

ADOZIONE E ATTACCAMENTO

31 GENNAIO 2023

LE RADICI E LE ALI

A cura di Sophie Perichon

PROGRAMMA

Si svolgerà in due parti

La prima, più tecnica e di spiegazione su cos'è l'attaccamento, quale funzione ha nella vita di un bambino e quali sono gli stili di attaccamento. Si tratta di aspetti che osservati sono in grado di narrare la storia pregressa del bambino e delle persone che lo hanno accompagnato sino all'adozione. La finalità di imparare, comprendere e rileggere meglio i nostri bambini.

La seconda, fatta di tre voci dirette di esperienza che ci permetteranno di comprendere e declinare i concetti più teorici e capire come intervenire.

LE VOCI

Esperienza 1:

«Un percorso riparativo: la fiducia – l'autonomia – la dipendenza»

Esperienza 2:

«Le sovrapposizioni: ci sei tu ma a volte vedo e sento lei»

Un Viaggio Nelle Emozioni Di Una Mamma

Esperienza 3:

«Lettera a mio padre»

RIFLESSIONI:

COME RIPARARE E QUALI STRUMENTI GENITORIALI UTILIZZARE

PREMESSA

Quando si parla di attaccamento spesso si pensa di parlare di come un bambino «si attacca» ai genitori.

In realtà noi parliamo di un

sistema biologico innato pre-programmato che:

- 1) Si organizza nel bambino tramite le prime relazioni significative
- 2) Si struttura si plasma proprio in base alle competenze, possibilità, limiti, risorse di queste prime figure
- 3) Si attiva in momenti specifici ossia nelle situazioni di pericolo
- 4) La modalità di risposta dell'adulto alle richieste del bambino orienta in lui la visione/interpretazione del mondo, degli adulti, delle relazioni e di sé

IN MATERIA DI ADOZIONE

Dall'osservazione dello stile di attaccamento di un bambino e da ciò che ne è derivato, possiamo tracciare in modo più che verosimile la storia del bambino, gli eventi e le caratteristiche degli adulti che hanno fatto parte della sua vita.



Nel mondo dell'adozione tale aspetto è molto importante perché quando adottiamo un bambino, adottiamo un bambino con una sua storia pregressa, un suo stile di attaccamento e una sua lettura degli adulti delle relazioni e di sé.



Adottiamo un bambino con una sua strutturazione

La costruzione di **nuovi legami**, in particolare quello con i **genitori adottivi**, è influenzata dal modello di **attaccamento precedente**:

- attribuzione delle medesime caratteristiche del genitore biologico al genitore adottivo
- interpretazione dei comportamenti del genitore adottivo attraverso il filtro creato in passato
- ricerca di conferme alla rappresentazione di sé come non amabile
- ricerca di conferme alla rappresentazione dell'altro come inaffidabile, maltrattante o imprevedibile

non mettere in discussione la propria
competenza genitoriale dalle risposte
del bambino

TRACCE STORICHE

La teoria dell'attaccamento nasce dagli studi dello psichiatra e psicanalista inglese John Bowlby (1907-1990)



Definizione

La sua teoria dell'attaccamento suggerisce che i bambini vengano al mondo biologicamente pre-programmati a creare legami con gli altri, aspetto che li aiuterebbe a sopravvivere. (1969)

Un bambino nasce biologicamente immaturo

piccolo – indifeso – bisognoso di cure.

Fortemente dipendente.

Con uno sviluppo da ultimare ed impossibilitato ad una sopravvivenza autonoma.

Nei bambini (cuccioli in generale) è presente una tendenza innata a ricercare sin dalla nascita una presenza adulta in grado di fornire cura e protezione nei momenti di pericolo.

Si tratta di un «sistema motivazionale» innato

avente una meta precisa (l'adulto – caregiver) da cui ottenere protezione e conforto, garantendo al piccolo la sopravvivenza.

Bowlby definì l'attaccamento come una “**connessione psicologica duratura tra gli esseri umani**”.

La sua teoria sostiene che i bambini hanno un innato bisogno di formare un legame di attaccamento con un caregiver, da cui ricevere protezione nei momenti di pericolo.

Si tratta una risposta evoluta che accresce le possibilità di sopravvivenza del bambino.

Bowlby segue gli studi di Lorenz sull'imprinting (anni '30) e di Harlow sulle scimmie Rhesus.

Sfata le teorie psicoanalitiche per cui i bisogni primari di un bambino sono correlati a cibo – pulizia – scarica libido (bambino avido che deve nutrirsi – angosciato se non soddisfatto)

individua come bisogni primari per la sopravvivenza fisica e psichica la protezione – il conforto – il contatto.

