



# Attaccamento nella relazione d'aiuto

*Monica Pedrazza*

# Attaccamento E BISOGNO DI SICUREZZA



“Se manca la SICUREZZA, il soggetto è ostacolato dalla mancanza di quella che potremmo definire una base sicura da cui partire.”  
(Ainsworth, 1940, p. 45)

La teoria della riduzione dell'incertezza Soggettiva (Hogg, 2000; Hogg & Abrams, 1993), la vita sociale degli individui è caratterizzata dal tentativo di soddisfare quello che per gli autori è il bisogno fondamentale :BISOGNO DI CERTEZZE.

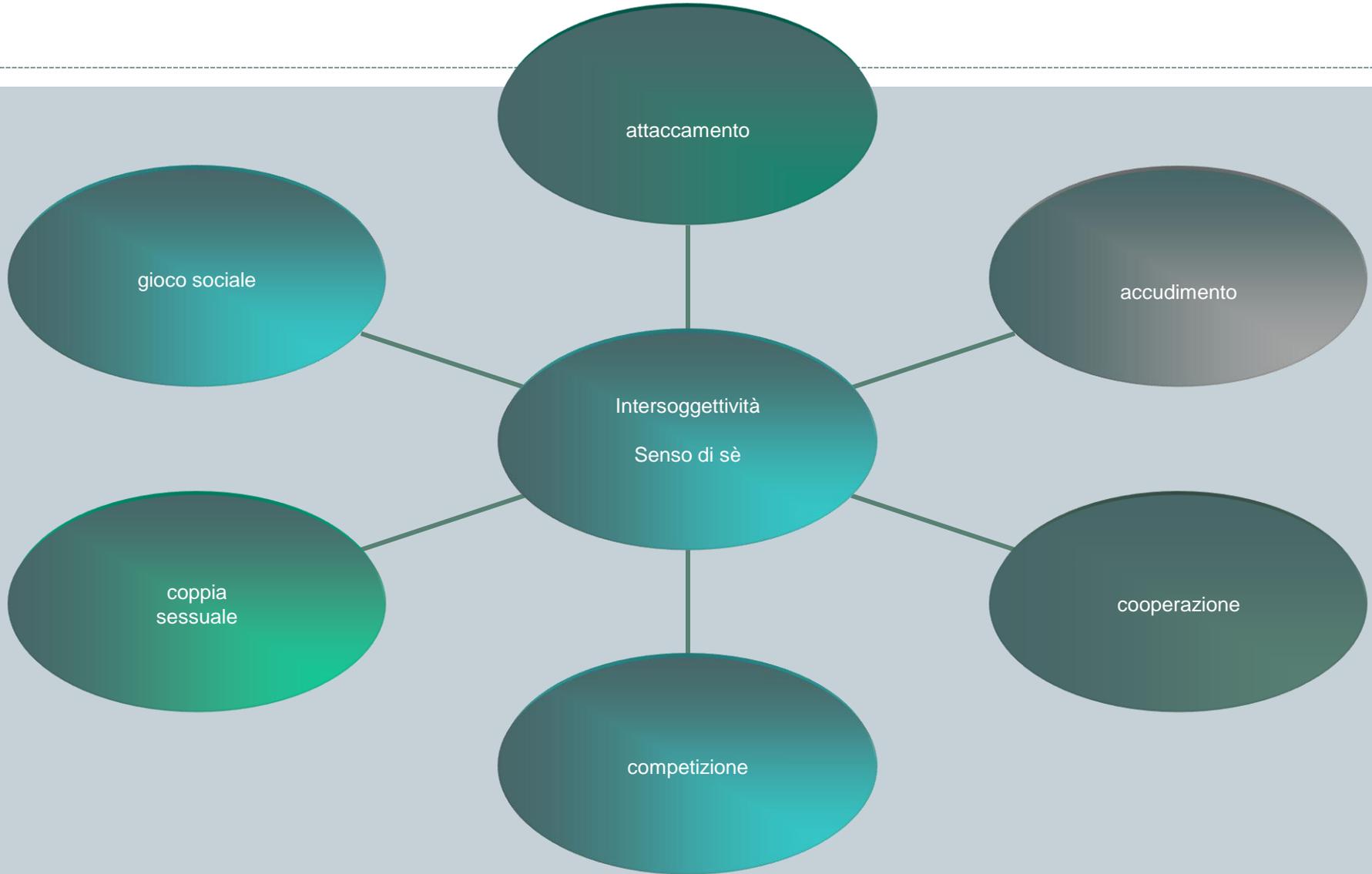
# Sistema comportamentale dell'attaccamento

