

Teoria dell'attaccamento, intersoggettività e regolazione emotiva

Attachment theory, intersubjectivity and emotion regulation

D. CAVANNA

*Dipartimento di Scienze Antropologiche, Facoltà di Scienze della Formazione,
Università di Genova*

PAROLE CHIAVE. – Attaccamento - Intersoggettività - Mentalizzazione - Rispecchiamento -
Regolazione emotiva

KEY WORDS. – *Attachment - Intersubjectivity - Mentalization - Mirroring - Emotion
regulation*

*Articolo speciale per invito
Invited special article*

Summary

The attachment theory, the Infant Research and the psychodynamic oriented models agree on the assumption that, in order to comprehend a children's early emotional development, it is very important to consider the interaction between the children's contributions to the relationship and the maternal representational models. The children and their caregivers belong to the same regulative and interactive system, in which a reciprocal influence and regulation take place. As a consequence, the focus is set on the relationship, which can be considered the result of the emotional exchange within the primary dyadic system. This theoretical perspective had a significant impact on the study of psychopathology and the related assessments of the interventions, which are now taken into account within a relational framework.

Teoria dell'attaccamento, intersoggettività e regolazione emotiva

“... Dobbiamo pensare al bambino come al sottosistema di un sistema regolatorio diadico più ampio. L'altro sottosistema è la figura di accudimento.

Questo sistema più ampio può essere visto come un sistema diadico che opera per sostenere le limitate capacità regolatorie del bambino.”⁵²

Introduzione

La teoria dell’attaccamento ha considerato da tempo l’importanza degli aspetti rappresentazionali dei legami emotivi accanto a quelli comportamentali^{4 14 52}, conferendo centralità all’aspetto *bidirezionale* che regola lo scambio interattivo tra genitori e figli. Questa competenza, per così dire, ad impostare e “suscitare” una sintonizzazione affettiva⁴⁵ nei legami significativi costituisce anche una caratteristica dello sviluppo e della trasformazione delle relazioni lungo tutto l’arco di vita⁴⁸.

In questo senso, il sistema dell’attaccamento non va considerato esclusivamente come un processo di *regolazione della distanza fisica*, funzionale all’acquisizione di un senso di sicurezza, ma piuttosto come un sistema che presiede alla capacità di *regolazione affettiva* di un soggetto⁴⁴.

Il tema della vicinanza è stato affrontato dai teorici dell’attaccamento anche nei termini della *sensibilità*, nel senso che un partner rappresenta una base sicura se è sensibile, ossia se è “psichicamente vicino”. Vari Autori^{3 41} osservano che la funzione più importante dell’attaccamento è il controllo dell’angoscia e la regolazione delle emozioni^a: in questa prospettiva *il sistema* dell’attaccamento si può definire come l’ambiente relazionale in cui l’attaccamento esprime la sua funzione evolutiva più importante, vale a dire il riconoscimento di Sé e dell’altro come soggetti vicini e psichicamente accessibili, ma anche separati, in un contesto di *sincronizzazione interazionale*^{40 42}.

Tale svolta ha risentito dei contributi della prospettiva intersoggettiva, dell’*Infant Research* e dei risultati della ricerca empirica che sono stati prodotti negli ultimi vent’anni^{6 37 47} e che hanno permesso di ripensare lo sviluppo emotivo, ma anche l’approccio clinico nell’ambito della psicopatologia e della psicoterapia, con una maggiore attenzione agli scambi intersoggettivi e al ruolo centrale degli affetti nel contesto della relazione terapeutica infantile e adulta^{24 26 35 53}.

Queste specifiche aree di studio, che hanno trovato vari punti di intersezione con la teoria dell’attaccamento, hanno consentito di sviluppare, in particolare, l’idea che gli schemi rappresentazionali che regolano le nostre relazioni si-

^a Le emozioni possono essere definite come una reazione soggettiva ad un evento saliente, caratterizzata da modificazioni fisiologiche, esperenziali e a livello del comportamento esplicito. Possono anche essere considerate come risposte adattive agli eventi ambientali e la discrepanza spesso evidente tra i comportamenti che i soggetti mettono in atto ed il loro stato emotivo evidenzia quanto di frequente siano utilizzate strategie individuali di regolazione emotiva al fine di gestire l’eccessiva attivazione – in termini di intensità o di durata – stimolata dal contesto di vita del soggetto²².

gnificative, ossia i Modelli Operativi Interni (MOI), si costituiscono e si riproccano nel corso dello sviluppo e dell'intera vita dell'individuo.

Queste convergenze hanno arricchito ulteriormente la riflessione teorica attuale rispetto ai diversi stili e modelli di attaccamento e alla qualità delle relazioni che nascono dai diversi matching tra le persone – specie rispetto ad una più sofisticata capacità di dare ragione delle problematiche cliniche – mettendo in evidenza il valore delle distinzioni diagnostiche non più solo in termini *categoriali*, ma anche in termini *dimensionali*, considerando la possibilità che in una specifica diade si sviluppi un certo profilo della relazione dovuta al *mischiarsi* di aspetti appartenenti a stati mentali differenti, ad esempio specifici dello stato mentale Sicuro e Preoccupato.

Si ipotizza infatti la co-presenza, all'interno di una strategia di fondo di regolazione delle emozioni, di aspetti – definiti appunto dimensioni – differenti nei riguardi di un'area specifica o anche di diverse aree delle relazioni interpersonali. Intendiamo dire che una strategia sicura potrebbe “imporre” in modo più evidente in un rapporto sentimentale, ma ‘svelare’ aspetti di tipo più preoccupato nel legame con i figli piccoli.

Agli inizi della sua riflessione, Bowlby, com'è noto, richiamò l'attenzione sul sistema comportamentale d'attaccamento, considerando l'innata capacità dei bambini di sollecitare l'attitudine accudiva dell'adulto, come un comportamento adeguato all'adattamento evolutivo. Tuttavia, egli considerò l'attaccamento non solo *una risposta “adeguata”* o funzionale agli obiettivi di preservare la specie, ma anche come “un processo attivo, basato sulla messa a punto di strategie atte a soddisfare i bisogni di sicurezza”¹⁰, spostando il focus della sua ricerca teorica anche sugli aspetti di reciprocità diadica, ossia sulla “competenza” a gestire e mantenere rapporti *interpersonali costruendo o, per meglio dire, co-costruendo* un contesto relazionale nel quale, gradualmente, vengono rappresentati il Sé, gli altri significativi e le reciproche interrelazioni.

Questa prospettiva ha consentito di considerare la teoria dell'attaccamento anche una *teoria degli affetti* e i legami significativi che si costruiscono nelle prime fasi dello sviluppo e nel corso nell'esistenza, il perno attorno a cui ruota la vita di un individuo.

