

## Legami di attaccamento

Nel corso del secolo scorso hanno preso piede numerosi studi sul tipo di relazione che intercorre tra il bambino e la figura d'attaccamento.

A partire dalla prima metà del 1900 si vedevano già affiorare le prime teorie, più o meno verificate, sul ruolo dell'attaccamento nello sviluppo psico-fisico del bambino, fino ad arrivare agli studi di John Bowlby, il quale, anche se inizialmente si rifaceva a studi e ricerche di altri, viene comunque considerato il fondatore della teoria dell'attaccamento.

*“Per comportamento di attaccamento si intende qualsiasi forma di comportamento che porta una persona al raggiungimento o al mantenimento della vicinanza con un altro individuo differenziato e preferito, considerato in genere come più forte e/o più esperto. [...] Il comportamento di attaccamento caratterizza l'essere umano dalla culla alla tomba”.* (BOWLBY, 1982)

È con queste parole che John Bowlby definisce l'attaccamento, che rappresenta il legame che si instaura, fin dalla nascita, tra il bambino e chi si prende cura di lui e che si mantiene per tutto l'arco della vita, fino per l'appunto alla “tomba”.

In particolare il bambino, dal primo anno di vita, inizia a manifestare una serie di comportamenti, sia di segnalazione (pianto, sorrisi e vocalizzazione) che di avvicinamento (gattonare, aggrapparsi al genitore), al fine di raggiungere il caregiver e stargli, così, vicino; è possibile affermare quindi che il bambino possieda una predisposizione innata, su base biologica, a sviluppare una relazione

significativa verso quelle figure che gli forniscono non solo nutrimento ma soprattutto cura e calore.

Nella formulazione del legame di attaccamento, Bowlby si è ispirato, tra gli altri, ai contributi etologici di Lorenz sull'*imprinting* e agli esperimenti condotti sui macachi rhesus da Harlow.

Entrando nel merito dei lavori citati, Lorenz notò che i cuccioli di anatroccolo, appena nati, seguivano la prima cosa in movimento che vedevano, fosse essa la madre, un essere umano, una scatola di cartone o persino un pallone. (LORENZ, 1935)

L'imprinting viene definito come un "apprendimento precoce in fase sensibile" una sorta di "finestra" temporale durante la quale il sistema nervoso è sensibile a "stampare" l'immagine del genitore o di chi viene riconosciuto come tale. Attraverso tali ricerche è stato evidenziato come oggetto di imprinting non siano soltanto aspetti legati ai bisogni fisiologici, ma anche quelli legati a bisogni secondari come quelli di sicurezza e calore fisico.

Tale evidenza ha portato ad ipotizzare l'esistenza di un legame che implicasse una richiesta di vicinanza che andasse oltre il semplice bisogno di nutrimento, come è stato riscontrato anche negli studi condotti da Harlow; infatti le scimmie neonate, separate dalla madre poche ore dopo la nascita e allevate in un contesto di laboratorio, preferivano trascorrere il tempo con un madre fantoccio ricoperta da una stoffa soffice e pelosa, in grado di offrire loro calore, piuttosto che quella costituita da solo ferro, a cui era appeso un biberon da cui nutrirsi. (HARLOW, 1959)

Un altro dato importante, emerso dallo studio di Harlow, è che il legame che i cuccioli di macaco sviluppavano con il fantoccio più soffice e caldo era tale che, nel momento in cui gli sperimentatori mostravano loro uno stimolo pauroso (un pupazzo), essi cercavano protezione aggrappandosi a questo, riuscendo così a calmarsi e a tornare ad esplorare l'ambiente dopo poco tempo; il sostituto materno ricoperto di tessuto costituiva, così, un rifugio sicuro in cui le piccole scimmie spaventate potevano trovare conforto e protezione. (HARLOW, 1959)

L'interesse per le ricerche sull'imprinting e per la comprensione della motivazione sociale umana, nasceva soprattutto dalla constatazione che esiste un'importante corrispondenza tra i risultati sperimentali delle ricerche etologiche e le osservazioni compiute su bambini privati delle normali cure materne da Spitz, Wolff e Bowlby. Le ricerche di Spitz sui bambini istituzionalizzati, in particolare, provano l'importanza decisiva della variabile "ruolo materno" nello sviluppo dell'emotività, della psicomotricità e del linguaggio del bambino.