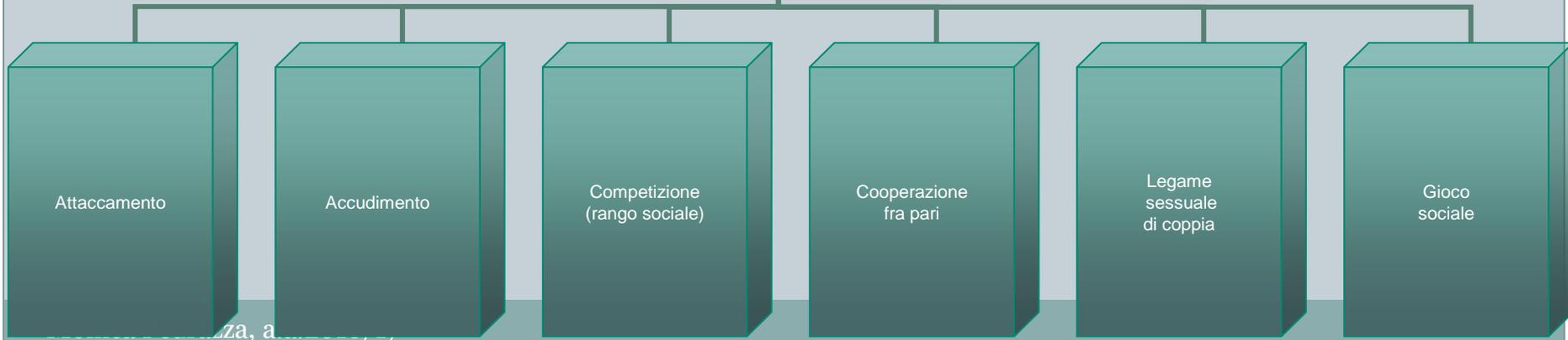


“ è un programma neurale presente in tutte le specie che si è evoluto biologicamente e organizza il comportamento in modo da aumentare le possibilità di sopravvivenza individuale e di riproduzione, nonostante gli inevitabili pericoli o vincoli ambientali.”

(Mikulincer & Shaver, 2013, p. 23).

# Sistemi comportamentali







La presenza o la percezione di pericoli comporta l'attivazione nel soggetto del sistema di attaccamento, che lo spinge a cercare la vicinanza di altre persone protettive, al fine di ripristinare la sicurezza perduta.



- **Sistema comportamentale innato**

Il comportamento che il soggetto mette in atto in caso di pericolo è innato, come ad esempio, urlare, piangere, cercare la vicinanza del *caregiver* o stringersi a lui (sistema comportamentale di attaccamento); allo stesso modo, è innato anche il tipo di risposta del *caregiver* (sistema comportamentale di accudimento).



- **Strategia primaria di attaccamento**

Secondo Bowlby (1969/1982) la ricerca di vicinanza è la strategia primaria naturale del sistema comportamentale dell'attaccamento adottata da un soggetto bisognoso di protezione e sostegno. Tale strategia include la messa in atto di diversi comportamenti (richiesta di interazione, esibizione di emozioni, ecc).



Nella **prima infanzia** le strategie di attaccamento sono innate (e semplici), ma con il passare del tempo diventano flessibili e sensibili al contesto.

Nell'**età adulta**, infatti, la strategia primaria non prevede necessariamente comportamenti che richiedono una vicinanza effettiva ma si ricorre a rappresentazioni mentali dei modelli di relazione con persone che normalmente offrono cura e protezione (Mikulincer & Shaver, 2013).



- Le rappresentazioni mentali delle figure di riferimento diventano fonti simboliche di protezione e danno al soggetto un senso di sicurezza che aiuta ad affrontare in modo positivo le minacce.

*Ad esempio, per uno studente che deve sostenere un esame difficile, ripensare al sostegno offertogli in altre occasioni dalle figure di attaccamento può aiutarlo a regolare la propria agitazione/paura e a concentrarsi di più, trovando conforto in quei modi usati dalle figure di attaccamento.*



- **Obiettivo del sistema di attaccamento**

L'**obiettivo** è il raggiungere un senso di protezione o sicurezza che normalmente conclude l'attivazione del sistema. Il soggetto sicuro può, quindi, dedicarsi ad altre questioni (attività non di attaccamento).



“Poiché la paura e la ricerca di vicinanza debbono avere grande priorità in termini di sopravvivenza biologica, l’attivazione del sistema di attaccamento tipicamente disattiva o inibisce altri sistemi comportamentali.”  
(Mikulincer & Shaver, 2013, p. 31).

# Sistemi comportamentali



- Sistema di **attaccamento**
- Sistema di accudimento
- Sistema di esplorazione
  - Sistema di affiliazione  
(cooperazione/competizione)
  - Sistema di sessualità



In condizioni di insicurezza, le persone “sono così concentrate su se stesse (sul loro bisogno di protezione) che non hanno a disposizione risorse mentali da dedicare in modo empatico e altruista ai bisogni e alle cure degli altri” (Mikulincer & Shaver, 2013, p. 31).



# Che cosa rende differente il funzionamento del sistema di attaccamento?

La qualità delle interazioni con le figure di attaccamento nei momenti di bisogno:

1. CAREGIVER DISPONIBILE, SENSIBILE E RESPONSIVO → **SICUREZZA** NEL CARE-TAKER
2. CAREGIVER NON DISPONIBILE (fisicamente o emotivamente) → **INSICUREZZA** NEL CARE-TAKER

# Se la strategia primaria di attaccamento (ricerca di vicinanza) non funziona...



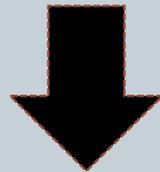
Adozione di strategie secondarie di attaccamento (Main, 1990):

- **Iperattivazione** (focus eccessivo sul problema, sulla minaccia percepita, talvolta, esagerando nella valutazione del problema) – questa esagerazione comporta un continuo e incrementato bisogno di cure e attenzioni dal partner.
- **Disattivazione** (evitamento del problema o della minaccia, inibendo o sopprimendo i pensieri relativi) – questo comporta una minor ricerca del partner.