Il tema della reciprocità⁵ ha cambiato molte delle idee sul mondo infantile e ha consentito di spiegare lo sviluppo non più come qualcosa che avveniva solo “dentro il bambino”³⁸, ma come ciò che avviene e si costruisce all'interno di una relazione affettivamente significativa nel senso che i bambini sono, fin dalla nascita, predisposti a muoversi entro un sistema intersoggettivo, a meno che non si inseriscano traumi o *failures* genitoriali.

Va detto, infine, che vari modelli teorici hanno spostato da tempo l'accento dai fenomeni intrapsichici a quelli interpersonali, in campo evolutivo e che la recente convergenza tra psicoanalisi e *Infant Research* ha chiarito vari aspetti dell'innata predisposizione diadica del bambino e dei significati della risposta

materna, modificando i modelli di lavoro nelle relazioni disfunzionali precoci fino a considerare la relazione *come il vero paziente* ³⁶.

La costruzione della reciprocità

La ricerca in ambito evolutivo ha messo in evidenza che la nostra è una *mente relazionale* ^{41 42} e ha dato ragione dei processi empatici che si instaurano tra madre e bambino, fornendo un quadro dell'intreccio da cui si sviluppa il Senso del Sé e la capacità intersoggettiva. Ci riferiamo, in particolare agli autori che fanno riferimento alla prospettiva dell'*Infant Research* ⁵², così come a quelli più vicini al modello psicodinamico dello sviluppo ²⁸, che hanno delineato modelli concettualmente contigui, ma non sovrapponibili.

Il termine intersoggettività ^{12 14 48} indica forme diversificate dell'innata capacità relazionale degli individui ed è stato indagato, in ambito evolutivo, a livello della diade primaria. Le differenze concettuali che caratterizzano le definizioni che via via sono state formulate, sembrano però anche un artefatto della angolatura specifica dalla quale si guarda al fenomeno, infatti gli *infant observers*, in generale sembrano concordi circa l'idea che la mente nasce come mente "condivisa" e che esiste una struttura intersoggettiva primaria o innata.

Gli studi sulle prime forme imitative, considerate una forma di comunicazione presimbolica ³⁰ hanno messo in luce il bagaglio di competenze che il bambino possiede già alla nascita ⁴⁹ quali, ad esempio, la capacità di memorizzare azioni ed emozioni frutto dei primi scambi pre-simbolici ed hanno consentito di collocare nell'ambito della comunicazione precoce bambino-caregiver la prima regolazione degli stati emotivi ⁵⁰.

Meltzoff, in particolare, ha studiato la capacità imitativa del bambino a partire dalla nascita e lungo il primo anno di vita, arrivando a concludere che l'imitazione è un processo attraverso il quale il sé *acquisisce qualcosa dell'altro* ^{b 29}. Nelle sue ricerche egli dimostra che l'imitazione differita, vale a dire la capacità di ripetere comportamenti noti in un tempo successivo all'averne fatto esperienza è presente già a 6-9 mesi ^c. L'imitazione precoce, come noto, è stata individuata già poche ore dopo la nascita e questo consente di ipotizzare l'esistenza di una forma di rappresentazione primaria o pre-simbolica.

Perché l'imitazione precoce riveste un ruolo cruciale rispetto all'idea che esista una innata predisposizione all'intersoggettività, che si rende evidente già nella primissima infanzia?

Meltzoff formula il concetto di corrispondenza transmodale, per indicare la capacità del bambino di costruire un passaggio tra ciò che vede, ad esempio il

^b Già nelle prime forme dell'attività imitativa, si struttura uno stato ponte, in cui è presente lo stato di essere mentre si cerca di corrispondere. Questa fase, specifica delle più semplici modalità imitative, è considerata da Meltzoff l'origine dell'intersoggettività presimbolica.

^c L'imitazione differita è stata considerata già da Piaget indice della capacità rappresentazionale del bambino ³².

viso della madre o altri stimoli ambientali e i propri stati interiori. La progressiva capacità di perfezionare i comportamenti imitativi nel momento stesso in cui li esegue, vale a dire l'aumento della corrispondenza tra il modello (ad esempio il viso della madre che sporge le labbra, la lingua o sorride) e il gesto di imitare, dimostrerebbe che il neonato possiede una specifica intenzionalità a *mettersi in relazione imitando*, attività che corregge e adatta nel momento stesso in cui la esegue e che confronta con una rappresentazione che è precocemente in grado di ricordare ⁷.

Questa corrispondenza crea il primo ponte Sé-altro; il fatto che genitore e bambino riconoscano mutuamente queste corrispondenze (il genitore fa un gesto e il figlio lo imita), produce un linguaggio comunicativo condiviso che è fonte di piacere reciproco, ed esprime la fondamentale tensione alla relazionalità della mente umana.

Trevarthen ⁴⁹ ipotizza una sorta di intelligenza interpersonale nel neonato, vale a dire una potenzialità specifica ad entrare in relazione, che considera il vero nucleo della coscienza. Anch'egli conduce studi osservazionali sistematici sull'imitazione, arrivando a conclusioni simili a quelle di Meltzoff, anche se gli va riconosciuta una posizione più fortemente orientata in senso diadico, per l'attenzione che pone agli scambi diretti e ai pattern di sincronizzazione tra madre e bambino.

L'ipotesi che i bambini siano dotati fin dalla nascita di un cervello emotivo comunicativo ¹⁵, è sostenuta dalla constatazione della capacità dei neonati di riconoscere mutamenti impercettibili del tono e del volume della voce, dei movimenti della testa e delle mani del caregiver e di rispondervi con una strategia di regolazione definita anche *reciprocità del timing ritmico*. L'attenzione di Trevarthen agli aspetti qualitativi della relazione consente di considerare maggiormente il tono emotivo di questi scambi protoconversazionali, dei quali il bambino percepirebbe la vitalità e l'energia, al punto che la coordinazione intersoggettiva che si instaura tra lui e la madre collocherebbe entrambi, per così dire, *sulla stessa lunghezza d'onda*, in modo da regolare, reciprocamente, le fasi di eccitazione e il livello di intensità delle loro interazioni.

Sander aveva proposto già dagli anni sessanta il concetto di "sistema regolatorio interattivo" ³⁷, per indicare la mutualità degli scambi tra il bambino e l'ambiente di accudimento; in questa accezione, l'ambiente di accudimento è inteso come l'insieme delle relazioni che intercorrono tra l'organismo e "ciò che gli sta intorno" ³⁸. Madre e figlio verrebbero a costituire una Gestalt complessa nella quale le attività accuditive si organizzano fino a costituire un sistema interazionale reciproco caratterizzato da alti livelli di coordinazione e differenziazione.