Il caregiver, il più delle volte rappresentato dalla madre, rappresenta per il bambino un'importante fonte di protezione e di sicurezza oltre che di nutrimento e, in questo senso, il comportamento di attaccamento si attiva proprio nel momento in cui il bambino sperimenta una situazione di pericolo e di minaccia, terminando poi nel momento in cui viene ripristinato il suo stato di sicurezza. Sulla base di ciò, è possibile affermare che il legame di attaccamento assolve due importanti funzioni: da un lato la ricerca ed il raggiungimento di una protezione dai pericoli e dall'altro la

funzione psicologica di garantirsi sicurezza e ottenere conforto dalle figure di riferimento.

In questo quadro acquista un'importanza fondamentale il concetto di **base sicura**, introdotto dallo psicologo britannico nel 1969, e cioè l'idea che la madre e soprattutto la relazione che con lei si instaura costituiscano per il bambino la base sicura dalla quale partire per esplorare il mondo e nella quale far ritorno per ricevere conforto e cura, nel momento in cui viene avvertito un pericolo o una minaccia da parte del mondo esterno.

Affinché la figura di attaccamento possa ricoprire tale ruolo, tuttavia, è necessario che sia disponibile a cogliere i segnali di paura e disagio manifestati dal bambino e che sia pronta ad offrirgli, poi, conforto e accudimento. In questo senso la sensibilità e la responsività della figura di riferimento verso i bisogni emotivi e fisici del bambino sono fondamentali per lo sviluppo delle abilità sociali e della capacità di regolazione emotiva.

Bowlby ha approfondito l'argomento con studi sperimentali, indagando sulle motivazioni intrinseche che legano il bambino ad una figura primaria, la madre, oltre alla ricerca di cibo.

È utile fare una distinzione tra tre concetti simili tra loro nella teoria sviluppata da Bowlby: l'attaccamento, il comportamento di attaccamento e il sistema dei comportamenti di attaccamento.

Con il termine attaccamento si fa riferimento al tipo di attaccamento di una persona che può essere sicuro o insicuro. Avere un attaccamento sicuro significa sentirsi

sicuri e protetti, mentre avere un attaccamento insicuro implica una moltitudine di emozioni concomitanti e contrastanti verso la propria figura primaria, come possono essere amore, dipendenza, paura del rifiuto, vigilanza e irritabilità. Il comportamento di attaccamento viene definito come ogni forma di comportamento che appare in una persona che riesce ad ottenere o a mantenere la vicinanza a un individuo preferito, il comportamento di attaccamento è quindi attivato da una situazione di separazione dalla figura primaria, o dalla minaccia di essa, ed è eliminato con la nuova vicinanza.

(BOWLBY, 1969)

La differenza tra l'attaccamento e il comportamento di attaccamento è descritta da Bowlby in "Una base sicura", scritto del 1988, dove specifica che l'attaccamento in sé non è la ricerca della vicinanza in una situazione momentanea, bensì un comportarsi in un modo pressoché invariato nel corso del tempo, che non cambia in modo repentino, come invece accade per il comportamento di attaccamento, ma che muta nel corso del tempo in modo molto lento.

Altra distinzione riguarda i soggetti verso cui si manifestano attaccamento e comportamento di attaccamento, infatti, mentre quest'ultimo può manifestarsi in condizioni diverse verso persone diverse, il primo si manifesta prevalentemente verso una sola figura di riferimento. Per quanto riguarda il sistema dei comportamenti di attaccamento si fa riferimento al modo in cui il bambino, o l'adulto, mantiene una relazione con la sua figura di attaccamento; così viene postulata l'esistenza di un'organizzazione psicologica interna che ha delle caratteristiche specifiche che comprendono schemi di sé e della figura di attaccamento.