# Modelli operativi interni



- Le reazioni e i comportamenti della figura di attaccamento alle richieste di sostegno/protezione vengono conservate nella nostra memoria associativa creando una rete di rappresentazioni mentali di interazioni significative .



- Questo insieme di rappresentazioni e conoscenze assume la forma di Modelli Operativi Interni (MOI).



- I Modelli Operativi Interni sono modelli rappresentativi, “schemi sociali” che permettono al soggetto di prevedere le interazioni future e di adeguarsi alla figura di attaccamento.
- La ripetizione e la conferma di queste interazioni rende sempre più stabili le rappresentazioni mentali e quindi i MOI.



“Si tende ad assimilare ogni nuova persona con cui si può stringere un legame (coniuge, figli, datore di lavoro, ecc.) ad un modello preesistente (di un genitore o di sé) e spesso si continua a farlo nonostante l’accumularsi di prove che il modello non è adeguato. Analogamente ci si aspetta di essere percepiti e trattati da queste persone in modi simili al modello di Sé che uno ha sviluppato.”

(Bowlby, 1979, pp. 141-142)

# Stile di attaccamento



- Dai Modelli Operativi Interni e dall'utilizzo di una particolare strategia di attaccamento (primaria o secondaria, iperattivazione *vs* disattivazione) si arriva a parlare di STILE DI ATTACCAMENTO.

# STILI DI ATTACCAMENTO



- **SICURO**: “Mi riesce relativamente facile avvicinarmi a un'altra persona e sono a mio agio sia se mi sembra di dipendere da lei o se è lei a dipendere da me, non ho paura di essere abbandonato/a o di sentire che c'è troppa intimità.”
- **ANSIOSO**: “Mi sembra che **gli altri** siano riluttanti ad avvicinarsi quanto io vorrei. Spesso mi preoccupo che **l'altro non mi ami davvero o non voglia stare con me**. Vorrei avere **maggior intimità**, ma a volte questo fa spaventare e **allontanare l'altro**.”
- **EVITANTE**: “**Trovo un po' di difficoltà** ad avvicinarmi a un'altra persona. **Mi è difficile fidarmi** totalmente e sentire che dipendo da lei. Mi innervosisco quando mi sta troppo vicino o mi propone **un'intimità maggiore** di quella che io riesco a sopportare.”

# Experience in close relationships (ecr)

(Brennan, Clark, & Shaver, 1998)



- **Evitamento (18 items,  $\alpha > .90$ )**

1. Preferisco non mostrare al mio partner come mi sento dentro.
2. Appena il mio partner comincia a stabilire con me una relazione di intimità, sento di volermi allontanare.
3. Mi sento a disagio quando il mio partner vuole stabilire con me una relazione di intimità.
4. Mi innervosisco quando il mio partner diventa troppo intimo.

- **Ansia (18 items,  $\alpha > .90$ )**

1. Ho paura di essere abbandonato/a.
2. Mi preoccupo molto per le mie relazioni sentimentali.
3. Spesso desidero che i sentimenti del mio partner verso di me siano forti come quelli che io provo per lui/lei.
4. Spesso vorrei fondermi completamente con il mio partner e ciò a volte lo fa allontanare.

# compilazione questionario ecr – scala likert a 7 punti



- **Consegna:** Le seguenti affermazioni si riferiscono al modo in cui lei si sente nelle relazioni sentimentali. Siamo interessati al modo in cui lei vive generalmente le relazioni, e non soltanto a ciò che sta succedendo in una relazione attualmente in corso. Risponda ad ogni affermazione indicando la misura del suo accordo o disaccordo, barrando la casella corrispondente.

<b>Fortemen te in disaccord o</b>	<b>In disaccord o</b>	<b>Lievemente in disaccord o</b>	<b>Né d'accordo, né in disaccord o</b>	<b>Lievemente d'accordo</b>	<b>D'accordo</b>	<b>Fortemen te d'accordo</b>
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>

**Preferisco non mostrare cosa sento nel  
profondo.**

**1 2 3 4 5 6 7**



# Warning!!!



- Gli stili di attaccamento insicuri non sono stili comportamentali meno preferibili dello stile sicuro, poiché sono quelli che ci hanno permesso di rendere più probabile la vicinanza con il nostro care-giver e la sua disponibilità ad aiutarci.

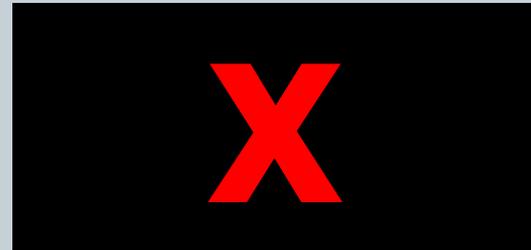
# Il sistema di attaccamento può essere attivato inconsapevolmente



## Studio 1 (Mikulincer et al., 2000)

- **Compito lessicale:** indicare se una stringa di lettere è una parola o una non-parola.
- **Procedura di Priming subliminale:** presentazione di una parola-minaccia (es. Fallimento, malattia, morte) immediatamente prima del compito lessicale.
- **Variabile dipendente:** velocità di risposta.