Le diverse angolature degli studi sperimentali e osservativi nel campo dell'intersoggettività primaria, che abbiamo potuto solo accennare, trovano una importante convergenza anche negli studi delle neuroscienze cognitive ed in particolare nelle mappature cerebrali degli stati mentali ed affettivi attivati in un sog-

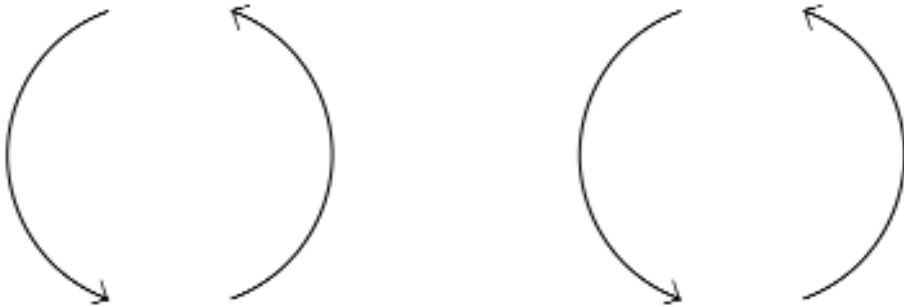


Fig. 1. Il sistema regolatorio interattivo nella relazione primaria.

getto a partire dall'osservazione delle azioni e dei comportamenti degli altri. Il sistema dei neuroni specchio²⁰ traduce l'informazione visiva in "conoscenza interna dell'azione" consentendo al soggetto di comprenderne il significato e, in un certo senso, di sentirlo risuonare dentro di sé³³; questa trasformazione dell'azione visiva in un sistema di significati consente di pensare ad uno *spazio di azione condiviso e diadico*³⁴ e sembra dimostrare che la conoscenza avviene attraverso un sistema di interazioni.

Si delinea quindi un quadro che fa *dell'incontro* e della *relazione* un'area primaria di studio e di ricerca e l'ambito nel quale si costruisce il senso del Sé e la capacità di stare insieme in un modo sincronizzato e empatizzante. Questa linea di studi si è aperta recentemente anche al tema degli stati affettivi e delle attribuzioni che i genitori formulano sull'umore e lo stato emotivo dei figli. Tali stati affettivi vengono intesi come un fenomeno diadico piuttosto che intrapsichico vale a dire come "lo stato affettivo di fondo che si sviluppa dall'interazione tra due individui"⁵¹.

Il rispecchiamento affettivo e il senso di "essere agenti"

L'interesse per la dimensione interpersonale della relazione primaria ha trovato una peculiare area di sviluppo anche nelle teorie che usano le metodiche osservative orientate in senso psicoanalitico^{7 37 41 48}. Il tema degli *affetti* è diventato l'ambito di una riflessione teorica che presuppone che "le rappresentazioni di importanza cruciale per lo sviluppo psichico e interpersonale consistano di esperienze *affettivamente connotate*"⁴⁶.

Il concetto di "*attunement*"^d, sviluppato in particolare da Stern, chiarisce l'insieme dei processi attraverso i quali il bambino affina precocemente la sua

^d Il termine indica una particolare caratteristica dell'essere insieme, vale a dire una forma di scambi caratterizzati da sincronie di tempo, ritmo e durata, ma segnala anche la qualità del *sentimento condiviso* nella diade, frutto di una speciale curvatura emotiva del caregiver verso il bambino e della sua capacità di leggerne gli stati mentali⁴¹.

capacità di formare schemi distinti relativi a Sé, all'altro e all'esperienza Sé-altro all'interno di momenti di interazione condivisa. Anche in questa prospettiva, l'esperienza psichica di condivisione prende corpo nei compiti accuditivi e negli scambi relazionali dei primi mesi, nei comportamenti di attaccamento e nelle situazioni di gioco (7-12 mesi); in queste transazioni è l'azione differenziata ma complementare dei due partner che costituisce lo schema duale che coinvolge, contemporaneamente, la parte affettiva, sensomotoria e cognitiva del Sé.

Secondo vari autori, questi *momenti di condivisione* creano una sorta di "contagio" dell'intensità degli affetti e consentono una messa in comune non solo delle azioni e degli stati mentali, ma anche del sentimento di "sentirsi in relazione", che è qualcosa di più del prodotto cumulativo delle interazioni di cui i membri della diade sono stati realmente partecipi.

Va però precisato che la *capacità di stare in relazione* non prevede una permeabilità costante dei propri stati mentali con quelli gli altri ³⁷. La reattività agli stimoli, ma anche la disponibilità al contatto si organizza, già a partire dalla prima infanzia, lungo un continuum di *engagement* e *disengagement* (Fig. 1) che dà ragione della fondamentale dinamicità degli scambi interattivi che sono costituiti da sequenze alternate di rottura e di ripresa del contatto emotivo ³⁹.

Questa alternanza, che indica la presenza di un ritmo e di una sincronia all'interno della relazione primaria, richiama anche il tema dei rischi e dei possibili esiti psicopatologici delle relazioni nelle quali un genitore traumatizzato si mostra inaccessibile o, al contrario, intrusivo e incongruo nella sua relazione con il figlio ^{2 43}.

Questi aspetti comportamentali sono stati ampiamente trattati dalla teoria dell'attaccamento, cui abbiamo già fatto riferimento, in particolare per quanto riguarda il passaggio, cruciale in età evolutiva, dall'esperienza concreta alla realtà psichica, vale a dire la trasformazione delle esperienze interpersonali in

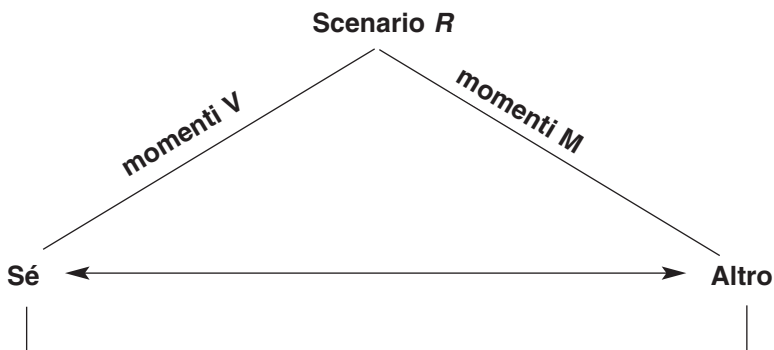


Fig. 2. I singoli momenti interattivi vissuti (V) e memorizzati (M) si organizzano negli scenari, che costituiscono le rappresentazioni dell'esperienza biografica soggettiva ⁴⁶.

modelli rappresentazionali; questo aspetto costituisce l'asse portante della teoria ⁸⁻¹⁰ che offre un forte sostegno empirico all'ipotesi che una relazione continuativa con un caregiver sensibile consenta di acquisire uno stato mentale improntato alla sicurezza e che tale acquisizione incida sulla competenza sociale e sulla qualità delle relazioni significative tanto nella fase evolutiva che nell'età adulta.