Quindi l'attaccamento e il comportamento di attaccamento si basano sul sistema dei comportamenti di attaccamento; infatti, secondo Bowlby il legame del bambino alla madre è il prodotto dell'attività di diversi sistemi comportamentali che sfociano nel tentativo di mantenere una vicinanza costante del bambino con la madre.

L'attaccamento si sviluppa nella prima infanzia attraversando alcune fasi ed evolvendo in attaccamento sicuro o insicuro. La possibilità di avere un attaccamento sicuro fornisce al bambino una "base sicura". Questo concetto è stato rielaborato da Bowlby sul finire degli anni '60 e si riferisce ad un ambiente caratterizzato da una madre, che permette al bambino di sentirsi pienamente protetto ed accettato; il bambino si sente sostenuto dalla base sicura e questo gli permette di rimanere solo con sé stesso e di esplorare il mondo circostante senza timore. (BOWLBY, 1969)

### **I modelli operativi interni dell'attaccamento**

Si dice che le persone ripropongano spesso situazioni già vissute. Sono stati svolti numerosi studi a favore dell'idea che questo avvenga anche per i comportamenti di attaccamento. Gli adulti ripropongono i modelli di relazione interiorizzati nell'infanzia grazie ai modelli operativi interni, ovvero rappresentazioni mentali che contengono un grande numero di informazioni, su di sé e sulle figure di attaccamento, che riguardano la maniera più probabile in cui ciascuno risponderà all'altro con il cambiare delle condizioni ambientali.

Esiste una condizione particolare in cui un soggetto adulto riattiva i propri modelli operativi interni, le rappresentazioni delle esperienze passate e le modalità in cui si è relazionato alle figure significative nella propria infanzia: diventare genitore.

La genitorialità riguarda, infatti, il prendersi cura di un altro rispondendo alle sue richieste e ai suoi bisogni. L'elemento di continuità delle relazioni di attaccamento, dall'adulto al bambino, tuttavia non è dato dalla ripetizione fedele di quelle relazioni che hanno caratterizzato l'infanzia del genitore, piuttosto dal modo in cui l'adulto le ha rielaborate, proponendo un ambiente sensibile e responsabile all'interno del quale si sviluppa il legame di attaccamento tra il genitore e il bambino.

Sono state effettuate numerose ricerche in questa direzione, esse hanno cercato di verificare la corrispondenza tra la qualità dello stile di attaccamento dell'adulto e quella del bambino.

Questa corrispondenza viene indagata con un approccio teorico e metodologico che fa riferimento agli studi fatti sui bambini attraverso la Strange Situation e gli studi sui genitori attraverso l'Adult Attachment Interview, cercheremo quindi di descrivere brevemente entrambe le sperimentazioni.

Sulla base, quindi, delle modalità di cura ricevute, il bambino potrà sviluppare diversi stili di attaccamento, definiti per la prima volta da Mary Ainsworth, dopo aver coniato il paradigma sperimentale della *Strange Situation Procedure* (SSP). Entrando brevemente nel merito di questa procedura, essa prevede che il bambino, tra i 12 ed i 18 mesi, ed il suo *caregiver* vengano introdotti in una stanza con dei giocattoli e che siano esposti, progressivamente, ad otto episodi di circa tre minuti ciascuno, in cui si alternano la presenza e assenza del *caregiver* e di un osservatore sconosciuto. L'obiettivo della *Strange Situation* è, quindi, mediante il ricorso a momenti di separazione e riunione, quello di sottoporre il bambino ad una condizione di stress

moderato ma crescente nel tempo, al fine di mettere in luce i suoi comportamenti di attaccamento verso il genitore ed anche i Modelli Operativi Interni interiorizzati da lui nel suo primo anno di vita. (RIVA CRUGNOLA, 2012)

