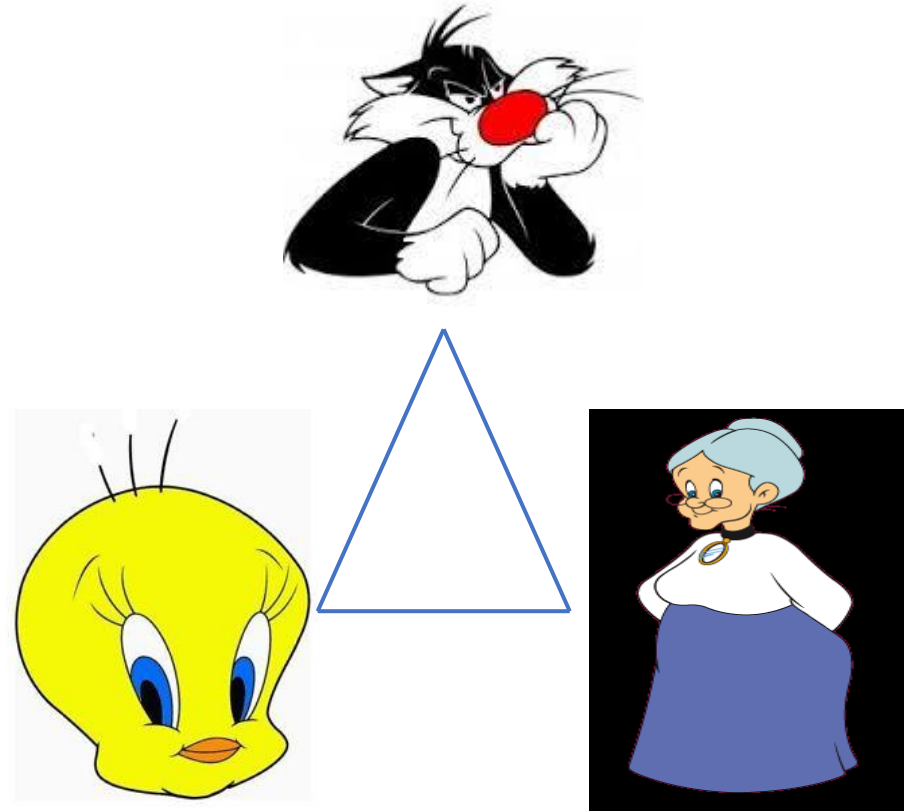
# Stile di Attaccamento Disorganizzato (D)

Caregiver risulta incapace di offrire accudimento, rivelandosi **maltrattante o trascurante**. FdA **spaventata/spaventante** crea una situazione paradossale: il bambino tende a livello filogenetico a rivolgersi a lei nei momenti di bisogno al fine di ricercare conforto, ma di fatto essa stessa costituisce la fonte stessa dello spavento («**paura senza sbocco**»).



# Il Triangolo Drammatico

Il bambino percepisce in modo frammentato e incoerente sé come vittima e l'altro come malevolo persecutore, e simultaneamente sé come persecutore spaventante che genera paura nell'altro (che diventa vittima) o entrambi contemporaneamente come vittima e salvatore l'uno dell'altro.



## MOI SICURO

Il bambino B ha una rappresentazione di Sé come degno amore e attenzione, autorizzato a esprimere il disagio nei momenti di difficoltà.

Vi è una rappresentazione dell'Altro come affidabile, benevolo, disponibile e accogliente

## MOI EVITANTE

Il bambino A ha una rappresentazione di Sé come indegno di protezione e cura da parte dell'Altro significativo;

Si crea un'immagine di Sé come poco amabile, non meritevole di fiducia e incapace di suscitare nell'Altro risposte positive e affettuose, e rappresentazioni dell'altro come rifiutante, "lontano" e inaffidabile

## MOI AMBIVALENTE

Da un lato, vi è un'immagine di Sé e dell'Altro come amabile e degno di attenzione e fiducia, mentre dall'altro come inaffidabile e indegno di risposte benevoli nei momenti di difficoltà

# ATTACHMENT THEORY - ADULT



Considering the **adult attachment style**, in literature, there are controversies concerning the **number** of attachment styles for explaining the complexity of the adult attachment behavior

**Hazan and Shaver** conceptualized a model of adult attachment based on three categories: **secure, avoidant, and anxious/ambivalent**