Mary Ainsworth, con la procedura sperimentale della *Strange Situation* ¹ ha illustrato la capacità dei bambini tra i 12 e i 20 mesi di affrontare le situazioni stressanti e di tollerare le separazioni per l'aspettativa fiduciosa nel ritorno dell'adulto, almeno nel caso dell'attaccamento sicuro.

Questa nota procedura valutativa consente di cogliere le differenze qualitative nell'attaccamento bambino-caregiver a livello comportamentale, ma rende anche esplicito il livello rappresentazionale ed il processo di progressiva schematizzazione dell'esperienza sé-altro, che assumerà in seguito una relativa stabilizzazione nei modelli operativi interni (MOI).

All'interno di questo processo di costruzione di uno schema individuale delle relazioni, dobbiamo però segnalare una differenza fondamentale tra l'attaccamento dell'adulto e quello del bambino; nel bambino noi valutiamo infatti la qualità del legame verso un particolare caregiver perché un bambino non può essere sicuro o insicuro *di per sé*, almeno fino ad un certo punto del suo sviluppo psichico ²³, mentre nel caso degli adulti, valutiamo lo stato mentale rispetto all'attaccamento.

Va detto che il tema delle rappresentazioni dei legami, messo in luce sul piano empirico dall'*Infant Research*, era già stato ampiamente affrontato dalla psicoanalisi ¹⁹⁻²⁵ anche se esclusivamente tramite una metodologia inferenziale e speculativa nell'ambito degli studi di casi clinici significativi. Questa prospettiva non ha prodotto nel suo insieme dati di ricerca 'certi', tuttavia l'innesto degli approcci osservativi ²⁷ nei modelli psicodinamici ha consentito di considerare la qualità della rappresentazione del bambino "nella mente del genitore", aspetto che conferisce particolare rilevanza allo stato mentale della madre nel "farsi" della relazione.

Questo scambio empatico è ben esemplificato dagli studi di scuola psicoanalitica che dialogano con il paradigma cognitivista e che hanno chiarito i passaggi che consentono la costruzione di una "teoria della mente", facciamo riferimento in particolare al processo del rispecchiamento contingente ³, definito anche del biofeedback sociale ¹⁷ che costituisce la modalità attraverso la quale il bambino acquisisce progressivamente la capacità di mentalizzare perché qualcuno risponde, in modo congruente, alla sua consapevolezza che le manifestazioni comunicative che indirizza al caregiver sono in grado di "produrre effetti sul suo comportamento e sulle sue emozioni" ¹⁶.

Molti studiosi si sono chiesti come il bambino possa comprendere che ciò che gli viene rimandato è l'emozione, enfatizzata, che lui stesso sta vivendo; a questo proposito alcuni Autori hanno illustrato le modalità con le quali il care-

giver marca in modo saliente le proprie manifestazioni di rispecchiamento affettivo per renderle percettivamente differenziabili dalle espressioni emotive del bambino; Winnicott, del resto, con una potente intuizione clinica che è stata in seguito confermata dagli studi osservativi, aveva sostenuto che “il bambino vede sé stesso nel volto della madre”⁵⁴.

La marcatura è stata definita anche come l'esperienza delle contingenze *elevate ma imperfette*: il caregiver è in grado di riflettere al bambino i suoi stati interni, consentendogli di farne esperienza come qualcosa di proprio e di differenziato rispetto a quelli dell'adulto.

In un secondo tempo, attraverso la modalità del *fare finta*, egli inizierebbe a distinguere la realtà esterna dall'esperienza interna. “*Nello sviluppo normale il bambino integra queste due modalità, arrivando allo stadio della mentalizzazione o modalità riflessiva, in cui gli stati mentali possono essere pensati come rappresentazioni. La realtà interna ed esterna possono allora essere viste come collegate, e nello stesso tempo viene accettato che differiscano per importanti aspetti, e non devono più essere considerate o uguali o scisse l'una dall'altra*”¹⁸.

La capacità di “contenere” mentalmente il bambino, cioè di comunicargli che i suoi atti intenzionali sono stati compresi, di percepire i suoi stati affettivi e i suoi disagi costituisce una caratteristica specifica dei genitori con un modello di attaccamento sicuro²¹.

I genitori sicuri, infatti, sembrano più capaci di esplorare le proprie esperienze infantili anche negative, maggiormente in grado di affrontare gli stati d'ansia dei loro bambini e di rifletterli in modo modulato. Il bambino apprende così ad associare il disagio emotivo con l'esperienza del suo alleviamento, rinforzando la sua capacità di tollerare gli affetti negativi e incrementando la sua fiducia nel fatto che quando sperimenterà nuovamente disagio potrà confidare su una figura di supporto per la regolazione dei suoi stati affettivi^e.

^e Alcuni Autori³¹ hanno ipotizzato che i diversi stili mentalistici dei genitori siano correlati ai pattern di attaccamento del bambino, distinguendo tra relazioni sicure (caratterizzate da uno stile *insightful*), relazioni ambivalenti (caratterizzate da uno stile *one-sided* o a senso unico) e relazioni evitanti (caratterizzate da uno stile *disangaged*).

I risultati della loro ricerca indicano una forte associazione tra stile *insightful* e attaccamento sicuro, mentre l'associazione tra l'attaccamento ambivalente o distaccato del genitore e quello dei figli risulta più debole; gli studi attuali sembrano poter fornire contributi promettenti per la valutazione dell'incidenza della *mindfulness* del genitore sulla qualità dell'attaccamento dei figli, tanto che si può individuare nell'area della mentalizzazione il punto di svolta nella ricerca sul “gap” dei modelli di trasmissione dell'attaccamento.

Conclusioni

Possiamo considerare le esperienze interpersonali come il fondamento della capacità individuale di “mentalizzare”, vale a dire di capire il comportamento interpersonale in termini di stati mentali ²⁸.

Questa capacità non costituisce una competenza cognitiva, ma va intesa come una attitudine a modulare i propri stati emotivi con quelli degli altri che prende corpo e *si espande* nell’ambito dei processi di co-regolazione tra bambino e caregiver.

Infatti, al di là delle differenze temperamentali di cui va tenuto conto, le strategie individuali nella regolazione affettiva emergono dall’esperienza delle interazioni ripetute nella diade primaria, che rivestono in sé una funzione fondamentale nell’acquisizione della capacità di modulazione degli affetti e di una modalità matura di autoregolazione ¹⁷.

La capacità di autoregolazione può essere letta anche all’interno del *frame* dell’attaccamento, per l’attenzione che la teoria pone al tema delle rappresentazioni e dei legami affettivi e della capacità di regolarli e modularli a fini adattivi ¹¹.