Sulla base di ciò, tale procedura permette di identificare tre tipologie di pattern di attaccamento: sicuro, insicuro evitante, insicuro ambivalente,

(AINSWORTH, BLEHAR, WATERS, & WALL, 1978)

### **Attaccamento sicuro**

Un tipo di attaccamento definito sicuro prevede che il bambino abbia sicurezza e protezione dalle vulnerabilità attraverso la vicinanza con il caregiver. In questo contesto risultano fondamentali la sensibilità e la responsività che si esplicano in: percezione accurata dei segnali espliciti e delle comunicazioni implicite del bambino, interpretazione accurata dei segnali percepiti, sintonizzazione affettiva (condivisione empatica), risposta comportamentale, ossia prontezza e appropriatezza della risposta, completezza della risposta e costanza (prevedibilità).

Attraverso uno stile di attaccamento sicuro, il bambino apprende **funzioni fondamentali** per il suo sviluppo:

- ! Impara le basi della fiducia e della reciprocità, che gli serviranno come modello per tutte le future relazioni affettive;
- ! Esplora l'ambiente con sicurezza, fattore che lo porterà ad un buon sviluppo cognitivo e sociale;
- ! Sviluppa l'abilità di autoregolazione, che gli permetterà un efficace controllo degli impulsi e delle emozioni;



- ! Crea le basi per la formazione dell'identità, che includerà il senso di competenza, l'autostima e il giusto bilanciamento tra autonomia e dipendenza;
- ! Dà vita ad una morale pro sociale, che comporterà la formazione di atteggiamenti empatici e compassionevoli;
- ! Genera un sistema di credenze, che comprendono una valutazione cognitiva del sé, del caregiver, degli altri e della vita in generale;
- ! Sarà protetto da stress e traumi, attraverso la ricerca attiva di risorse e la resilienza.

Gli specifici **fattori protettivi** collegati all'attaccamento che riducono il rischio di sviluppare condotte violente e comportamenti aggressivi nei bambini sono:

- ! L'abilità di regolare e modulare impulsi ed emozioni: la funzione primaria dei genitori è aiutare il bambino a modulare l'arousal attraverso la sintonia e la capacità di una buona gestione del tempo nel gioco, nella nutrizione, nel conforto, nel contatto fisico, negli sguardi, nella pulizia e nel riposo; in sintesi insegnando al bambino le competenze che gradualmente lo aiuteranno a modulare il suo arousal;
- ! Lo sviluppo di valori pro sociali, empatia e moralità: un attaccamento sicuro promuove valori e comportamenti pro sociali che includono l'empatia, la compassione, la gentilezza e la moralità;
- ! Stabilire un solido e positivo senso di sé: i bambini che hanno una base sicura, caratterizzata da risposte appropriate da parte del caregiver e dalla sua disponibilità, hanno più probabilità di essere autonomi e indipendenti durante l'arco dello sviluppo. Esplorano l'ambiente con poca ansia e maggiore abilità, sviluppando una

maggiore autostima e differenziazione di sé. Questi bambini sviluppano credenze positive e aspettative circa sé stessi e le relazioni interpersonali (positive internal working model). Credenze positive su di sé: *‘sono buono, ricercato, competente e amabile’*; Credenze positive sui genitori: *‘loro sono responsivi ai miei bisogni, sensibili e affidabili’*; Credenze positive sulla vita: *‘il mondo è sicuro, la vita merita di essere vissuta’*;

! L’abilità di gestire stress e avversità: numerose ricerche dimostrano come l’attaccamento sicuro costituisca una difesa nello sviluppo di psicopatologie associate a traumi ed avversità.

! L’abilità di creare e mantenere relazioni emotivamente stabili: l’attaccamento sicuro implica una maggiore consapevolezza degli stati mentali degli altri, che non solo produce un rapido sviluppo della moralità, ma protegge il bambino dallo sviluppo di comportamenti antisociali.

Riassumendo si può affermare che i primi anni di vita costituiscono un’importantissima fase di sviluppo, nella quale il bambino apprende la fiducia, i pattern relazionali, il senso di sé e le abilità cognitive.