- Metà dei partecipanti fissano lo stimolo neutro





- L'altra metà fissa la parola-minaccia subliminale.

**death**



- Dopo ogni stimolo, vedono la parola-target che rimane visibile fino a quando i partecipanti premono un tasto per indicare se è una parola o una non-parola (ad esempio evlo).

**love**

# risultati



- La presentazione di parole-minaccia aumenta l'accessibilità mentale a concetti legati all'attaccamento.
- Sono risultate, infatti, risposte più veloci a parole legate all'attaccamento (es. Amore, bacio, carezze).

# Creazione di un senso di sicurezza di attaccamento

- La disponibilità e il sostegno di una figura di attaccamento nei momenti di bisogno riduce il disagio di una persona e produce sentimenti positivi (essere amato, essere grato, essere tranquillo);
- In età adulta, questi sentimenti positivi possono essere semplicemente prodotti pensando alle figure di attaccamento supportive e disponibili oppure richiamando alla memoria interazioni calde e confortanti con queste persone.

# attaccamento



## helping figures



“L’educatore non può nascondersi dietro una “buona manualità”, non può accontentarsi di buone tecniche di *empowerment*, ma dovrebbe avere consapevolezza dei processi psicologici che concorrono alla costruzione della relazione operatore-utente [...]”.  
(Pedrazza, 2007, p. 108)

# Ma quali regole seguiamo quando ci prendiamo cura di qualcuno?



- Conoscenze universitarie apprese nelle varie discipline (ruolo educatore, obiettivi, relazione, bisogni, ecc.);
- Conoscenze legate a corsi di aggiornamento;
- Conoscenze/aspetti legati alla quotidianità (attivazione schemi e regole ascrivibili ai nostri modelli operativi interni – recupero norme, indicazioni suggerite e contenute nel sistema di attaccamento).

# Sistema di attaccamento: fattore che incide sul sistema di accudimento



“Il sistema di attaccamento del minore avrà un effetto profondo sul modo di percepire gli interventi degli educatori, sul modo di rispondere alle loro sollecitazioni, per contro il sistema di attaccamento dell’educatore influenzerà il modo che egli ha di **prendersi cura del minore**”

(Pedrazza, 2010, p. 85).



- L'attaccamento influenza la capacità di prendersi cura dell'altro; infatti, solo quando il soggetto raggiunge un certo grado di sicurezza, percepisce l'altro come bisognoso e meritevole di sostegno e sicurezza.

(Mikulincer & Shaver, 2013)

# Educatore sicuro



- Percezione di sé come di persona efficace
- Percezione degli altri come meritevoli di rispetto e sostegno
- Agio nelle situazioni di intimità ed interdipendenza
- Equilibrio emotivo
- Concentrazione sui bisogni dell'altro
- Base sicura e porto sicuro per l'altro anche quando non si ottengono benefici o ricompense

# Educatore ansioso



- Percezione di sé come di persona inefficace
- Percezione degli altri come meritevoli di rispetto e sostegno
- Agio in condizioni di intimità e vicinanza, ma timore di allontanamento e rischio di ipercoinvolgimento
- Tendenza ad intensificare le emozioni e i pensieri negativi (vulnerabilità all'angoscia)
- Focus spostato dall'altro a se stesso che ostacola la possibilità di offrire cure adeguate
- Rischio *burnout*

# EDUCATORE EVITANTE



- Percezione di sé come di persona efficace
- Percezione degli altri non meritevoli di rispetto e sostegno (inferiori)
- Disagio in condizioni di intimità, mantenimento di una certa distanza dall'altro/ sfiducia
- Desiderio di non essere coinvolti troppo emotivamente
- Mancanza di comprensione profonda, compassione e sensibilità che ostacola la cura dell'altro.

# Intervento educativo



- L'intervento non può essere attuato finché il minore non ha recuperato un senso sufficiente di sicurezza tale da permettere di riprendere in modo accettabile le sue abituali occupazioni (scolastiche, sociali, ricreative).

In particolar modo, l'educatore deve curare accoglienza e contenimento.

# Obiettivi dell'intervento educativo



- Permettere al soggetto di raggiungere un livello accettabile di sicurezza (prerequisito per attuare interventi volti a raggiungere maggiore autonomia e competenza sociale);
- Implementare immagini positive di sé e dell'altro in modo da arricchire i modelli operativi interni;
- Accrescere ed attivare le strategie di avvicinamento e di ricerca del supporto anche nelle relazioni non di attaccamento.

# Ma come fa un educatore insicuro a comportarsi in modo efficace con l'utente?



- Il **resoconto** è la capacità di rendere conto del perché dei propri pensieri, comportamenti, attribuzioni, stati emotivi, ecc.

Rappresenta il modello più adeguato per :

- formalizzare gli episodi negativi nell'ambito della relazione educatore-utente,
- creare quelle condizioni che permettono all'educando di sentirsi accolto (e non giudicato),
- rendere l'educatore degno di fiducia agli occhi del minore,
- migliorare la relazione e permettere il raggiungimento degli obiettivi prefissati (Pedrazza, 2010).

Nel dettaglio, si chiede all'educatore di illustrare:

- Le ragioni che spingono a scegliere un intervento e non un altro;
- Gli obiettivi che si intendono raggiungere.