Cassidy, nel dar ragione del perché “la regolazione emotiva e la qualità dell’attaccamento sono strettamente connessi” sottolinea come le interazioni con l’adulto consentano al bambino di costruire delle rappresentazioni che generano una certa quota di consapevolezza circa i propri stati interni e le proprie risposte emotive, facilitando la progressiva acquisizione di un’autonomia regolativa ¹³.

In questa sequenza di scambi, il bambino impara ad usare le menti degli altri come “insegnanti” e comprende che il mondo esterno non è *an independently existing given* ¹⁸, ma costituisce un’area di interconnessione tra due realtà, quella esterna e quella interna che, se comprese, danno luogo ad un senso di continuità delle esperienze.

Possiamo ipotizzare che il genitore che si confronta con una modalità *coerente* di affrontare la propria storia sia in grado di consentire al bambino la manifestazione aperta dei propri affetti, infatti, per riprendere le parole di Cassidy, “l’esperienza di sicurezza non si basa su una negazione degli affetti positivi ma sull’abilità di tollerare temporaneamente gli affetti negativi, al fine di avere una padronanza sulle situazioni minacciose o frustranti” ¹³.

Nel clima di affettività mentalizzata che normalmente caratterizza una relazione *adeguata alla crescita psichica*, vengono così a convergere le tre dimensioni fondamentali del concetto di MOI, vale a dire la dimensione interattiva, quella rappresentazionale e la regolazione affettiva.

Queste componenti costituiscono gli ambiti nei quali si apprendono i diversi modi di rapportarsi alla realtà, cioè l’insieme dei processi, delle regole e delle procedure che scandiscono le diverse modalità del vivere insieme.

Riassunto

L'attaccamento, l'*Infant Research* e i modelli relazionali di orientamento psicodinamico convergono nel considerare di particolare interesse per comprendere lo sviluppo emotivo precoce del bambino l'interazione tra ciò che egli porta nella relazione e i modelli rappresentazionali della madre. I bambini e il loro caregiver fanno parte di un sistema regolativo e interattivo nel quale si influenzano e si regolano reciprocamente. L'oggetto di analisi diventa quindi la relazione che può essere considerata il precipitato dello scambio emotivo all'interno del sistema diadico primario. Queste prospettive teoriche hanno influenzato lo studio della psicopatologia e la valutazione degli interventi che vengono maggiormente pensati in senso relazionale.

Bibliografia

- 1 Ainsworth MDS. *Patterns of attachment*. Hillsdale, NJ: Erlbaum 1978.
- 2 Albasi C. *Attaccamenti traumatici. I Modelli Operativi Interni Dissociati*. Torino: Utet 2006.
- 3 Allen JG, Fonagy P. *La mentalizzazione. Psicopatologia e trattamento*. Bologna: Il Mulino 2008.
- 4 Ammaniti M, Stern DN. *Attaccamento e psicoanalisi*. Bari: Laterza 1992.
- 5 Aron L. *Menti che si incontrano*. Milano: Raffaello Cortina 2004.
- 6 Beebe B, Lachman FM. *Infant research and adult treatment: A dyadic systems approach*. Hillsdale, NJ: Erlbaum 2001.
- 7 Beebe B, Sorter D, Rustin J, Knoblauch S. *Confronto tra Meltzoff, Trevarthen e Stern*. Trad. it. In: Carli L, Rodini C. *Le forme di intersoggettività*. Milano: Raffaello Cortina 2008.
- 8 Bowlby J. *Attaccamento e perdita. Vol.1. L'attaccamento alla madre*. Trad. it. Torino: Bollati Boringhieri 1972.
- 9 Bowlby J. *Attaccamento e perdita. Vol.2. La separazione dalla madre*. Trad. it. Torino: Bollati Boringhieri 1982.
- 10 Bowlby J. *Attaccamento e perdita. Vol. 3. La perdita della madre*. Trad. it. Torino: Bollati Boringhieri 1983.
- 11 Calkins SD, Hill A. *Caregiver Influences on Emerging Emotion Regulation: Biological and Environmental Transactions in Early Development*. In: Gross JJ. *Handbook of emotion regulation*. New York: Guildford Press 2007, pp. 229-248.
- 12 Carli L, Rodini C. *Le forme di intersoggettività. L'implicito e l'esplicito nelle relazioni interpersonali*. Milano: Raffaello Cortina Editore 2007.
- 13 Cassidy J. *Emotion regulation: influences of attachment relationship*. In: Fox NA, ed. *Emotion regulation: Behavioral and biological considerations*. Monographs of the Society for Research in Child Development 1994;59:228-249.
- 14 Cavanna D, Zavattini GC. *La consapevolezza interpersonale: riflessioni sull'intersoggettività*. In: Di Nuovo S, Falgares G. *Per una psicologia psicologica. Scritti in onore di Franco Di Maria*. Milano: Franco Angeli 2008, pp. 68-77.
- 15 Damasio A. *Descartes' Error: emotion, reason and the human brain*. London: Vintage 2004.
- 16 Fonagy P. *The interpersonal interpretative mechanism: the confluence of genetics and attachment theory in development*. In Green V, a cura di. *Emotional Development in Psychoanalysis, Attachment Theory and Neurosciences*. Brunner-Routledge: Hove 2003.
- 17 Fonagy P, Gergely EL, Jurist M, Target M. *Regolazione affettiva, mentalizzazione e sviluppo del Sé*. Trad. it. Milano: Raffaello Cortina Editore 2005.
- 18 Fonagy P, Target M. *Attaccamento e Funzione Riflessiva*. Milano: Raffaello Cortina Editore 2001.