### **Attaccamento insicuro**

Purtroppo, però, non tutti i bambini sperimentano un attaccamento sicuro, caratterizzato da amore, sicurezza e genitori che offrono protezione. I bambini con una marcata compromissione nell’attaccamento spesso diventano impulsivi, oppositivi, mancano di coscienza ed empatia, sono incapaci di dare e ricevere affetto e amore, esprimendo, quindi, rabbia, aggressività e violenza.

Le cause di disordini nell'attaccamento (attaccamento insicuro) possono essere svariate: abuso, depressione o patologie psichiatriche dei genitori (contributi genitoriali), difficoltà temperamentali, nascita prematura o problemi prenatali del feto nel bambino (contributi del bambino) e povertà, casa o comunità in cui si esperisce violenza e aggressività (contributi ambientali).

Un attaccamento insicuro può influenzare molti aspetti del **funzionamento** del bambino ed in particolare:

- ! Il comportamento: il bambino tenderà maggiormente ad essere oppositivo, provocatorio, impulsivo, bugiardo, fino a commettere piccoli furti, aggressivo, iperattivo e autodistruttivo;
- ! Le emozioni: il bambino proverà una rabbia intensa, si sentirà spesso depresso e senza speranze, sarà lunatico, avrà paura e sperimenterà l'ansia, sarà irritabile e avrà delle reazioni emotive inappropriate di fronte agli eventi esterni;
- ! I pensieri: avrà credenze negative su sé stesso, sulle relazioni e sulla vita in generale, problemi attentivi e di apprendimento e mancherà del ragionamento causa-effetto;
- ! Le relazioni: mancherà di fiducia verso gli altri, sarà controllante, manipolativo, avrà relazioni instabili con i pari e tenderà ad incolpare gli altri per i propri errori;
- ! Il benessere fisico: il bambino potrebbe presentare enuresi ed encopresi, potrebbe essere più incline agli incidenti e avere una bassa tolleranza del dolore;

! La morale: saranno spesso presenti mancanza di empatia, di compassione e di rimorso.

**Attaccamento insicuro evitante:** i bambini che sviluppano un attaccamento insicuro evitante hanno sperimentato, nel primo anno di vita, una madre poco sensibile e disponibile alle richieste di attaccamento, che li ha portati a vedere sé stessi come non degni di cure e l'altro come non disponibile nel caso di bisogno. Sulla base di tali rappresentazioni dunque, durante la SSP, essi mostrano indifferenza rispetto alla separazione dalla figura di attaccamento ed evitano il contatto fisico ed emotivo con questa nel momento della riunione; i bambini, infatti, tendono a minimizzare le emozioni negative e a non esprimerle, spostando l'attenzione sui giocattoli presenti nella stanza. Nonostante però il ricorso a questa strategia di autoregolazione e l'apparente tranquillità manifestata, è stato dimostrato che i bambini evitanti presentano, nel corso degli episodi salienti della *Strange Situation*, un livello di stress maggiore rispetto a quelli sicuri, rilevato mediante la misurazione della frequenza cardiaca e del tasso ematico di cortisolo.

Pertanto è come se il bambino avesse imparato a “disattivarsi”, sapendo che l'adulto non può fungere da regolatore delle emozioni che prova né tanto meno rispondere ai suoi bisogni di cura e accudimento.

**Attaccamento insicuro ambivalente.** I bambini che presentano questa tipologia di attaccamento, invece, hanno esperito una madre intrusiva ed iper-controllante, spesso imprevedibile nel rispondere alle loro richieste. Durante il paradigma della *Strange Situation*, quindi, i bambini insicuri-ambivalenti tendono a protestare vivacemente nel

momento della separazione dalla madre e a resistere ai suoi tentativi di consolazione durante il ricongiungimento con essa, continuando a piangere e rifiutandosi di tornare ad esplorare l'ambiente. In altre parole, non potendo vivere la madre come "base sicura" e non avendo la garanzia di una sua costante disponibilità ed attenzione, tali bambini hanno imparato a richiedere in modo eccessivo (molto e/o frequentemente) per essere sicuri di ottenere almeno un po' di quello di cui hanno bisogno.

