

Genitori... mission impossible?!

« Le sfide dell'essere genitore »

Spazio Empatia - Dott.ssa Alessia Colombo - 351 5157108
Dott.ssa Alice Contrino - 328 7919505
spazioempatia@gmail.com

Le sfide di sempre...e di oggi

Società
orientata alla
prestazione

Regolamentazione
emotiva

Uso del telefono
e dei social

Collaborazione
con le
istituzioni

Intensa
gestione della
vita
quotidiana

Processo di
differenziazione

Ruoli genitoriali
ed educazione

La Teoria dell'Attaccamento (Bowlby, 1973)

L'attaccamento può essere definito come la propensione a cercare la vicinanza protettiva di un membro della propria specie quando si è vulnerabili ai pericoli per fatica, dolore, impotenza o malattia

Questa propensione è una componente fondamentale della natura umana, che ha importanti funzioni biologiche, in particolare quella di garantire la sopravvivenza dell'individuo e della specie, facilitando l'adattamento all'ambiente

Significa prendersi cura e dare amore...



Permettere di esplorare...



Accompagnare nella crescita...



La Figura di Attaccamento (FdA)

Il bambino identifica, tra le persone che si prendono cura di lui, una più importante e significativa: è la **figura di attaccamento**, solitamente la loro mamma

Anche altre figure possono essere selezionate dal bambino in quanto capaci di dare conforto: sono le **figure di attaccamento secondarie**

La qualità della relazione con questa figura influenzerà il modo in cui il bambino costruirà l'immagine interiore di sé e dell'altro e le sue aspettative su come andranno le cose della vita (Modelli Operativi Interni, MOI)

Il legame con i genitori diventa quindi uno strumento per imparare a crescere...

...e come diceva Bowlby:

«L'attaccamento è parte integrante del comportamento umano dalla culla alla tomba»

Gli stili di attaccamento

- Attaccamento **sicuro**
- Attaccamento **insicuro-evitante**
- Attaccamento **insicuro-ambivalente**
- Attaccamento **disorganizzato**

L'attaccamento sicuro

FdA : «Base Sicura», sensibile e responsiva, in grado di dare conforto e rassicurazione in modo sintonico con i bisogni del bambino.

Bambino : immagine di sé come persona degna di essere amata, percepirà gli altri e il mondo come affidabili, sarà in grado di esplorare l'ambiente sapendo di poter tornare, all'occorrenza, alla sua base sicura.

“Gli adulti sono affidabili e mi possono aiutare. So di potermi fidare, loro sono attenti a capire i miei bisogni. Trovo che fidarmi di te e degli altri sia facile. Sto bene se tu stai con me ma anche se tu sei occupato facendo altre cose. Tu trovi che sia relativamente facile stare in relazione con me”.

L'attaccamento insicuro-evitante

FdA : risponde alle richieste di cura, consolazione e conforto distanziandosi, infastidendosi oppure spronando ad una precoce autonomia; tendono a scoraggiare l'espressione dei bisogni, ignorando i segnali dei bambini.

Bambino : impara a sopprimere, nascondere oppure falsificare le sue emozioni e i suoi bisogni (compiacenti). E' possibile che manifesti un comportamento arrabbiato o aggressivo.

“Gli adulti o ti respingono o sono intrusivi. Così quando ti incontro ti evito e ti ignoro, e bado a me stesso. Non ti chiederò mai aiuto qualunque sia il problema. Amore? Cure? Perché dovrei fidarmi di te? Tu non hai idea di ciò di cui ho bisogno”.

L'attaccamento insicuro-ambivalente

FdA : sensibile e responsiva in maniera intermittente ed imprevedibile.

Bambino : potrà sviluppare una tendenza ad amplificare le emozioni, ad esagerarle, per essere certo di ottenere risposta ai propri bisogni. Può essere costantemente sotto stress e continuamente impegnato a verificare la disponibilità degli altri nei suoi confronti.

“Gli adulti sono imprevedibili. Devo darmi da fare per avere attenzione di modo che tu ti accorga di me e per essere sicuro che almeno qualcuno dei miei bisogni venga soddisfatto... Non posso sapere né se tu mi darai quello di cui ho bisogno né quando lo farai. Qualche volta sentirai che ti tengo gli occhi addosso, ma devi capire che non sopporto di essere ignorato - questo mi terrorizza. Sono impegnato a fare ciò che ho bisogno di fare per ottenere ciò che penso sia necessario per me”.

L'attaccamento disorganizzato

FdA : spaventata, in quanto gravata da traumi irrisolti, oppure attivamente minacciosa e spaventante. La figura che dovrebbe dare conforto è quella che contemporaneamente traumatizza.

Bambino : non è in grado di dare un senso alla situazione in cui si trova e non sa verso chi orientare il proprio bisogno di affetto.

“Gli adulti o ti spaventano perché sono minacciosi o sono loro stessi spaventati perché sono in preda al panico o impotenti per la maggior parte del tempo. Non so se avvicinarmi a te o scappare. Mi sento confuso in relazione a te e agli altri. Io sono cattivo. Cosa sta succedendo? Perché dovrei fidarmi di te? Ma ho bisogno di te qualche volta. Devo rimanere in controllo - pronto. Chi può sapere cosa succederà dopo?”

Nella relazione, come genitori,
non dobbiamo preoccuparci delle
rotture, ma delle RIPARAZIONI...

...e interpretare ciò che accade
usando le lenti dell'attaccamento.



Che ne pensate?



*«L'impresa più difficile
dell'essere genitori è
lasciare che le nostre
speranze per i figli
abbiano la meglio sulle
nostre paure».
(Ellen Goldman)*

**Grazie per
l'attenzione!**