- ¹⁹ Freud S. *L'organizzazione genitale infantile*. In: *Opere*. Torino: Bollati Boringhieri 1986, Vol. 9.
- ²⁰ Gallese V, Migone P, Eagle M. *La simulazione incarnata: I neuroni specchio, le basi neurofisiologiche dell'intersoggettività ed alcune implicazioni per la psicoanalisi*. *Psicoterapia e Scienze Umane* XL 2006;3:543-80.
- ²¹ Gergely G. *The social construction of the subjective self: The role of affect-mirroring, markedness, and ostensive communication in self development*. In: Mayes L, Fonagy P, Target M. *Developmental Science of Psychoanalysis*. London: Karnac 2004.
- ²² Gross JJ. *Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences*. *Psychophysiology* 2002;39:281-91.
- ²³ Hesse E. *Manuale dell'attaccamento. Teoria, ricerca e applicazioni cliniche*. Roma: Giovanni Fioriti Editore 2002.
- ²⁴ Hughes DA. *Attachment-Focused Family Therapy*. New York: Norton & Company 2007.
- ²⁵ Klein M. *La psicoanalisi dei bambini*. Trad. it. Firenze: Martinelli 1932.
- ²⁶ Liotti G. *La disorganizzazione dell'attaccamento*. In: Dazzi N, Lingiardi V, Colli A, eds. *La ricerca in psicoterapia*. Milano: Raffaello Cortina 2006, pp. 591-606.
- ²⁷ Mahler MS, Pine F, Bergman A. *La nascita psicologica del bambino*. Trad. it. Torino: Bollati Boringhieri 1978.
- ²⁸ Mayes L, Fonagy P, Target, M. *Developmental Science and Psychoanalysis: Integration and Innovation*. London: Karnac 2007.
- ²⁹ Meltzoff A, Gopnik A. *Il ruolo dell'imitazione nella comprensione sociale e nello di una teoria della mente*. Trad. it. In: Camaioni L, a cura di. *La teoria della mente: origini, sviluppo e patologia*. Roma-Bari: Laterza 1995, pp. 51-95.
- ³⁰ Meltzoff A, Moore M. *Infant intersubjectivity: Broadening the dialogue to include imitation, identity and intention*. In: Braten S, a cura di. *Intersubjective Communication and Emotion in Early Ontogeny*. Cambridge: Cambridge University Press 1994, pp. 47-62.
- ³¹ Oppenheim D, Goldsmith D, Koren-Karie N. *Maternal insightfulness and preschoolers' emotion and behavior problems: Reciprocal influences in a therapeutic preschool program*. *Inf Ment Health J* 2004;25:352-67.
- ³² Piaget J. *La nascita dell'intelligenza nel fanciullo*. Firenze: La Nuova Italia 1968.
- ³³ Rizzolatti G, Craighero L. *The mirror neuron system*. *Annu Rev Neurosci* 2004;27:169-92.
- ³⁴ Rizzolatti G, Sinigaglia C. *So quel che fai. Il cervello che agisce e i neuroni specchio*. Milano: Raffaello Cortina Editore 2006.
- ³⁵ Sameroff AJ, Emde RN. *I disturbi delle relazioni nella prima infanzia*. Torino: Bollati Boringhieri 1989.
- ³⁶ Sameroff AJ, McDonough SC, Rosenblum KL. *Treating parent-infant relationship problems*. The Guilford Press; New York. Trad. it. *Il trattamento clinico della relazione genitore-bambino*. Bologna: Il Mulino 2006.
- ³⁷ Sander LW. *Dove si dirige la ricerca sulla salute mentale del bambino?* 2000. Trad. it. In: Carli L, Rodini C. *Le forme di intersoggettività. L'implicito e l'esplicito nelle relazioni interpersonali*. Milano: Raffaello Cortina 2008.
- ³⁸ Sander LW. *Sistemi viventi*. Milano: Raffaello Cortina 2007.
- ³⁹ Santona A, Zavattini GC. *Intersoggettività e reciprocità nella psicoterapia di coppia*. In: AA. VV. *Psicoterapie: il Sud e il Nord del mondo. La clinica nella prospettiva ecologica*. Milano: Angeli 2008 (in press).
- ⁴⁰ Santona A, Zavattini GC. *Intimità, vicinanza e dis-regolazione nella relazione di coppia*. In: Carli L, Cavanna D, Zavattini GC. *Psicologia delle relazioni di coppia*. Bologna: Il Mulino 2009 (in press).
- ⁴¹ Schore A. *Affect regulation in the repair of the self*. New York: WW Norton 2003.
- ⁴² Siegel D. *The Developing mind*. New York: The Guilford Press 1999.
- ⁴³ Solomon J, George C. *L'attaccamento disorganizzato*. Trad. it. Bologna: Il Mulino 1999.
- ⁴⁴ Sroufe LA. *Emotional Development*. Cambridge: Cambridge University Press 1995.
- ⁴⁵ Stern DN. *Il mondo interpersonale del bambino*. Torino: Bollati Boringhieri 1985.
- ⁴⁶ Stern DN. *Le interazioni madre-bambino*. Milano: Raffaello Cortina 1998.

-
- ⁴⁷ Stern DN. *The present moment in psychotherapy and everyday life*. New York: WW Norton. Trad. it. *Il momento presente*. Milano: Raffaello Cortina 2004.
- ⁴⁸ Stern DN. *Intersoggettività*. In: Person ES, Cooper AM, Gabbard GO, *Psicoanalisi. Teoria, clinica, ricerca*. Milano: Raffaello Cortina 2005, pp. 121-148.
- ⁴⁹ Trevarthen C. *The concept of foundations of infant intersubjectivity*. In: Braten S, a cura di. *Intersubjective Communication and Emotion in Early Ontogeny*. Cambridge: Cambridge University Press; 1998, pp. 15-46.
- ⁵⁰ Tronick E. *Le emozioni e la comunicazione affettiva nel bambino*. Trad. it. In Riva Crugnola, a cura di. *La comunicazione affettiva tra il bambino e i suoi partner*. Milano: Raffaello Cortina 1999.
- ⁵¹ Tronick EZ. *Gli stati affettivi prolungati del bambino e la cronicità dei sintomi depressivi*. Trad. it. In: Carli L, Rodini C. *Le forme di intersoggettività*. Milano: Raffaello Cortina 2008.
- ⁵² Tronick E. *Regolazione emotiva. Nello sviluppo e nel processo terapeutico*. Milano: Raffaello Cortina 2008.
- ⁵³ Wallin DJ. *Attachment in psychotherapy*. New York: The Guilford Press.
- ⁵⁰ Winnicott, DW. *Sviluppo affettivo e ambiente* Trad. it. Roma: Armando 1970.

Teoria dell'attaccamento, intersoggettività e regolazione emotiva

Attachment theory, intersubjectivity and emotion regulation

D. CAVANNA

*Dipartimento di Scienze Antropologiche, Facoltà di Scienze della Formazione,
Università di Genova*

PAROLE CHIAVE. – Attaccamento - Intersoggettività - Mentalizzazione - Rispecchiamento -
Regolazione emotiva

KEY WORDS. – *Attachment - Intersubjectivity - Mentalization - Mirroring - Emotion
regulation*

Articolo speciale per invito
Invited special article

Summary

The attachment theory, the Infant Research and the psychodynamic oriented models agree on the assumption that, in order to comprehend a children's early emotional development, it is very important to consider the interaction between the children's contributions to the relationship and the maternal representational models. The children and their caregivers belong to the same regulative and interactive system, in which a reciprocal influence and regulation take place. As a consequence, the focus is set on the relationship, which can be considered the result of the emotional exchange within the primary dyadic system. This theoretical perspective had a significant impact on the study of psychopathology and the related assessments of the interventions, which are now taken into account within a relational framework.

Teoria dell'attaccamento, intersoggettività e regolazione emotiva

“... Dobbiamo pensare al bambino come al sottosistema di un sistema regolatorio diadico più ampio. L'altro sottosistema è la figura di accudimento.