(AINSWORTH, M., BLEHAR, M., WATERS, E., & WALL, S. 1978) (MARY D. AINSWORTH, 2006)

Alcuni anni dopo la classificazione di tali pattern, Main e Solomon (1986) notarono, da parte di alcuni bambini, la messa in atto, durante la SSP, di comportamenti che non trovavano una classificazione nei tre stili sopra riportati, come nei casi di congelamento (*freezing*) quando il genitore rientrava nella stanza. Così gli autori hanno introdotto e definito una quarta categoria: l'attaccamento disorganizzato/disorientato.

### **Attaccamento disorganizzato/disorientato**

I bambini che sviluppano questa tipologia di attaccamento hanno, solitamente, madri con una storia personale difficile, spaventate e/o spaventanti, più sintonizzate sui propri bisogni che su quelli del proprio figlio, verso il quale mostrano comportamenti incongruenti. (RIVA CRUGNOLA, 2012)

In particolare, numerose ricerche hanno dimostrato che un attaccamento disorganizzato si sviluppa quando i bambini percepiscono la figura d'attaccamento come fortemente scostante o addirittura minacciosa; il modello negativo che il bambino si crea della principale figura di riferimento lo porta ad

evitare da un lato le richieste d'aiuto e i conflitti e dall'altro a non fidarsi degli altri; lo stato d'animo principale è la paura e la difficoltà a tenere insieme le diverse parti dell'io.

Le madri di bambini con attaccamento disorganizzato hanno, spesso, storie di violenze familiari e abusi, piuttosto che trascuratezza emotiva prolungata, sono spaventate dalle memorie del trauma passato, possono presentare problemi di dissociazione e far vivere i loro figli all'interno di un dramma familiare irrisolto.

(MAIN & GOLDWYN, 1984)

Queste mamme non sono assolutamente sincronizzate con le richieste dei loro bambini, rimandando ad essi messaggi confusi, come ad esempio stendere le braccia verso il bambino, mentre stanno indietreggiando, e risposte inappropriate ai segnali dei bambini, come ridere mentre il bambino piange.

Questo dimostra come uno stile di attaccamento disorganizzato, così come ogni altro stile di attaccamento, possa avere una trasmissione intergenerazionale. Genitori cresciuti in famiglie violente e maltrattanti trasmettono le loro paure e i loro conflitti irrisolti ai figli attraverso abusi o deprivazione emotiva. In questo modo i bambini si trovano a vivere un vero e proprio paradosso, da una parte la vicinanza al genitore incrementa le paure del bambino, dall'altra lenisce le sue paure.

Le credenze che questi bambini sviluppano sono caratterizzate da autovalutazioni negative e disprezzo verso sé stessi. In particolare penseranno di essere cattivi, incompetenti e non amabili, che i genitori non rispondono ai loro bisogni, sono insensibili e inaffidabili e che il mondo è pericoloso e la vita non merita di essere vissuta. Questo pattern di credenze porta il bambino ad un senso di alienazione dalla

famiglia e dalla società in generale; egli sentirà sempre il bisogno di controllare gli altri e di proteggere sé stesso in ogni momento attraverso l'aggressività, la violenza, la rabbia e la vendetta.

