



I MODELLI OPERATIVI INTERNI

PROF.SSA DEL SAVIO SONIA

“Nel modello operativo del mondo che ciascuno si costruisce, una caratteristica fondamentale è il concetto di chi siano le figure di attaccamento, di dove le si possa trovare, e di come ci si può aspettare che reagiscano. Analogamente, nel modello operativo del Sé che ciascuno si costruisce, una caratteristica fondamentale è il concetto di quanto si sia accettabili o inaccettabili agli occhi delle figure di attaccamento. Sulla struttura di questi modelli complementari l'individuo basa le sue previsioni di quanto le sue figure di attaccamento potranno essere accessibili e responsive se egli si rivolgerà a loro per aiuto ” Bowlby (1973, p.197)

“There is certain information.. That we find difficult to process. One example is information that is incompatible with our existing working models. In general, when new information clashes with established models, an old model may become replaced by a new one. Nevertheless, much evidence exists that we undertake such replacement only very reluctantly.. To dismantle a model which has played and is still playing a major part in our daily life and to replace it by a new one is a slow and arduous task, even when the new situation is in principle welcome ” Bowlby (1980, pp. 230-231)

I MODELLI OPERATIVI INTERNI

- ▶ Rappresentazioni mentali di Sé e della figura di attaccamento
- ▶ Si costruiscono nel corso dello sviluppo del bambino a seguito delle ripetute esperienze interattive con la propria figura di attaccamento che vengono interiorizzate
- ▶ Operano al di fuori della coscienza
- Guidano l'individuo nell'interpretazione delle informazioni e nelle reazioni comportamentali ad eventi nuovi
- Concetto di **esclusione difensiva**: mancata elaborazione delle informazioni disturbanti
- Arma a doppio taglio



La presenza dei modelli operativi interni sottolineano 3 aspetti:

- ▶ L'importanza della qualità delle prime interazioni con la figura di attaccamento
- ▶ I processi di rappresentazione di tali relazioni
- ▶ L'impatto delle prime esperienze infantili sull'identità, sullo sviluppo della personalità e sulla psicopatologia

MODELLI OPERATIVI INTERNI ED ELABORAZIONE DELLE INFORMAZIONI

Le informazioni sensoriali in ingresso subiscono due tipi di trasformazioni:

COGNITIVA

- Basata sulla sequenza temporale degli eventi
- Implicita attribuzione di causalità tra eventi precedenti e successivi

AFFETTIVA

- Basata sull'intensità delle stimolazioni sensoriali
- Riconoscimento innato dei segnali provenienti dall'ambiente che hanno probabilità più alta del solito di essere pericolosi

MODELLI OPERATIVI INTERNI ED ELABORAZIONE DELLE INFORMAZIONI

► Le informazioni di ciascun modello operativo vengono conservate in differenti sistemi di memoria:

Memoria procedurale: informazioni implicite, non verbali e ordinate temporalmente su come si fanno le cose.

Memoria semantica: conoscenze generali sul mondo, su sé e le figure di attaccamento

Memoria episodica: avvenimenti della nostra vita

Memoria per immagini: immagini cariche affettivamente provenienti dal sistema sensoriale che riflettono l'informazione affettiva di base

MODELLI OPERATIVI INTERNI ED ELABORAZIONE DELLE INFORMAZIONI

- ▶ **Attaccamento sicuro:** equilibrio nell'utilizzo delle informazioni affettive e cognitive
- ▶ **Attaccamento insicuro:** utilizzo anomalo di un'informazione rispetto all'altra



PATTERN DI ATTACCAMENTO E MODELLI OPERATIVI INTERNI

ATTACCAMENTO SICURO

FIGURA DI RIFERIMENTO:

Disponibile

Coerente

Sintonizzata

IDEA DI SÉ

Degno di essere amato

Avere spazio di ascolto

Capace

PATTERN DI ATTACCAMENTO E MODELLI OPERATIVI INTERNI

ATTACCAMENTO EVITANTE

FIGURA DI RIFERIMENTO:

Assente

Rifiutante

Ostile

IDEA DI SÉ

Non degno di essere amato

Può contare solo su se stesso

PATTERN DI ATTACCAMENTO E MODELLI OPERATIVI INTERNI

ATTACCAMENTO AMBIVALENTE

FIGURA DI RIFERIMENTO:

Imprevedibile

Inaffidabile

Ostile

IDEA DI SÉ

Vulnerabile

Non autonomo

PATTERN DI ATTACCAMENTO E MODELLI OPERATIVI INTERNI

ATTACCAMENTO DISORGANIZZATO

FIGURA DI RIFERIMENTO:

Incoerente

Realtà esterna catastrofica

IDEA DI SÉ

Perennemente minacciato e in
pericolo

Impotente e vulnerabile

...IMPLICAZIONI:

- ▶ L'attaccamento non è più definibile solo come un sistema di comportamenti ma anche di pensieri, emozioni e di schemi mentali relativi alle relazioni intime
- ▶ L'attaccamento non è più un costrutto teso a spiegare alcuni aspetti dello sviluppo affettivo-relazionale della prima infanzia, ma estendibile ad età successive, fino all'età adulta

“il comportamento di attaccamento caratterizza l'essere umano dalla culla alla tomba” Bowlby, 1979

- ▶ L'attaccamento può essere analizzato attraverso nuovi strumenti e metodologie, oltre al metodo osservativo

L'ATTACCAMENTO ADULTO



Anni '80 Shaver e colleghi (Hazan & Shaver, 1987; Shaver & hazan, 1988) estesero la teoria dell'attaccamento di Bowlby (1969/1982, 1973, 1979, 1980) all'età adulta, per studiare l'attaccamento romantico

- ▶ I comportamenti di ricerca di vicinanza in momenti di stress e il disagio sperimentato per l'allontanamento della figura di attaccamento possono caratterizzare il legame con il partner nella vita adulta?
- ▶ Anche in età adulta è presente la **funzione biologica del sistema di attaccamento** (bisogni di vicinanza, supporto, protezione e amore), **l'obiettivo del sistema di attaccamento e il suo ciclo di attivazione e disattivazione**

-
- ▶ Il legame di attaccamento è una parte fondamentale e costitutiva del rapporto romantico
 - ▶ I tre stili di attaccamento infantile possono essere utilizzati per descrivere il legame sentimentale (Hazan & Shaver, 1987; Shaver & Hazan, 1988) :
 1. **Stile evitante:** difficoltà a fidarsi completamente al partner, mantenimento del distacco emotivo, evitamento del coinvolgimento emotivo profondo
 2. **Stile ansioso/ambivalente:** mancanza di fiducia nel partner, desiderio di forte coinvolgimento emotivo fino a un vero e proprio desiderio di fusione
 3. **Stile sicuro:** fiducia nei confronti del partner e della relazione di coppia, desiderio di vicinanza e contatto con il partner

ATTACCAMENTO INFANTILE E ATTACCAMENTO ADULTO

SIMILITUDINI

- Ricerca a mantenimento della vicinanza fisica, soprattutto nei momenti di difficoltà e/o di stress
- Richiesta di conforto e di fiducia nei momenti di difficoltà
- Disagio causato da separazioni o minacce
- Uso di un linguaggio infantile (baby talk)

DIFFERENZE

- L'attaccamento infantile è fondato sulla complementarità, quello adulto sulla reciprocità
- Negli adulti il sistema di esplorazione non è controllato in modo vincolante, come avviene nei bambini, dal sistema di attaccamento
- Negli adulti la figura di attaccamento è un partner sentimentale, e la relazione sessuale assume un aspetto rilevante
- Differente ruolo e peso della storia passata

ATTACCAMENTO ADULTO E REGOLAZIONE EMOTIVA

L'attaccamento sicuro e quelli insicuri implicano una particolare rappresentazione di sé e della figura di attaccamento

“L'attaccamento sicuro è il risultato di un contenimento riuscito, mentre l'attaccamento insicuro è un compromesso difensivo” (Fonagy et al., 1995)

All'interno di questo compromesso difensivo, gli individui insicuri si trovano a dover sacrificare alcuni aspetti per garantirsi la vicinanza della figura di attaccamento:

- per i soggetti evitanti sarà l'intimità
- per i soggetti ambivalenti sarà l'autonomia

ATTACCAMENTO SICURO E REGOLAZIONE

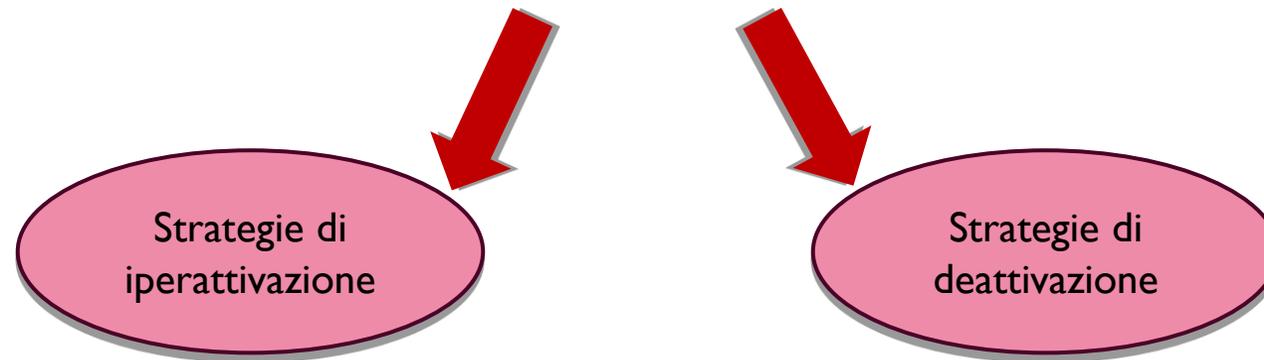
Le risposte del *caregiver* alleviano l'angoscia del bambino e amplificano le sue emozioni positive: **relazione di attaccamento come un contesto efficace di regolazione emotiva.**