Questo sistema più ampio può essere visto come un sistema diadico che opera per sostenere le limitate capacità regolatorie del bambino.” ⁵²

Introduzione

La teoria dell’attaccamento ha considerato da tempo l’importanza degli aspetti rappresentazionali dei legami emotivi accanto a quelli comportamentali ^{4 14 52}, conferendo centralità all’aspetto *bidirezionale* che regola lo scambio interattivo tra genitori e figli. Questa competenza, per così dire, ad impostare e “suscitare” una sintonizzazione affettiva ⁴⁵ nei legami significativi costituisce anche una caratteristica dello sviluppo e della trasformazione delle relazioni lungo tutto l’arco di vita ⁴⁸.

In questo senso, il sistema dell’attaccamento non va considerato esclusivamente come un processo di *regolazione della distanza fisica*, funzionale all’acquisizione di un senso di sicurezza, ma piuttosto come un sistema che presiede alla capacità di *regolazione affettiva* di un soggetto ⁴⁴.

Il tema della vicinanza è stato affrontato dai teorici dell’attaccamento anche nei termini della *sensibilità*, nel senso che un partner rappresenta una base sicura se è sensibile, ossia se è “psichicamente vicino”. Vari Autori ^{3 41} osservano che la funzione più importante dell’attaccamento è il controllo dell’angoscia e la regolazione delle emozioni^a: in questa prospettiva *il sistema* dell’attaccamento si può definire come l’ambiente relazionale in cui l’attaccamento esprime la sua funzione evolutiva più importante, vale a dire il riconoscimento di Sé e dell’altro come soggetti vicini e psichicamente accessibili, ma anche separati, in un contesto di *sincronizzazione interazionale* ^{40 42}.

Tale svolta ha risentito dei contributi della prospettiva intersoggettiva, dell’*Infant Research* e dei risultati della ricerca empirica che sono stati prodotti negli ultimi vent’anni ^{6 37 47} e che hanno permesso di ripensare lo sviluppo emotivo, ma anche l’approccio clinico nell’ambito della psicopatologia e della psicoterapia, con una maggiore attenzione agli scambi intersoggettivi e al ruolo centrale degli affetti nel contesto della relazione terapeutica infantile e adulta ^{24 26 35 53}.

Queste specifiche aree di studio, che hanno trovato vari punti di intersezione con la teoria dell’attaccamento, hanno consentito di sviluppare, in particolare, l’idea che gli schemi rappresentazionali che regolano le nostre relazioni si-

^a Le emozioni possono essere definite come una reazione soggettiva ad un evento saliente, caratterizzata da modificazioni fisiologiche, esperenziali e a livello del comportamento esplicito. Possono anche essere considerate come risposte adattive agli eventi ambientali e la discrepanza spesso evidente tra i comportamenti che i soggetti mettono in atto ed il loro stato emotivo evidenzia quanto di frequente siano utilizzate strategie individuali di regolazione emotiva al fine di gestire l’eccessiva attivazione – in termini di intensità o di durata – stimolata dal contesto di vita del soggetto ²².

gnificative, ossia i Modelli Operativi Interni (MOI), si costituiscono e si riproccano nel corso dello sviluppo e dell'intera vita dell'individuo.

Queste convergenze hanno arricchito ulteriormente la riflessione teorica attuale rispetto ai diversi stili e modelli di attaccamento e alla qualità delle relazioni che nascono dai diversi matching tra le persone – specie rispetto ad una più sofisticata capacità di dare ragione delle problematiche cliniche – mettendo in evidenza il valore delle distinzioni diagnostiche non più solo in termini *categoriali*, ma anche in termini *dimensionali*, considerando la possibilità che in una specifica diade si sviluppi un certo profilo della relazione dovuta al *mischiarsi* di aspetti appartenenti a stati mentali differenti, ad esempio specifici dello stato mentale Sicuro e Preoccupato.

Si ipotizza infatti la co-presenza, all'interno di una strategia di fondo di regolazione delle emozioni, di aspetti – definiti appunto dimensioni – differenti nei riguardi di un'area specifica o anche di diverse aree delle relazioni interpersonali. Intendiamo dire che una strategia sicura potrebbe “imporre” in modo più evidente in un rapporto sentimentale, ma ‘svelare’ aspetti di tipo più preoccupato nel legame con i figli piccoli.

Agli inizi della sua riflessione, Bowlby, com'è noto, richiamò l'attenzione sul sistema comportamentale d'attaccamento, considerando l'innata capacità dei bambini di sollecitare l'attitudine accudiva dell'adulto, come un comportamento adeguato all'adattamento evolutivo. Tuttavia, egli considerò l'attaccamento non solo *una risposta “adeguata”* o funzionale agli obiettivi di preservare la specie, ma anche come “un processo attivo, basato sulla messa a punto di strategie atte a soddisfare i bisogni di sicurezza”¹⁰, spostando il focus della sua ricerca teorica anche sugli aspetti di reciprocità diadica, ossia sulla “competenza” a gestire e mantenere rapporti *interpersonali costruendo o, per meglio dire, co-costruendo* un contesto relazionale nel quale, gradualmente, vengono rappresentati il Sé, gli altri significativi e le reciproche interrelazioni.

Questa prospettiva ha consentito di considerare la teoria dell'attaccamento anche una *teoria degli affetti* e i legami significativi che si costruiscono nelle prime fasi dello sviluppo e nel corso nell'esistenza, il perno attorno a cui ruota la vita di un individuo.

Il tema della reciprocità⁵ ha cambiato molte delle idee sul mondo infantile e ha consentito di spiegare lo sviluppo non più come qualcosa che avveniva solo “dentro il bambino”³⁸, ma come ciò che avviene e si costruisce all'interno di una relazione affettivamente significativa nel senso che i bambini sono, fin dalla nascita, predisposti a muoversi entro un sistema intersoggettivo, a meno che non si inseriscano traumi o *failures* genitoriali.

Va detto, infine, che vari modelli teorici hanno spostato da tempo l'accento dai fenomeni intrapsichici a quelli interpersonali, in campo evolutivo e che la recente convergenza tra psicoanalisi e *Infant Research* ha chiarito vari aspetti dell'innata predisposizione diadica del bambino e dei significati della risposta

materna, modificando i modelli di lavoro nelle relazioni disfunzionali precoci fino a considerare la relazione *come il vero paziente* ³⁶.

La costruzione della reciprocità

La ricerca in ambito evolutivo ha messo in evidenza che la nostra è una *mente relazionale* ^{41 42} e ha dato ragione dei processi empatici che si instaurano tra madre e bambino, fornendo un quadro dell'intreccio da cui si sviluppa il Senso del Sé e la capacità intersoggettiva. Ci riferiamo, in particolare agli autori che fanno riferimento alla prospettiva dell'*Infant Research* ⁵², così come a quelli più vicini al modello psicodinamico dello sviluppo ²⁸, che hanno delineato modelli concettualmente contigui, ma non sovrapponibili.