Sebbene inizialmente l'attaccamento sia stato studiato solo nel corso della prima infanzia, grazie a studi più recenti è stato messo in evidenza che gli stili di attaccamento potevano essere tradotti in corrispondenti pattern negli adulti. Lo strumento principalmente usato per la valutazione dei modelli operativi interni nel soggetto adulto è un'intervista semi-strutturata, somministrabile già a partire dall'adolescenza in cui al soggetto vengono poste alcune domande dirette relative alle sue relazioni da bambino con le proprie figure di attaccamento, mettendo in luce l'influenza esercitata da queste relazioni primarie nello sviluppo: l'Adult Attachment Interview (AAI). (GEORGE C., KAPLAN N., MAIN M., 1985)

Per esplorare in modo sperimentale la questione, la Main e Goldwyn hanno elaborato l'AAI, un'intervista semi strutturata composta da una serie di domande proposte al soggetto in un ordine preciso e prestabilito: nella parte iniziale viene chiesto al soggetto di indicare alcuni aggettivi che possano descrivere il rapporto con ognuno dei genitori durante l'infanzia; per ogni aggettivo viene, inoltre, chiesto di riportare alcuni ricordi che possano esemplificarli. Si chiede poi a quale genitore era più legato da bambino, e se si fosse mai sentito rifiutato da uno dei due o da entrambi. Nella parte conclusiva invece l'accento viene posto sul rapporto che il soggetto ha nel presente con i propri genitori, dando spazio alla descrizione dei cambiamenti nel

rapporto. L'intervista pone il soggetto in una condizione in cui c'è il pericolo di contraddirsi o di non riuscire a sostenere le affermazioni precedenti o successive.

La struttura dell'Adult Attachment Interview si basa su due principi fondamentali: il primo riguarda il fatto che la ricostruzione del passato viene fatta alla luce delle esperienze attuali del soggetto; il secondo riguarda il fatto che c'è un'idealizzazione del passato, in particolare delle esperienze negative dell'infanzia, che viene approfondita separatamente attraverso uno studio parallelo sul racconto autobiografico.

La codifica delle trascrizioni dell'AAI non è basata sulla descrizione della propria infanzia, piuttosto vuole indagare sul modo in cui le esperienze infantili, e in modo particolare i loro effetti sullo sviluppo della persona, si riflettono sul funzionamento corrente della vita del soggetto e il modo in cui da questo vengono valutate; le narrazioni correnti non sono altro che l'accurata rielaborazione del soggetto delle proprie esperienze infantili mentre questo le racconta.

L' Adult Attachment Interview ha permesso di definire tre modelli rappresentativi interni del sé e delle figure di attaccamento in età adulta e conseguentemente consente una classificazione degli adulti in altrettante categorie:

– Adulti Sicuri (“F”, free): sono soggetti che mostrano valutazioni coerenti nella narrazione delle loro esperienze, anche in presenza di un'infanzia difficile o segnata da eventi traumatici.

Dimostrano di aver libero accesso ai ricordi dell'infanzia, non hanno pregiudizi e non



operano una selezione di quello che viene riferito. Presentano consapevolezza del passato e raccontano facilmente anche eventi spiacevoli.

– Adulti Distanzianti (“Ds”, dismissing): sono soggetti che tendono a fornire descrizioni generalizzate dei propri genitori ma non riescono a supportare tali definizioni con ricordi specifici. Se è presente il ricordo di un’esperienza difficile, a questa è attribuito scarso o nessun peso nella vita. Hanno uno stile narrativo economico e scarno delle loro esperienze infantili e dai loro racconti è difficile individuare le emozioni sottostanti.

– Adulti Preoccupati (“E”, entangled): sono soggetti ancora fermi con i ricordi alle esperienze precoci con i propri genitori che descrivono estensivamente ma con modalità incoerente e confusa. Dai loro racconti si evince un’inversione di ruolo con i propri genitori che non costituiscono pertanto una base sicura. Presentano una seria difficoltà a definire le emozioni.

Esistono anche altre due possibili codifiche derivanti dall’ Adult Attachment Interview:

– Adulti Irrisolti (“U”, unresolved): sono soggetti che non hanno risolto le esperienze traumatiche legate all’attaccamento, possono presentarsi coerenti nei loro racconti, ma fanno affermazioni decisamente non plausibili a proposito delle cause e delle conseguenze di eventi traumatici, quali la perdita di una figura di attaccamento. (GEORGE C., KAPLAN N., MAIN M., 1985)