IN CASO DI PERICOLO un bambino attiva i
COMPORTAMENTI DELL' ATTACCAMENTO

Segnalazione: pianto – sorrisi - vocalizzi

Avvicinamento: aggrapparsi – seguire - gattonare

esprimere PAURA funzione biologica - frutto della selezione naturale
sopravvivenza:

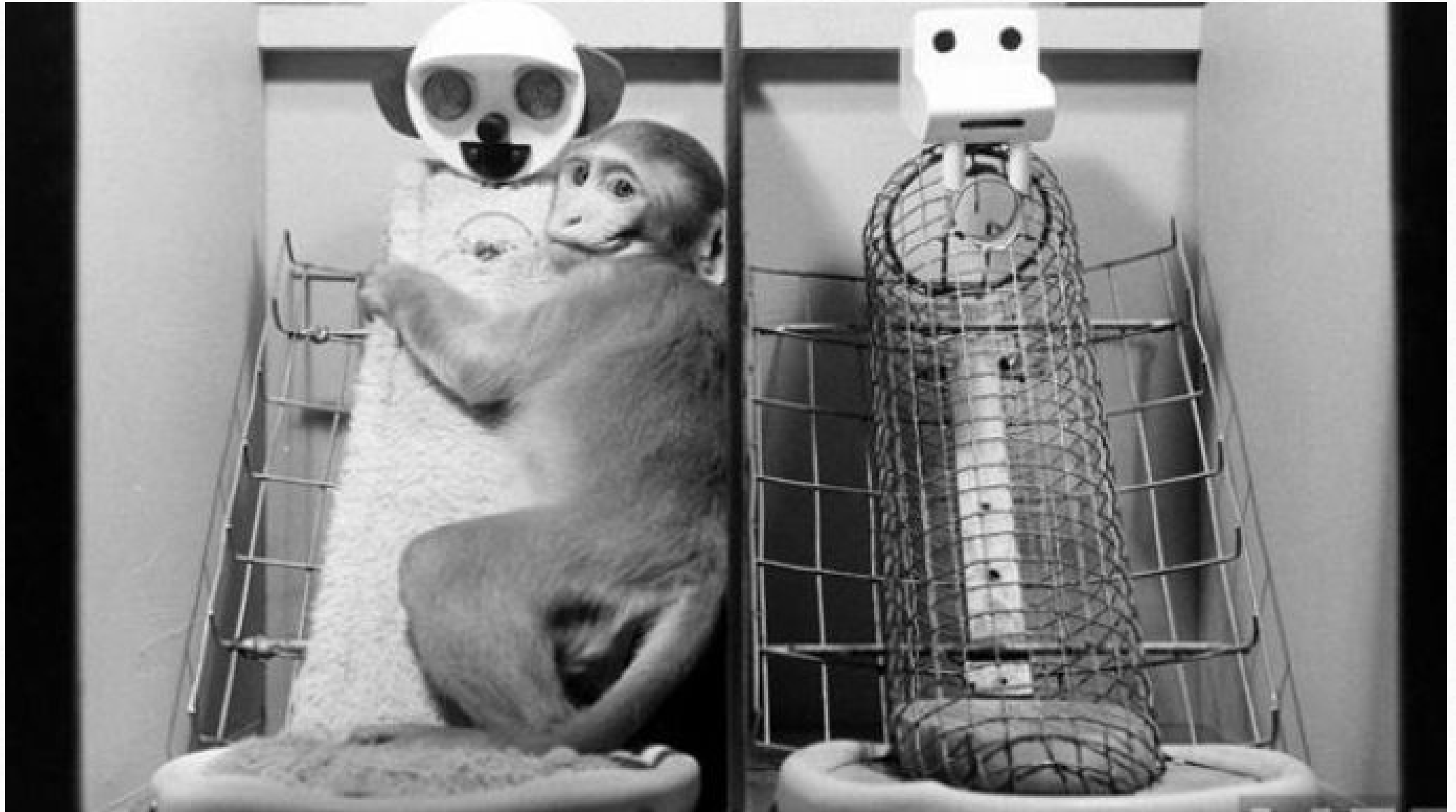
assicurarsi la protezione attraverso la vicinanza della
figura di attaccamento
relazione di attaccamento













Sebbene venga nutrito dalla “madre” di fil di ferro, il piccolo preferisce passare la maggior parte del tempo aggrappato a quella di panno, in particolar modo quando ha paura.











Per uno sviluppo ottimale

Un bambino deve potere usufruire di una
figura pronta a proteggere,
percepita come «**più forte e più saggia**»,
e in grado di dare «**cure
continuative e costanti**»