# Perché il resoconto?



- Non sono le esperienze negative o drammatiche a determinare l'insicurezza nei soggetti, ma il modo di affrontarle.
- Permette al minore di riflettere su di sé e sull'educatore.
- Formulando il resoconto, l'educatore riesce meglio a mettersi nei panni del minore e ad assumere un atteggiamento empatico.

## Studio 2 (Pedrazza, 2010)



**Partecipanti:** educatori comunità per minori

**Ipotesi:** l'educatore valuta in modo diverso – e dipendente dal suo livello di sicurezza nell'attaccamento – la gravità dei comportamenti presentati nella scala e quindi l'opportunità o meno di avvicinarsi e di intervenire.

# Strumenti



- **Attachment Style Questionnaire (ASQ)** per la valutazione dell'attaccamento adulto ed adolescenziale (Feeney, Noller & Callan, 1994)
  - Scala Likert 1-6;
- **Scala di valutazione di disagio** nell'affrontare comportamenti percepiti come negativi contestuali alle pratiche educative e che richiedono contenimento da parte dell'educatore (ad hoc).
  - Scala Likert 1-7.

# **Per la costruzione della scala di valutazione del disagio, sono stati identificati 13 comportamenti dell'educando che richiederebbero l'intervento dell'educatore:**

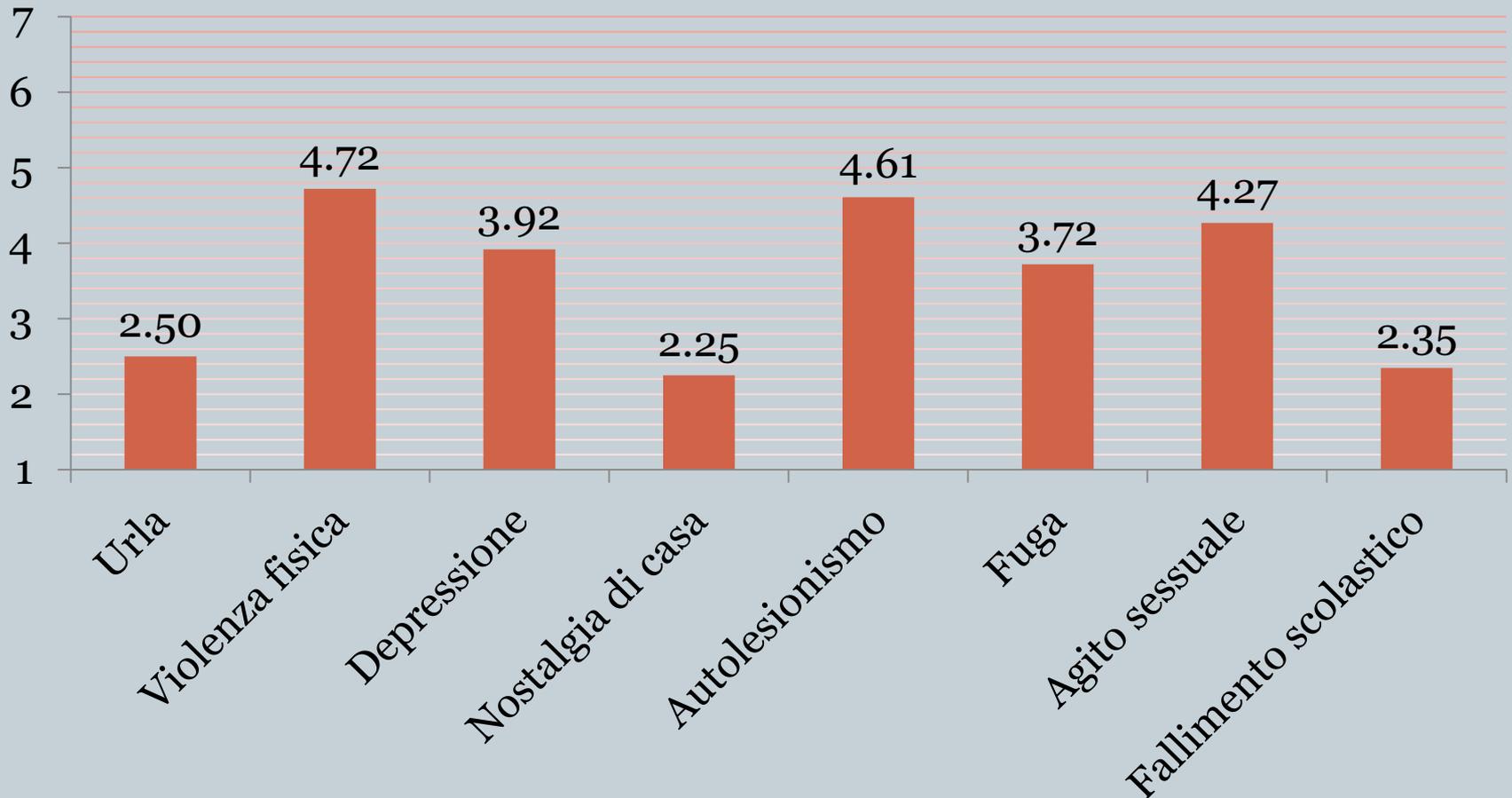


- 1. Urla
- 2. Violenza fisica
- 3. Danneggiamento di oggetti della comunità
- 4. Bestemmie
- 5. Depressione
- 6. Isolamento
- 7. Rifiuto di parlare
- 8. Nostalgia di casa
- 9. Furto
- 10. Comportamento autolesionistico
- 11. Fuga
- 12. Agito sessuale
- 13. Fallimento scolastico