Figure di attaccamento disponibili e responsive permettono di sperimentare un senso di sicurezza che consiste nella percezione di sé come degno di amore e degli altri come disponibili

- Le difficoltà possono essere affrontate e superate
- Riconoscimento ed espressione del proprio disagio psicologico (questo verrà accettato dall'altro che sarà in grado di offrire aiuto)
- Ricerca del supporto degli altri come strategia di coping di fronte allo stress

ATTACCAMENTO INSICURO E REGOLAZIONE EMOTIVA

Figure di attaccamento non disponibili:
necessità di utilizzare processi difensivi per mantenere il livello di
sicurezza entro limiti accettabili



Attaccamento preoccupato
(o ansioso)

Attaccamento distanziante
(o evitante)

STRATEGIE DI IPERATTIVAZIONE

- Le risposte del *caregiver* rispetto agli affetti del bambino riferiti all'attaccamento sono imprevedibili
- La relazione di attaccamento non fornisce un contesto efficace di regolazione emotiva: la probabilità di avere l'attenzione del genitore aumenta amplificando i propri affetti ma le loro risposte non combaciano con le sue necessità



- Sistema di attaccamento perennemente attivato

- 
- Bisogno di minimizzare la distanza dalle figure di attaccamento sollecitando il loro amore e supporto attraverso risposte di controllo e di dipendenza emotiva (desiderio di intimità, vicinanza, conferma..)
 - Strategie di intensificazione dei tentativi di avvicinamento
 - Focus attento sulle figure di attaccamento e sulla relazione (situazione di allerta e ipervigilanza)
 - Bassa soglia di attivazione del sistema di attaccamento
 - Iperattivazione di pensieri ed emozioni negativi

STRATEGIE DI DEATTIVAZIONE

- Le risposte del *caregiver* rispetto agli affetti del bambino riferiti all'attaccamento sono aversive (reazioni di rifiuto o di controllo)
- La relazione di attaccamento non fornisce un contesto efficace di regolazione emotiva, il *caregiver* non aiuta il bambino a gestire i propri sentimenti dolorosi



- Sovraregolazione dei sentimenti e della loro espressione
- Allontanamento dell'impulso a cercare il contatto

- 
- Bisogno di aumentare la distanza dalle figure di attaccamento al fine di evitare i sentimenti di dipendenza che portano alla sofferenza
 - Tendenza all'autoconsolazione e al controllo, negando i propri bisogni di attaccamento
 - Sistema di attaccamento mantenuto a un livello basso o inattivo
 - Tentativi di soppressione di pensieri ed emozioni negativi
 - Limitata capacità di cogliere i propri aspetti negativi e aumentata stima di sé
 - A livello interpersonale vi è distacco emotivo e tendenza a sviluppare relazioni fredde

VIDEO

<https://youtu.be/T0vpQq4my5k>

Quali caratteristiche noti dell' AAI?

PROVIAMO INSIEME

- La scala dell'idealizzazione dei genitori...
 - A. Misura la paura infondata sulla possibile morte del proprio figlio
 - B. Valuta possibili discrepanze nella descrizione fornita dal soggetto dei propri genitori
 - C. Misura la tendenza a screditare le esperienze di attaccamento e la loro importanza
 - D. è collegata al tentativo di evitare o bloccare alcuni argomenti

PROVIAMO INSIEME

- La scala della trascuratezza da parte del genitore..
 - A. Valuta l'esperienza di figure di attaccamento amorevoli e supportive, soprattutto nei momenti di difficoltà
 - B. Valuta l'esperienza di coinvolgimento da parte del genitore nelle sue cure o richieste di inversione di ruolo
 - C. Valuta l'esperienza di rifiuto e/o evitamento delle espressioni di affetto e di attaccamento dell'intervistato
 - D. Valuta l'esperienza di scarse cure e accudimento psicologico