BASE SICURA

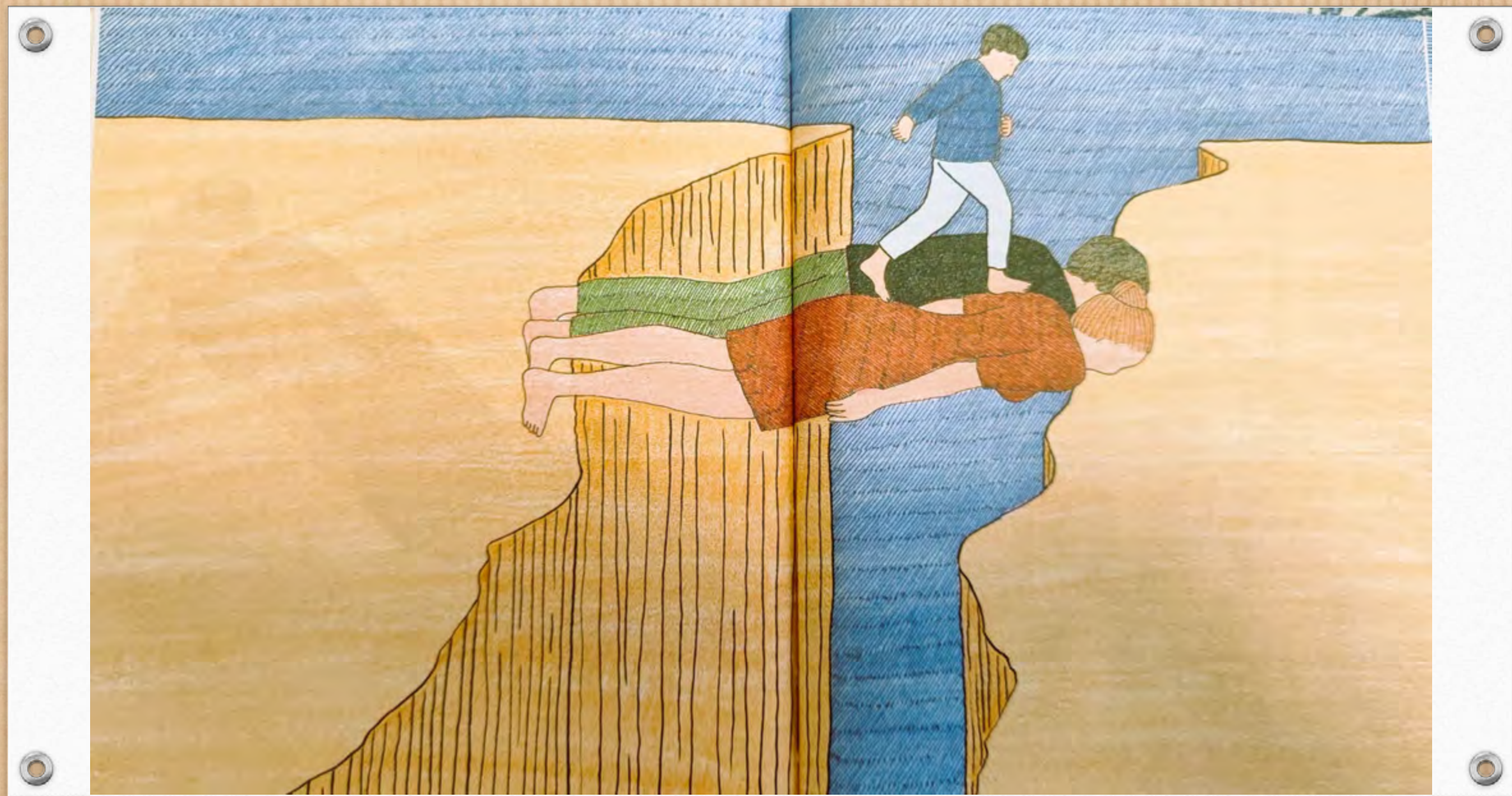
Un bambino considera la sua figura di riferimento, una base sicura da cui partire ed esplorare il mondo e a cui fare ritorno in caso di pericolo. accessibilità





Genitori sensibili e attenti da cui fare ritorno in caso di bisogno (stanchezza – fame – pericolo) e che sappiano fornire cura – incoraggiamento – protezione – attenzione.



