



I tipi di attaccamento

Attaccamento "sicuro": è uno stile sviluppato in bambini cresciuti con *caregiver responsivi*: il soggetto è caratterizzato da un sentimento di fiducia nei confronti delle figure con cui viene in contatto, non è preoccupato di essere abbandonato e presenta una visione di sé "come una persona degna di valore".

La sicurezza dell'accessibilità materna rende il bambino tranquillo nello spingersi ad esplorare le novità, Lo stile è quindi quello della ricerca attiva e tipicamente esplorativo.

Attaccamento "ansioso/ambivalente": è caratterizzato da uno sviluppo con figure di riferimento producenti un tipo d'interazione che va dall'inconsistente (incapacità a comprendere i segnali messi dal bambino), all'invasiva (propensione all'intromissione forzata all'interno dei momenti d'intimità del bambino). In questo stile di attaccamento il soggetto è stato caratterizzato dalla imprevedibilità della figura di attaccamento. Ne deriva che il bambino tenta di mantenere con lei una vicinanza strettissima, rinunciando a qualsiasi movimento esplorativo autonomo. A livello cognitivo, per evitare l'imprevedibilità, si muovono soltanto nel conosciuto, da cui sia bandita ogni novità. Lo stile cognitivo corrispondente è quello dell'evitamento. E' presente un alto livello d'ansia durante le interazioni relazionali. Il bambino che non ha potuto sperimentare la buona dipendenza, nel momento giusto, diventa gradualmente dipendente dal mondo esterno, perché teso alla ricerca incessante di conferma, di ciò che sente. E' come se il bambino si dicesse: "devo farmi accettare dall'ambiente"

Attaccamento "evitante" si sviluppa invece in quei soggetti in interazione con un *caregiver distanziante* ed è caratterizzato da una inibizione "attiva" dei bisogni di attaccamento, come risposta ai rifiuti ricevuti alle richieste di relazione emesse verso la figura di riferimento protettiva, durante la ricerca di un'intimità emozionale.

I bambini con attaccamento evitante hanno prevalentemente figure genitoriali che non rispondono alle loro richieste, che si rifiutano di aiutarli e si arrabbiano quando i figli si avvicinano a loro. Per la paura e il timore della delusione tali bambini tendono a reprimere bisogni ed emozioni, a non chiedere e a non farsi vedere bisognosi.

Le persone con questo tipo di attaccamento si comportano come se gli altri non esistessero. Sul piano cognitivo instaurano una sorta di autarchia per cui non tengono conto delle invalidazioni fornite dagli altri. E' come se il bambino si dicesse: "devo essere autosufficiente, l'ambiente è inaccessibile."

Recentemente è stato individuato anche un altro stile di attaccamento:

Attaccamento "disorganizzato-disorientato": si realizza quando la figura di attaccamento è sperimentata come minacciosa. *Il caregiver è spaventato/spaventante*. Il bambino è portato a leggere sul volto della figura di attaccamento se nell'ambiente esistano pericoli oppure no; nel caso

della madre spaventata/spaventante egli riceve costantemente un messaggio di pericolo, e poiché non trova nell'ambiente alcun motivo che lo confermi, la madre diventa fonte di minaccia. Lo stile cognitivo è quello dell'ostilità: un modo di reagire alle invalidazioni consistente nel riproporre una costruzione della realtà che si è già rivelata fallimentare, l'altro è da ignorare o sopraffare. E' come se il bambino si dicesse: "l'ambiente è minaccioso".

Antonella Di Berto Mancini Psicologa ASL RMA