



PERSONE AL CENTRO

INFORMAZIONI, ATTIVITÀ, SPUNTI DI RIFLESSIONE
PER IL SINGOLO, LA COPPIA, LA FAMIGLIA.

PERIODICO MENSILE del Centro di Consulenza familiare "Santa Costanza" Roma



Affiliato **Aiccef** e **UCIPEM**, membro del Forum Associazioni Familiari del Lazio

N.1 - giugno 2017

Realizzazione **Fabiana Cerquetelli**

QUESTO MESE PARLIAMO DI...

COMPORTEMENTO E ATTACCAMENTO

a cura della **Dottorssa Angela Sgambati**

*"Il comportamento esteriore degli uomini
è così equivoco
che basta mostrarsi come si è
per vivere completamente occultati e sconosciuti"
(MAHATMA GANDHI)*

In questo articolo intendo soffermarmi sul comportamento e l'attaccamento - argomenti quasi all'ordine del giorno presso il nostro Centro di Consulenza Familiare "Santa Costanza" - , a partire dalle modalità di relazionarsi e sui comportamenti di attaccamento del bambino che influenzano la formazione della personalità e soprattutto specificare che comportamento e attaccamento sono dei modelli interni che orientano il ragazzo nelle relazioni sociali e amicali.

C'è da dire che il legame di attaccamento è fondamentale per la sopravvivenza fisica e il benessere emotivo del bambino. È stato **John Bowlby** - psicologo e psicanalista britannico precursore della teoria dell'attaccamento - a proporre un nuovo approccio per spiegare e descrivere l'importanza del legame che unisce il bambino alla madre.

Per la loro sopravvivenza e per la loro crescita, i piccoli della specie umana dipendono dagli altri per un lungo periodo. Le funzioni biologiche di base richiedono quindi una relazione stabile tra il bambino e colui che si occupa di offrire cure ed assistenza (i cosiddetti *caregiver*), generalmente la madre.

La sopravvivenza stessa della specie dipende dal fatto che il bambino sia dotato di un sistema comportamentale stabile, finalizzato ad acquisire protezione dal caregiver, e dal fatto che il caregiver, a sua volta, possieda gli strumenti per proteggere i bambini, che sono in uno stato di vulnerabilità.

Questa relazione, quindi, è una strada a doppio senso: il comportamento di attaccamento e il comportamento della madre formano un sistema comportamentale integrato che lascia

un'impronta psicologica duratura. Fornendo così le basi per rappresentazioni mentali prolungate delle relazioni interpersonali.

Le rappresentazioni mentali delle interazioni con i genitori funzionano come veri e propri modelli operativi, che sono la base per le più generali rappresentazioni delle relazioni con altre persone che i bambini stabiliscono nel momento in cui entrano a far parte del più ampio mondo sociale. I modelli mentali dei bambini, quindi, riflettono il modo in cui sono stati trattati dai genitori. Le esperienze di attaccamento, una volta internalizzate sotto forma di convinzioni e aspettative concernenti gli altri e se stessi come degni di amore, sono destinate a influenzare la personalità e i rapporti per tutta la durata della vita.

A questo proposito, l'aspetto più importante non è la quantità di tempo che la madre passa con il bambino *ma la qualità dell'attaccamento*, vale a dire se la madre fornisce **una base sicura**, se è sensibile ai segnali di bisogno di protezione e conforto del bambino. Tale sensibilità svolge un ruolo fondamentale nello sviluppo di uno stile di attaccamento sicuro.

Le madri che forniscono una base sicura rendono i bambini capaci di esplorare, consapevoli che la madre continuerà a fornire sostegno fisico ed emotivo, rassicurazione e protezione.

Un aspetto fondamentale della teoria dell'attaccamento è la convinzione che gli individui riproducano nel corso della vita **i medesimi stili di attaccamento che hanno acquisito nelle prime interazioni genitore-bambino**.

Si ritiene, dunque, che stili di attaccamento diversi portino alcune persone a essere fiduciose, aperte all'esperienza e capaci di affrontare positivamente le separazioni; altre a essere ansiose costantemente preoccupate di essere trascurate, rifiutate o abbandonate; altre ancora a non avere alcuna fiducia negli altri e ad essere esageratamente autosufficienti, isolate e ostili.

Alcuni bambini sono più resistenti di altri e, nonostante lo stile di attaccamento tenda a restare stabile nel corso del tempo e a presentare i caratteri di un tratto di personalità o di uno stile cognitivo ed emotivo, le nuove esperienze lo possono modificare.

Lo stile di attaccamento del bambino è influenzato non solo dalle caratteristiche della madre ma anche da quelle del bambino stesso. Alcune predisposizioni biologiche dei bambini possono renderli relativamente vulnerabili a un attaccamento insicuro.

Ad esempio l'attaccamento sicuro caratterizza i bambini che hanno avuto una madre sensibile ai segnali di sconforto e di disagio e responsiva alle loro richieste, confidano nella risposta della madre durante le situazioni di pericolo, di stress e/o di paura, mantengono una sicurezza interna che consente loro di esplorare il mondo.