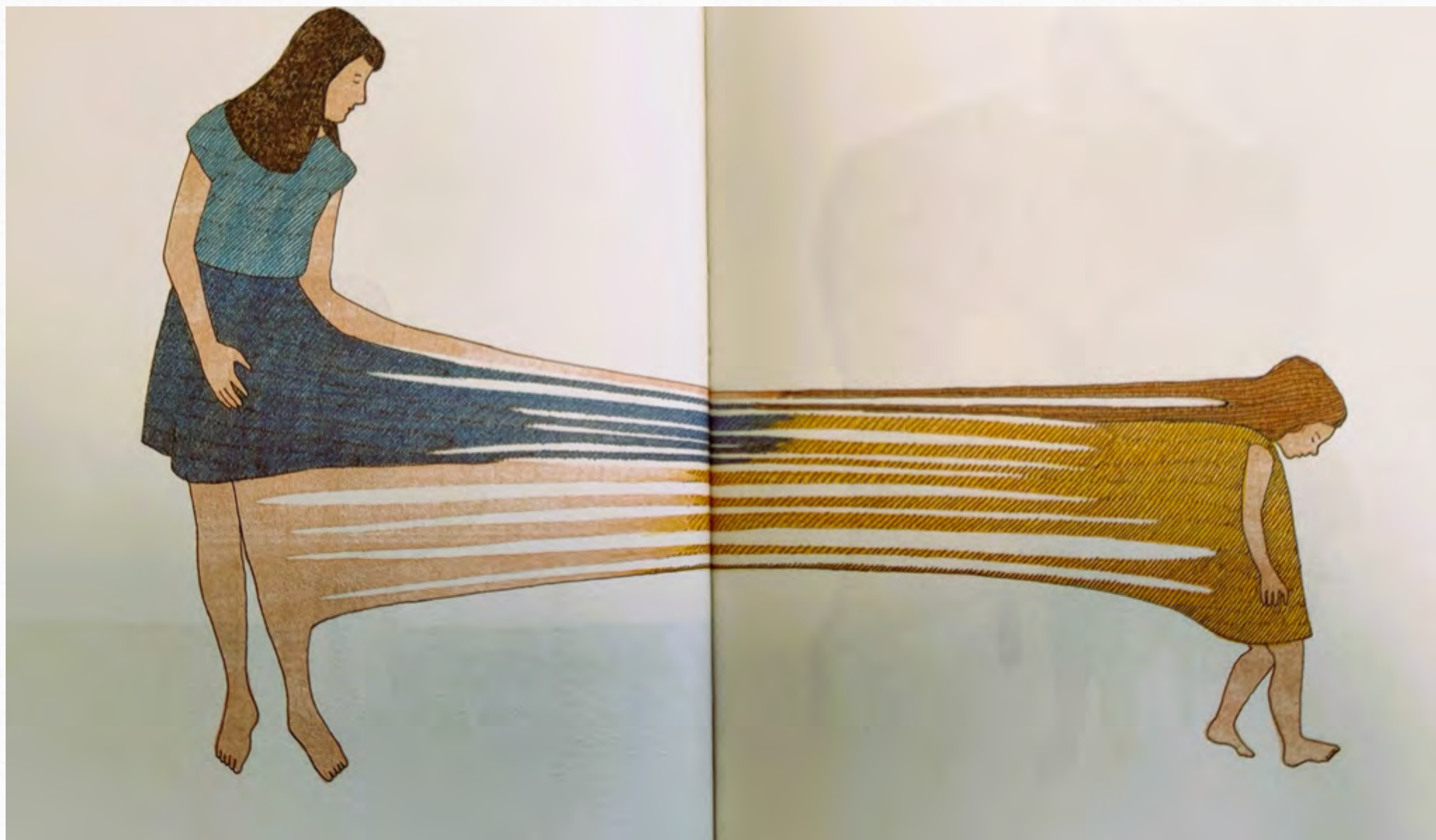




ESPLORAZIONE

Il sistema dell'esplorazione si alterna con quello dell'attaccamento.
Cessato il pericolo il bambino può staccarsi per esplorare il suo mondo.







Stili di attaccamento

ATTACCAMENTO SICURO E LIBERO

ATTACCAMENTO EVITANTE E DISTANZIANTE

ATTACCAMENTO AMBIVALENTE E PREOCCUPATO

ATTACCAMENTO DISORGANIZZATO E IRRISOLTO

ATTACCAMENTO LIBERO SICURO

Di fronte al Pericolo

Un bambino sa che può esprimere il disagio invia dei segnali
sa di potere ricercare e ricevere la vicinanza dell'adulto

L'adulto dimostra sensibilità, sa sintonizzarsi sui bisogni del bambino,
risponde positivamente alla ricerca di contatto.

Risponde bene e risulta prevedibile. Nel suo esserci dimostra affidabilità.

Il bambino: «i miei adulti non sono perfetti, ma so di essere al sicuro. Se ho bisogno, se ne accorgono, si occupano di me con rapidità e sensibilità, ho fiducia che anche le altre persone si comportino allo stesso modo. La mia esperienza interiore è reale e merita di trovare espressione e rispetto».

Cessato il pericolo potrà esplorare il mondo nella certezza della base sicura.

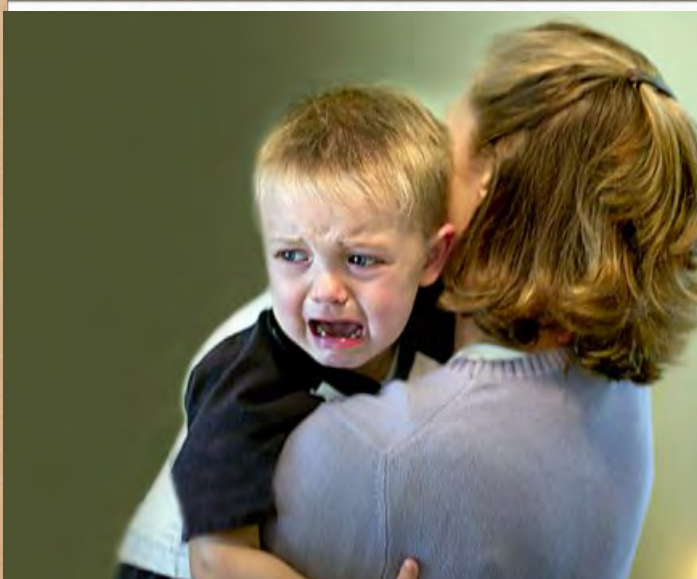
Costruirà un'immagine di sé degna di valore.

Riconoscerà le sue emozioni, perché non schiacciate e confermate dal genitore

Riconoscerà e legittimerà i suoi bisogni perché ascoltati e degni di valore.

Avrà fiducia nei confronti degli adulti e di conseguenza nel mondo









Lei gli accarezzò dolcemente la testa e baciò le sue minuscole orecchie. *Non trovi che una sia un po' più bassa dell'altra?* chiese Lui. Lei guardò la testa del bambino e annuì. *Va tutto bene*, disse Lui.

Lei gli accarezzò un piccolo piedino e disse: *Io conto solo quattro dita anziché cinque.*

Le contò immediatamente anche Lui perché era migliore di Lei nei conti. Erano davvero quattro. *Sei unico*, disse Lei e strinse il piccolo a sé. *Giusto*, disse Lui e solleticò tutte e quattro le piccole dita del bambino.



ATTACCAMENTO INSICURO EVITANTE DISTANZIANTE



Quando la bambina scoppia a piangere il papà non se ne accorge subito, ignora le grida e prosegue nella sua attività. Poi risponde tardivamente, ma è infastidito dell'interruzione.