- Fig. 2 - Comportamenti più problematici da gestire



**Media**

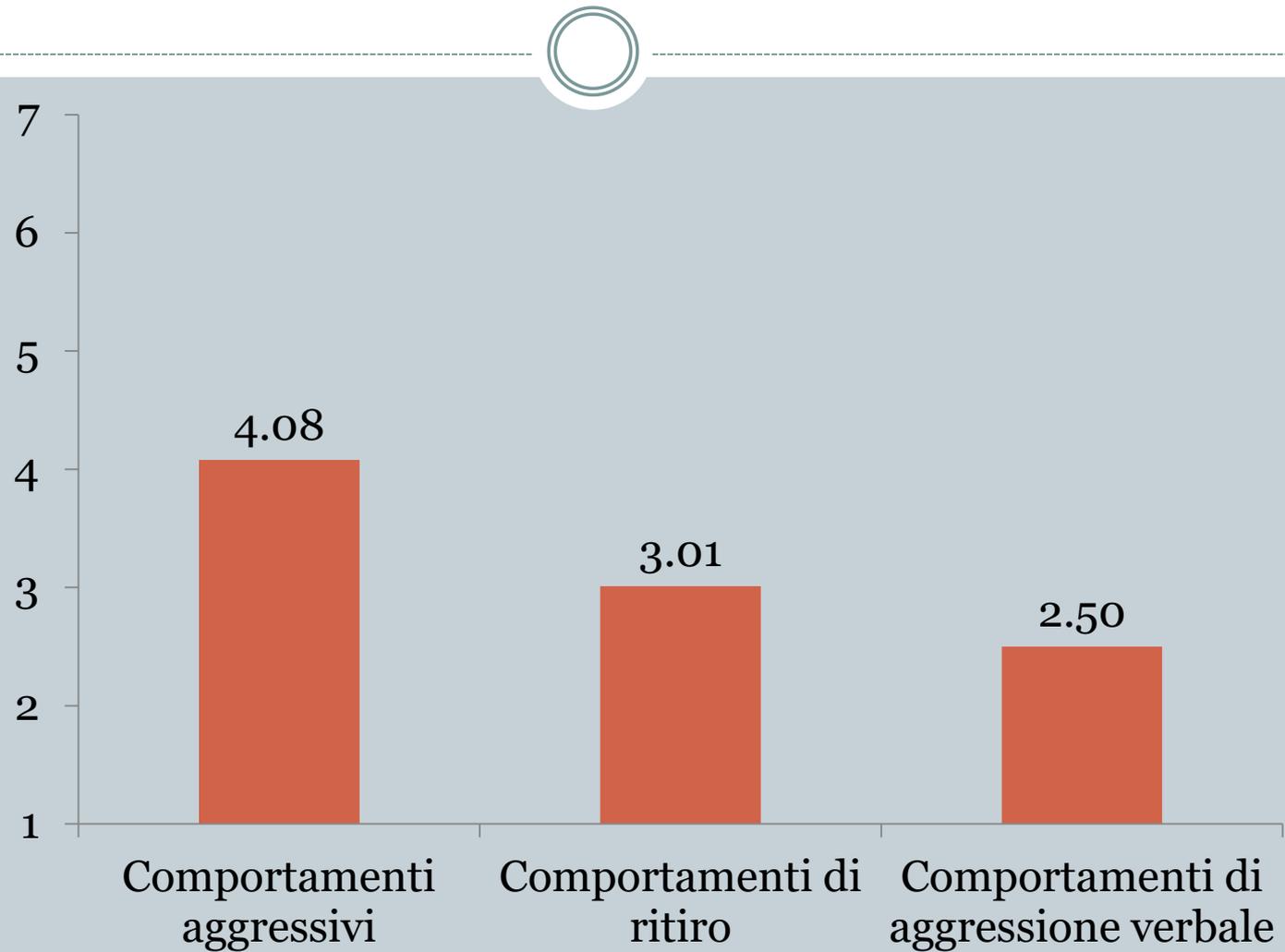


# Analisi fattoriale Scala di valutazione del disagio

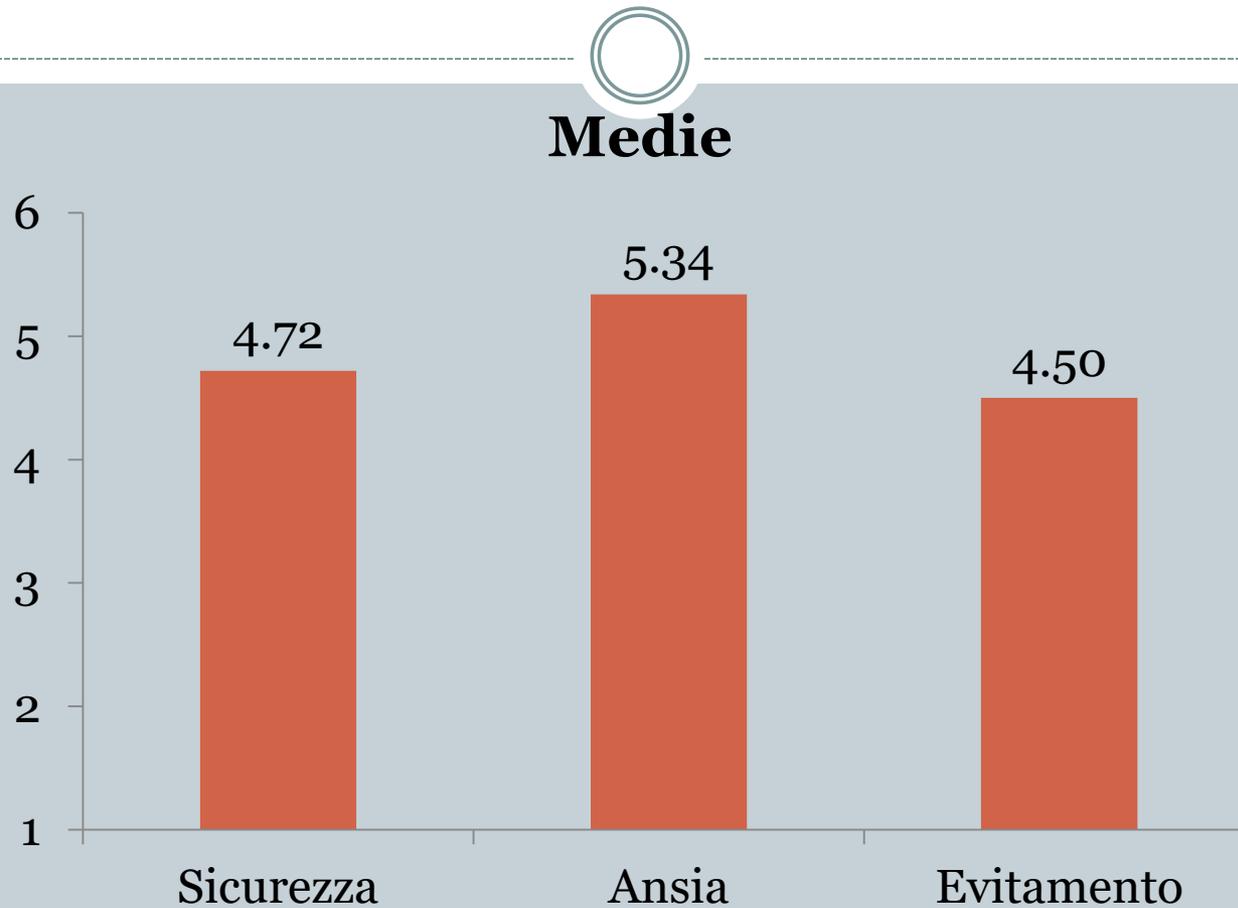


1. Comportamenti di ritiro (isolamento, rifiuto di parlare, depressione, nostalgia di casa e fallimento scolastico), ( $\alpha = 0.81$ ).