SPUNTI DI RIFELSSIONE DEL MESE DI GIUGNO

✚ **EMPATIA** - Empatia" deriva da *en pathos*: "dentro il sentire", e può essere definita come la capacità di immedesimarsi (farsi una cosa sola con l'altro), comprendere lo stato d'animo dell'altro senza identificarvisi (diventare l'altro), mantenendo cioè chiare la propria identità e la propria visione. E' un termine sempre più diffuso e spesso usato in senso riduttivo. Eppure **l'empatia è molto importante nei nostri rapporti quotidiani** per l'apporto di calore e di speranza che infonde anche in situazioni routinarie e apparentemente neutre dal punto di vista emotivo come negli uffici, nelle banche, negli esercizi commerciali. Soprattutto l'empatia è fondamentale nei rapporti interpersonali: apre le porte dell'anima, promuove la gratuità, la fiducia, favorisce l'emergere negli altri di emozioni vere, spesso sepolte nel profondo, ricoperte da paura e pudore. **"Sono qui per te, sono tuo amico, voglio il tuo bene, so come ti senti..."**. Ecco è questo **il primo, vero e autentico biglietto da visita di un buon Consulente familiare** che cerchiamo di sviluppare dapprima in noi e poi nel rapporto con gli altri, con i clienti di cui ci prendiamo cura.

✚ **BULLISMO** - Nello scorso mese di maggio la dottoressa Angela Sgambati in collaborazione con i colleghi dello staff del Centro consulenziale di "Santa Costanza" ha tenuto in alcune scuole primarie dei quartieri limitrofi la nostra struttura, incontri con i dirigenti scolastici, gli insegnanti e i genitori degli alunni sul tema del bullismo e del

cyberbullismo, due argomenti purtroppo in forte espansione anche tra i bambini, che se non prontamente capiti e arginati rischiano di creare seri problemi per la sana crescita dei ragazzi e il loro inserimento nella vita sociale. L'obiettivo degli incontri che sono poi proseguiti con un Seminario presso la sede del Consultorio, è stato quello di fornire a genitori e insegnanti gli strumenti giusti per capire e prevenire il fenomeno del bullismo. Fenomeno che trova amplificazione tra i più giovani a causa dell'uso dei Social attraverso gli smartphone, i tablet, la posta elettronica, ormai diffusi anche tra gli alunni delle scuole primarie. Il bullismo è una forma di comportamento aggressivo con particolari caratteristiche distintive quali l'intenzionalità e la sistematicità che può assumere svariate forme, alcune evidenti ed esplicite, altre sottili e sfuggenti all'osservazione di insegnanti e genitori. Esistono vari tipi di bullismo: fisico, verbale e indiretto. Tra i ragazzi appartenenti alla fascia d'età 11-13 anni, la percentuale di vittime di bullismo e cyberbullismo sale rispettivamente al 30% e al 10% e in genere si manifesta con un'alta frequenza di crisi di pianto (45% circa) e di tristezza e depressione (70%) fenomeni che si riscontrano sia tra chi è oggetto di violenza e comportamenti offensivi online sia tra chi li subisce nella vita reale. Attualmente coinvolge una quota significativa della popolazione studentesca, riguarda sia i maschi che le femmine e in linea di massima decresce con il passaggio dalla scuola primaria alla scuola secondaria, ma è presente ancora dopo i 14 anni e la gravità dei singoli episodi purtroppo non diminuisce. Recentemente è stata [approvata la legge per la tutela dei minori e la prevenzione e il contrasto del cyber bullismo](#)

Per saperne di più sull'argomento consigliamo: <http://www.stopbullismo.it/bullismo.html>

I SERVIZI DEL CENTRO DI CONSULENZA "SANTA COSTANZA" PREVIO APPUNTAMENTO TELEFONANDO Ai NUMERI 0686219532 - 3476132861

- ✚ **Consulenza familiare** – è un servizio che si rivolge al singolo (nel caso di difficoltà di adattamento, disarmonie della personalità, conflitti adolescenziali, etc.), alla coppia o al nucleo familiare che in un determinato momento della propria vita si trovi a che fare con problematiche che appaiono insormontabili o difficili da gestire. Il Consulente, tenendo in considerazione che ogni individuo o coppia oltre ad avere una storia personale è inserito in una storia familiare e in un determinato sistema sociale, aiutando il cliente ad "esplorare" la difficoltà che sta vivendo e facendo emergere emozioni e sentimenti, lo aiuterà a riscoprire le proprie risorse e sentirsi più sicuro, inoltre in alcuni casi riattivando la comunicazione, come nelle problematiche di coppia, oltre ad una diminuzione della rabbia e della sofferenza, si può arrivare ad un a risoluzione dei conflitti o delle incomprensioni.
- ✚ **Mediazione Familiare** – è un servizio per tutte quelle coppie che in procinto di separarsi o di divorziare, richiedano il supporto di una figura altamente qualificata. La coppia che vuole usufruire del servizio di mediazione familiare desidera regolare in maniera costruttiva i rapporti riguardanti i figli (turni di cura, visite, festività). Lo scopo principale della mediazione è quindi la creazione di un accordo finale, voluto dalla stessa coppia, con la facilitazione del mediatore familiare. Al servizio di mediazione familiare possono accedere tutte le coppie senza nessuna distinzione: sposate, separate, divorziate, di fatto, con e senza figli.
- ✚ **Consulenza psicologica** attraverso la Consulenza psicologica si cerca di elaborare le strategie d'intervento più idonee nel facilitare il cambiamento, la crescita e la realizzazione personale dell'individuo. Il servizio è orientato alla comprensione e alla definizione del problema e alla ricerca di eventuali strategie di trattamento adeguate, qualora il problema che il soggetto sta vivendo sia ascrivibile a problemi inconsci non risolti, legati alla propria storia personale e familiare.

La tua privacy è importante per noi. Ci auguriamo che questo servizio sia di tuo gradimento. Se non desideri ricevere ulteriori e-mail ce lo puoi comunicare e noi provvederemo a cancellarti.