Ad esempio cambia il pannolino, si sente frustrato e mette giù la bambina in modo stizzito.

La bambina continua a piangere ed il papà la gira sperando che dorma. La bambina piange ancora e il padre le dà finalmente il biberon.

Di fronte al Pericolo ai segnali inviati dal bambino

La figura genitoriale ha difficoltà ad entrare in connessione con il proprio paesaggio interiore e di conseguenza con quello del bambino.

Spesso è inconsapevole delle proprie emozioni o è restio ad entrare in contatto con la propria vita emotiva e di conseguenza fatica ad entrare in sintonia con la mente e le emozioni delle persone con cui ha una relazione affettiva.

Il genitore mostra indifferenza verso i segnali e i bisogni del bambino.

Nonché la mancanza di sintonizzazione verso i suoi bisogni emotivi.

Il bambino: «Il mio genitore è presente fisicamente ma non gli importa di come mi sento o di cosa ho bisogno. Imparerò ad ignorare le mie emozioni ed eviterò di comunicare i miei bisogni»

Avendo sperimentato una relazione con un caregiver poco sensibile e trascurante:

I bambini evitanti imparano molto in fretta a sopprimere la loro sofferenza, a non richiedere protezione e aiuto alla figura genitoriale.

Vi è la costruzione di una rappresentazione di sé come non degna di cure.

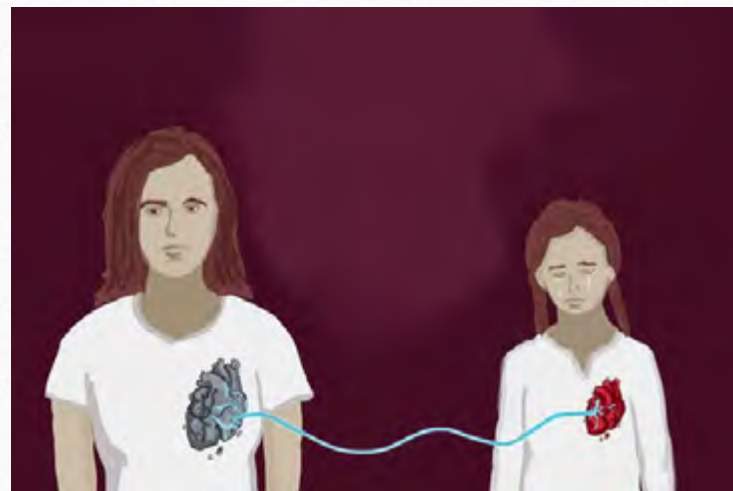
Una minore consapevolezza del mondo emotivo che difensivamente è negato

Una visione dell'altro come non disponibile in caso di bisogno

Si orientano maggiormente verso l'esplorazione dell'ambiente come regolazione emotiva.

Incentivano la parte cognitiva (scuola).

La memoria non è accessibile.



ATTACCAMENTO INSICURO AMBIVALENTE E PREOCCUPATO



La bambina piange e il padre è possibile che abbia voglia di occuparsi di lei e di soddisfare i suoi bisogni. A volte ci riesce. In altre il papà è sopraffatto da altre emozioni, tanto da essere incapace di rispondere alle richieste della figlioletta.

Si tratta di un genitore invaso dalla sua emotività, travolto e confuso dalle sue emozioni, tanto da essere incapace di entrare in sintonia con la bambina e rispondere adeguatamente.

Può essere che il pianto della bambina riattivi vecchie critiche subite, che lo riportino al suo sentire di incapacità, all'insicurezza.

Può essere che la tristezza lo circonda e lo assorba.

Avendo lui stesso una storia di attaccamento insicuro ambivalente ansioso, metterà in dubbio le sue capacità paterne.

Per questo tipo di genitori sono assillati dal passato, mostrano un'attenzione pervasiva alle emozioni e alle relazioni. Spesso sentono rabbia e rancore.

Di fronte al Pericolo ai segnali inviati dal bambino

La figura genitoriale risponde in maniera sporadica, imprevedibile e incoerente. Il bambino per potere avere la vicinanza dell'adulto incentiverà il suo sistema di attaccamento. Nel senso che tenderà a sviluppare delle strategie per enfatizzare i sentimenti, soprattutto di angoscia, rabbia e paura, tenendo sempre attivato il sistema dell'attaccamento dunque il genitore. Il bambino ha imparato che in questo modo monitora di continuo il caregiver, lo allerta e lo tiene ancorato a sé.

In questo modo si iperattiva il sistema dell'attaccamento e si spegne quello opposto dell'esplorazione.

Il bambino ambivalente è sempre arrabbiato, perché non può contare sulla cura e certezza della protezione e quando ha raggiunto tali aspetti, non ha fiducia che permangano e per questo a volte fatica a farsi avvicinare e consolare, nel contempo mostra l'aspetto opposto del desiderio di vicinanza (resistente).

Il timore di perdere l'attenzione del genitore lo porta a un senso di insicurezza e malessere psicologico. Sono bambini all'erta, con scarsa concentrazione, distraibili, spesso di malumore.