2. Comportamenti di aggressione (agiti sessuali, fuga, comportamento autolesionistico, violenza fisica e furto), ( $\alpha = 0.75$ ).
3. Comportamenti di aggressione verbale (bestemmie, urla e imprecazioni), ( $\alpha = 0.73$ ).

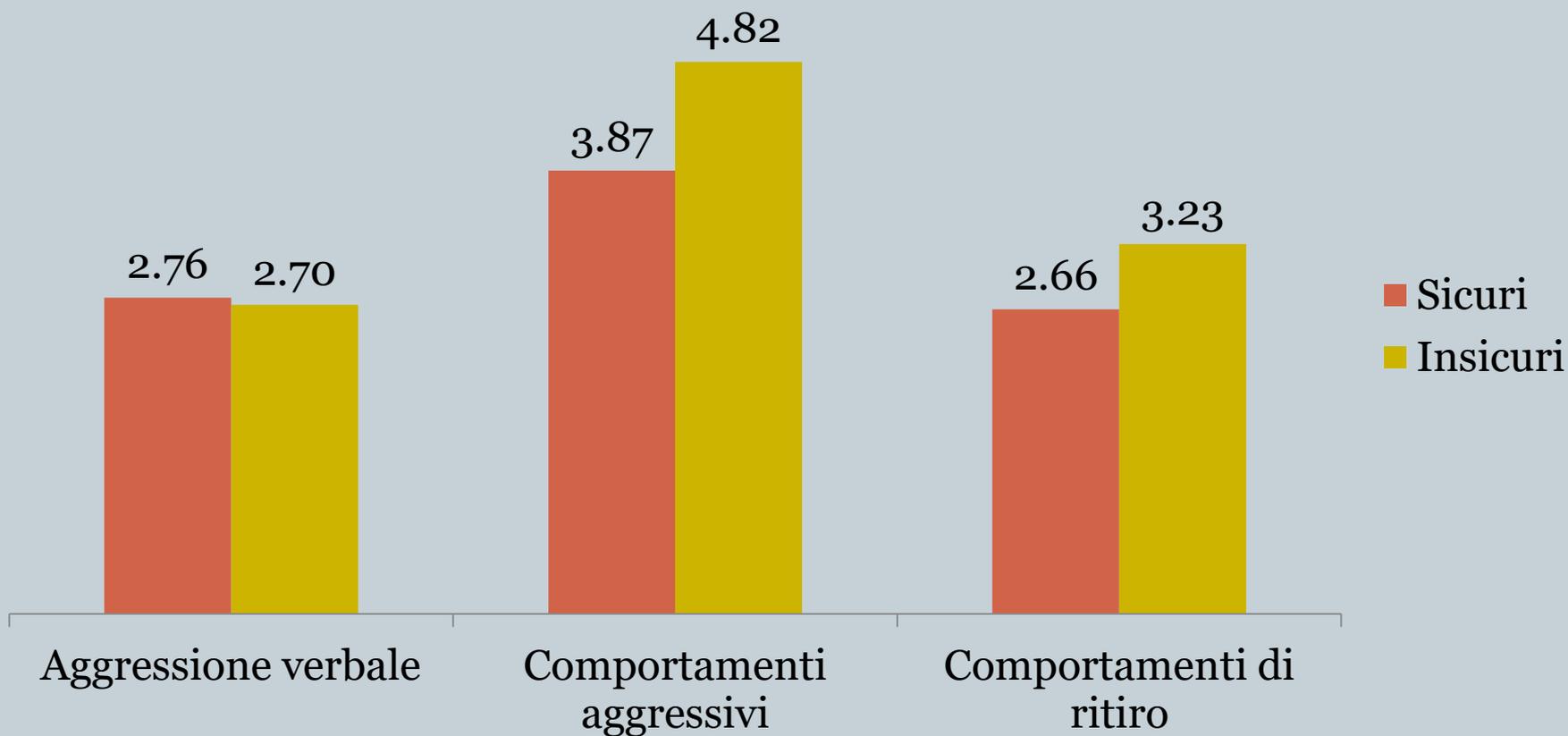
- Fig. 3 - Comportamenti percepiti come più gravi:



- Fig. 4 - Stili di attaccamento



# Fig. 5 - Percezione della gravità dei comportamenti



# Tab. 1 - Correlazioni



	COMPORNAME NTI AGGRESSIVI	COMPORNAME NTI DI AGGRESSIONE VERBALE	COMPORNAME NTI DI RITIRO
COMPORNAME NTI AGGRESSIVI	1	.306*	.375**
COMPORNAME NTI DI AGGRESSIONE VERBALE	.306*	1	
COMPORNAME NTI DI RITIRO	.375**		1

\*.p < 0.05

\*\* .p < 0.001



- Il disagio verso i comportamenti aggressivi correla positivamente con il disagio di fronte a comportamenti aggressivi verbali ( $r = 0.306$ ;  $p < 0.05$ ).
- Il disagio di fronte a comportamenti aggressivi correla positivamente con il disagio di fronte a comportamenti di ritiro ( $r = 0.375$ ;  $P < 0.001$ ).

# Tendenza correlazionale



- Dai dati relativi alle correlazioni emerge anche una tendenza:  
l'ansia e la sicurezza (non l'evitamento) correlano negativamente con la valutazione di difficoltà di affrontare i comportamenti di ritiro.

# conclusioni



- I comportamenti percepiti come più gravi sono: violenza fisica ( $M = 4.72$ ), autolesionismo ( $M = 4.61$ ) e agito sessuale ( $M = 4.27$ ), che rientrano nel fattore “Comportamenti di aggressione” ( $M = 4.08$ ;  $DS = 1.08$ ).
- Lo stile di attaccamento più frequentemente riscontrato è l’Ansia ( $M = 5.34$ ,  $DS = 0.76$ );
- Gli educatori insicuri valutano più gravi i comportamenti di aggressione fisica ( $M = 4.82$ ) e di ritiro ( $M = 3.23$ );
- All’aumentare del disagio dell’educatore di fronte a comportamenti aggressivi, aumenta il disagio nei confronti di comportamenti di aggressione verbale e viceversa ( $r = 0.306$ ;  $p < 0.05$ ); all’aumentare del disagio dell’educatore di fronte a comportamenti aggressivi, aumenta il disagio nell’affrontare comportamenti di ritiro e viceversa ( $r = 0.375$ ;  $p < 0.001$ ).
- All’aumentare dei punteggi medi in Ansia e Sicurezza, diminuisce tendenzialmente il valutare come difficoltoso l’affrontare comportamenti di ritiro.

# Modelli operativi interni



MODELLO DEL SE'	MODELLO DEGLI ALTRI
Positivo	Positivo
Negativo	Positivo
Positivo	Negativo
Negativo	Negativo

# MODELLI OPERATIVI SÉ E DEGLI ALTRI



STILE DI ATTACCAMENTO	MODELLO DEL SE'	MODELLO DEGLI ALTRI
SICURO	Positivo	Positivo
ANSIOSO	Negativo	Positivo
EVITANTE	Positivo	Negativo

# Domande di ripasso



- Cos'è il sistema comportamentale dell'attaccamento?
- Qual è la strategia primaria di attaccamento?
- Quali sono le strategie secondarie di attaccamento?
- Fornire una definizione di modello operativo interno.
- Quali sono i tre principali stili di attaccamento?
- Quali sono i tre principali obiettivi dell'intervento educativo in relazione all'attaccamento?
- Descrivi le principali caratteristiche dell'educatore sicuro, ansioso ed evitante.
- Descrivere e commentare i risultati di Figura 3.
- Descrivere e commentare i risultati di Figura 4.
- Descrivere e commentare i risultati di Figura 5.