# ATTACHMENT THEORY - ADULT



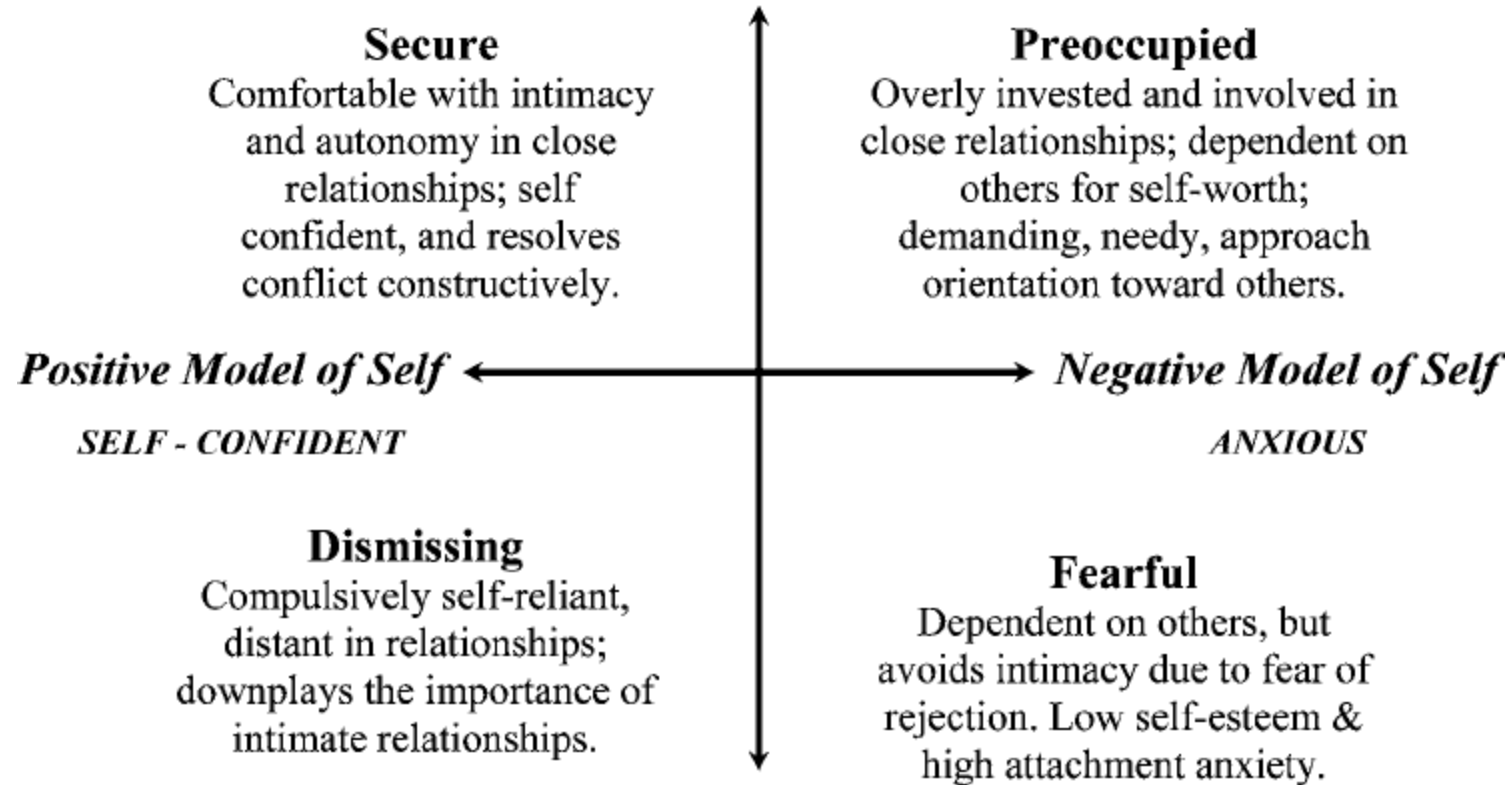
**Bartholomew and Horowitz** conceptualized four styles of adulthood attachment, defined in terms of the **intersection of two underlying dimensions**:

- the object of mental models (**self or other**)
- the predominant **feeling** about that object (positive or negative)

Secure, preoccupied, dismissing, and fearful.

***Positive Model of Other***

***SEEKS OTHERS OUT***



***Positive Model of Self***

***SELF - CONFIDENT***

***Negative Model of Self***

***ANXIOUS***

***Negative Model of Other***

***AVOIDS INTIMACY***