Bambino: « Non so mai come reagirà il mio genitore, perciò devo stare continuamente in tensione. Non posso mai abbassare la guardia. Non posso avere fiducia nel fatto che gli altri ci saranno per me in maniera prevedibile»

«Ho imparato che enfatizzare i miei sentimenti negativi aumenta la disponibilità del mio genitore anche se poi è esasperato e non mi sopporta o mi dà una sberla»



*Io aspetto e non posso fare a meno
di rabbrivire al pensiero
che forse non ritornerà.*





Non ho paura dell'oscurità.
Ho paura della luce del giorno
che forse lei non ritroverà.



Non temere, mi ha detto mia madre.
Quando sei nata
ho tatuato nel mio cuore
un canto d'uccellino
il tuo primo grido
una stella di rugiada
la tua faccia adorata.



AMBIVALENTE

NON CONFIDO NEL FATTO
CHE I MIEI BISOGNI POSSANO
ESSERE SODDISFATTI.
PREVALE L'EMOTIVITÀ.



SONO UN PARTNER INSIKURO, GELOSO, APPICCIOSO.
TEMO DI PERDERE LE PERSONE CHE AMO. SONO PASSIVO,
ARRABBIATO, SPAVENTATO DA EVENTI TRAUMATICI.

LA PERSONA CHE SI PRENDEVA PIÙ CURA DI ME ERA
INCOERENTE-A VOLTE SENSIBILE, A VOLTE NEGLIGENTE. IN
GENERALE, ERA PIÙ CENTRATA SUI SUOI BISOGNI CHE SUI MIEI.
ERO UN BAMBINO ANSIOSO, INSIKURO, ARRABBIATO. QUANDO I
MIEI MI LASCIAVANO IL MIO PIANTO ERA INCONSOLABILE.



www.fabioalvopsicologo.it

www.fabioalvopsicologo.it

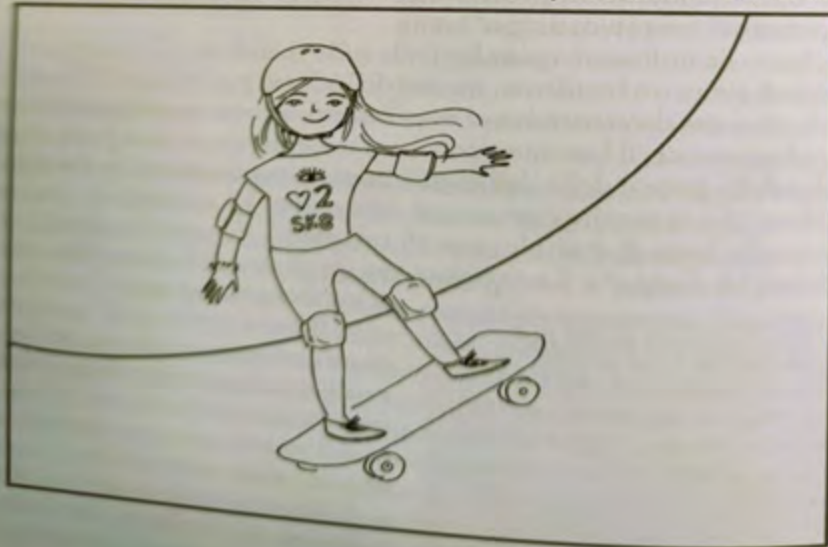
I due stili di attaccamento insicuro - distanziante e ambivalente – nonostante costituiscano delle modalità relazionali disfunzionali sono comunque caratterizzati dalla presenza di una strategia comportamentale coerente, per quanto disadattiva.

Portano comunque a organizzazioni di comportamento che consentono di fare fronte al proprio mondo.
In modo più o meno faticoso.

Senza attaccamento sicuro



Attaccamento sicuro come strumento di protezione emotiva



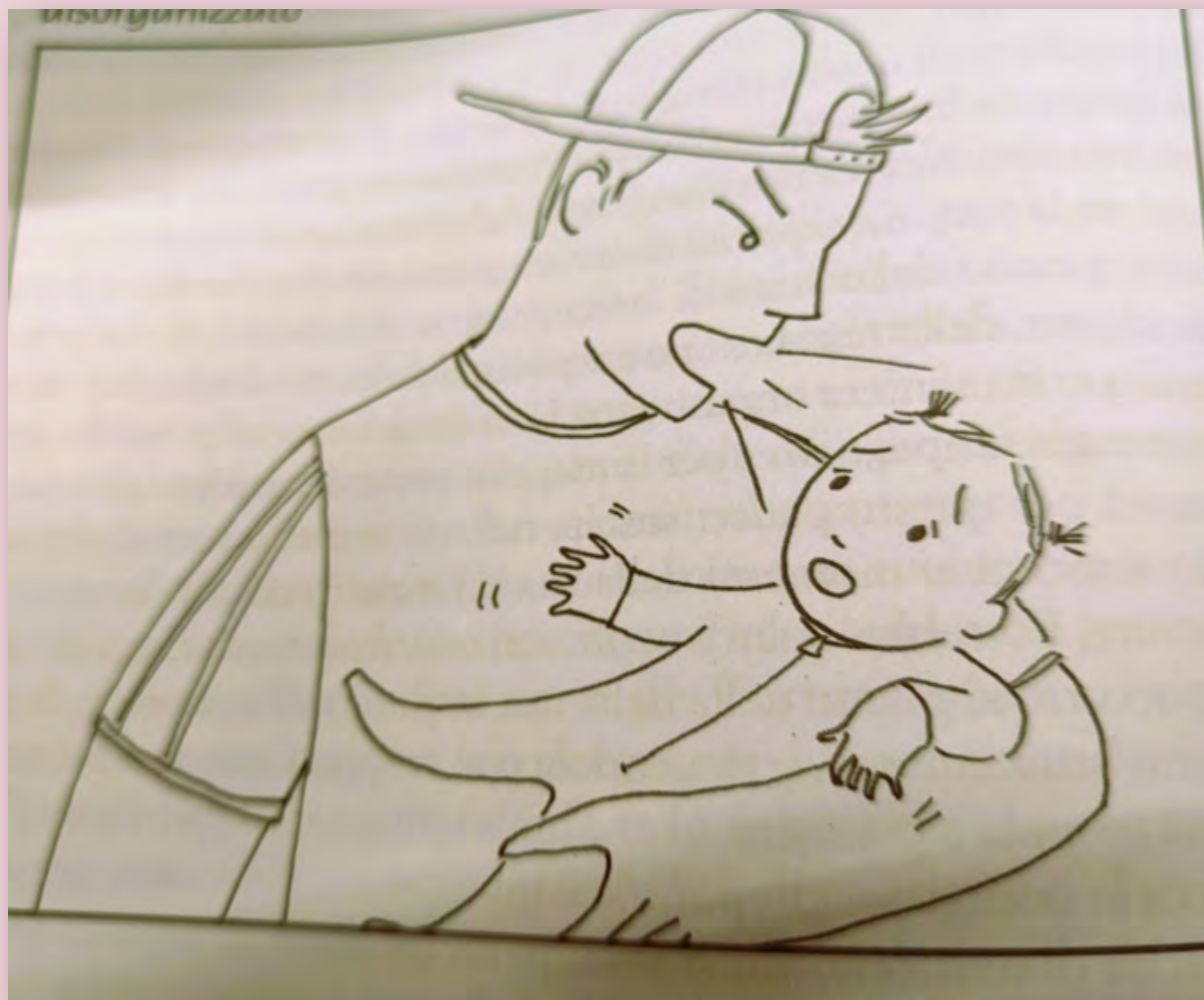
Per alcuni bambini la vita è particolarmente difficile



Con la nostra presenza possiamo rendere le cose più facili



ATTACCAMENTO DISORGANIZZATO E IRRISOLTO



Si tratta di un tipo di attaccamento che si crea quando il genitore diventa lui stesso la minaccia per il bambino. Dunque il bambino vive il genitore come la fonte del pericolo e della paura.

Si tratta di genitori trascuranti, caotici, soverchianti, maltrattanti e abusanti.

Nel bambino si crea un vissuto di terrore e da adulti non avranno strategie organizzate per destreggiarsi nel mondo e non avranno strutturato modalità efficaci o relazionali di risposta alle sollecitazioni della vita.

I bambini non hanno strategie per ottenere la protezione e la vicinanza del caregiver, poiché è lo stesso caregiver ad essere la fonte del pericolo.

Si tratta di un paradosso poiché chi dovrebbe proteggere diviene lui stesso fonte del pericolo.

Ne consegue una forte difficoltà nella regolazione emotiva.

Freezing.

Riduzione della paura.

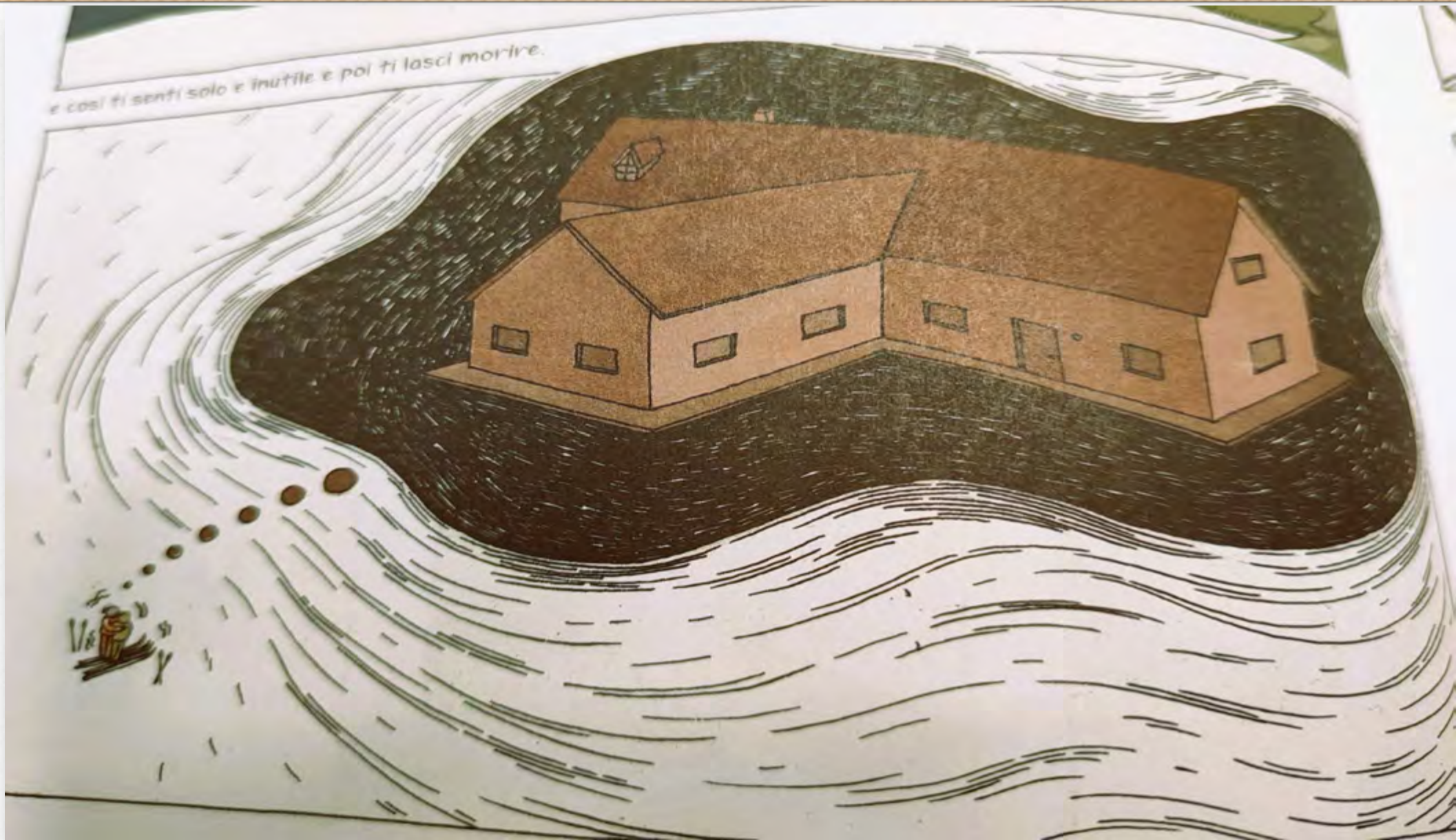
Paradosso del cortisolo.

Si tratta di genitori traumatizzanti, spesso traumatizzati ed irrisolti.





e così ti senti solo e inutile e poi ti lasci morire.



la mamma, quando era di buon umore,
lo chiamava in questo modo: amore,

E così, con una vocale sbagliata, si era
fatta una famiglia.

Noi cercavamo di non pensare a niente e di
non muovere un muscolo per non rischiare
di rovinare qualcosa.

Annette, respira piano!

Ah, sì!
Vedrai che adesso
telefona a papà
e noi possiamo
andare.

Ops, non mi ero
accorta, scusa.

Christer,
ferma il piede.

A-ha...









«Scusa se ho urlato così forte» disse la mamma.



Le voci – Esperienza 1

**UN PERCORSO RIPARATIVO:
la fiducia, l'autonomia, la dipendenza**



Le voci – Esperienza 2

**Le sovrapposizioni: «ci sei tu ma a volte vedo e sento lei»
UN VIAGGIO NELLE EMOZIONI DI UNA MAMMA**



Le voci – Esperienza 3

LETTERA A MIO PADRE





La base per rendere questo cambiamento possibile è:

- Offrire in modo continuativo, nonostante tutto, **protezione, aiuto, conforto e regole**
- Offrire in modo duraturo un **legame affettivo completamente diverso** da quello precedente
- Offrire **risposte** costantemente diverse da quelle attese (createsi con le prime figure di attaccamento)



Tutto ciò rende possibile l'avvio di un processo mentale che porta a **rielaborare la esperienze passate** e a **creare un nuovo senso di sé** basato sulla situazione familiare attuale.

Attraverso nuove esperienze relazionali un **nuovo legame di attaccamento** il bambino adottivo ha la possibilità di **ricostruire la propria storia**, di **elaborare nuove rappresentazioni di sé** e di **sviluppare nuovi schemi di interpretazione del mondo**.

Creato da www.nelgiardino.altervista.org - Disegni di www.midisegni.it

CHE COSA FA LO STORICO

SI PONE DOMANDE SU UN FATTO



CERCA FONTI STORICHE PER ACCERTARE COSA
E' AVVENUTO VERAMENTE

FONTI SCRITTE



FONTI VISIVE E MATERIALI



FONTI ORALI



- CONFRONTA LE FONTI E LE VERIFICA
- DATA I FATTI E LI PERIODIZZA
- MISURA LA DURATA DI UN FATTO
- CERCA LA CAUSA E L' EFFETTO



- CRITICA O LEGITTIMA LE AZIONI
- CONFRONTA LE EPOCHE FRA LORO
- CHE COSA E' CAMBIATO?
- CHE COSA E' RIMASTO?



INSEGNA AD ALTRI QUELLO CHE HA APPRESO

Se un giorno avrai voglia di piangere,
chiamami:
non prometto di farti ridere, ma potrò
piangere con te.....
Se un giorno riuscirai a fuggire, non
esitare a chiamarmi:
non prometto di chiederti di rimanere, ma
potrei fuggire con te....
Se un giorno non avrai voglia di parlare
con nessuno, chiamami:
staremo in silenzio....
Ma se un giorno mi chiamerai e non
risponderò, vieni correndo da me:
perché di certo avrò bisogno di te!

Gabriel Garcia Marquez

il ladro dell'amore

GRAZIE!

ADOZIONE E ATTACCAMENTO

31 GENNAIO 2023

LE RADICI E LE ALI

Sophie Perichon