Il termine intersoggettività ^{12 14 48} indica forme diversificate dell'innata capacità relazionale degli individui ed è stato indagato, in ambito evolutivo, a livello della diade primaria. Le differenze concettuali che caratterizzano le definizioni che via via sono state formulate, sembrano però anche un artefatto della angolatura specifica dalla quale si guarda al fenomeno, infatti gli *infant observers*, in generale sembrano concordi circa l'idea che la mente nasce come mente "condivisa" e che esiste una struttura intersoggettiva primaria o innata.

Gli studi sulle prime forme imitative, considerate una forma di comunicazione presimbolica ³⁰ hanno messo in luce il bagaglio di competenze che il bambino possiede già alla nascita ⁴⁹ quali, ad esempio, la capacità di memorizzare azioni ed emozioni frutto dei primi scambi pre-simbolici ed hanno consentito di collocare nell'ambito della comunicazione precoce bambino-caregiver la prima regolazione degli stati emotivi ⁵⁰.

Meltzoff, in particolare, ha studiato la capacità imitativa del bambino a partire dalla nascita e lungo il primo anno di vita, arrivando a concludere che l'imitazione è un processo attraverso il quale il sé *acquisisce qualcosa dell'altro* ^{b 29}. Nelle sue ricerche egli dimostra che l'imitazione differita, vale a dire la capacità di ripetere comportamenti noti in un tempo successivo all'averne fatto esperienza è presente già a 6-9 mesi ^c. L'imitazione precoce, come noto, è stata individuata già poche ore dopo la nascita e questo consente di ipotizzare l'esistenza di una forma di rappresentazione primaria o pre-simbolica.

Perché l'imitazione precoce riveste un ruolo cruciale rispetto all'idea che esista una innata predisposizione all'intersoggettività, che si rende evidente già nella primissima infanzia?

Meltzoff formula il concetto di corrispondenza transmodale, per indicare la capacità del bambino di costruire un passaggio tra ciò che vede, ad esempio il

^b Già nelle prime forme dell'attività imitativa, si struttura uno stato ponte, in cui è presente lo stato di essere mentre si cerca di corrispondere. Questa fase, specifica delle più semplici modalità imitative, è considerata da Meltzoff l'origine dell'intersoggettività presimbolica.

^c L'imitazione differita è stata considerata già da Piaget indice della capacità rappresentazionale del bambino ³².

viso della madre o altri stimoli ambientali e i propri stati interiori. La progressiva capacità di perfezionare i comportamenti imitativi nel momento stesso in cui li esegue, vale a dire l'aumento della corrispondenza tra il modello (ad esempio il viso della madre che sporge le labbra, la lingua o sorride) e il gesto di imitare, dimostrerebbe che il neonato possiede una specifica intenzionalità a *mettersi in relazione imitando*, attività che corregge e adatta nel momento stesso in cui la esegue e che confronta con una rappresentazione che è precocemente in grado di ricordare ⁷.

Questa corrispondenza crea il primo ponte Sé-altro; il fatto che genitore e bambino riconoscano mutuamente queste corrispondenze (il genitore fa un gesto e il figlio lo imita), produce un linguaggio comunicativo condiviso che è fonte di piacere reciproco, ed esprime la fondamentale tensione alla relazionalità della mente umana.

Trevarthen ⁴⁹ ipotizza una sorta di intelligenza interpersonale nel neonato, vale a dire una potenzialità specifica ad entrare in relazione, che considera il vero nucleo della coscienza. Anch'egli conduce studi osservazionali sistematici sull'imitazione, arrivando a conclusioni simili a quelle di Meltzoff, anche se gli va riconosciuta una posizione più fortemente orientata in senso diadico, per l'attenzione che pone agli scambi diretti e ai pattern di sincronizzazione tra madre e bambino.

L'ipotesi che i bambini siano dotati fin dalla nascita di un cervello emotivo comunicativo ¹⁵, è sostenuta dalla constatazione della capacità dei neonati di riconoscere mutamenti impercettibili del tono e del volume della voce, dei movimenti della testa e delle mani del caregiver e di rispondervi con una strategia di regolazione definita anche *reciprocità del timing ritmico*. L'attenzione di Trevarthen agli aspetti qualitativi della relazione consente di considerare maggiormente il tono emotivo di questi scambi protoconversazionali, dei quali il bambino percepirebbe la vitalità e l'energia, al punto che la coordinazione intersoggettiva che si instaura tra lui e la madre collocherebbe entrambi, per così dire, *sulla stessa lunghezza d'onda*, in modo da regolare, reciprocamente, le fasi di eccitazione e il livello di intensità delle loro interazioni.

Sander aveva proposto già dagli anni sessanta il concetto di "sistema regolatorio interattivo" ³⁷, per indicare la mutualità degli scambi tra il bambino e l'ambiente di accudimento; in questa accezione, l'ambiente di accudimento è inteso come l'insieme delle relazioni che intercorrono tra l'organismo e "ciò che gli sta intorno" ³⁸. Madre e figlio verrebbero a costituire una Gestalt complessa nella quale le attività accuditive si organizzano fino a costituire un sistema interazionale reciproco caratterizzato da alti livelli di coordinazione e differenziazione.

Le diverse angolature degli studi sperimentali e osservativi nel campo dell'intersoggettività primaria, che abbiamo potuto solo accennare, trovano una importante convergenza anche negli studi delle neuroscienze cognitive ed in particolare nelle mappature cerebrali degli stati mentali ed affettivi attivati in un sog-

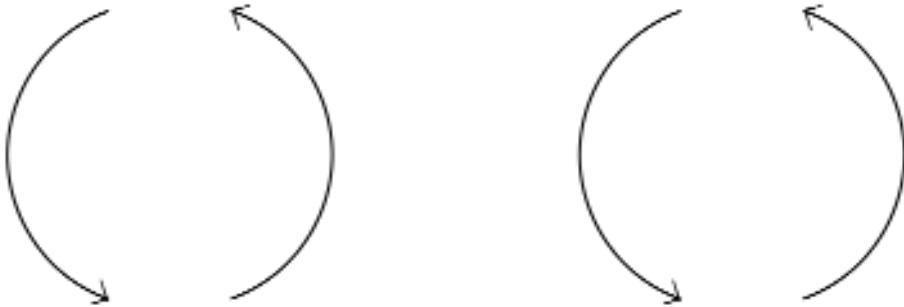


Fig. 1. Il sistema regolatorio interattivo nella relazione primaria.

getto a partire dall'osservazione delle azioni e dei comportamenti degli altri. Il sistema dei neuroni specchio²⁰ traduce l'informazione visiva in "conoscenza interna dell'azione" consentendo al soggetto di comprenderne il significato e, in un certo senso, di sentirlo risuonare dentro di sé³³; questa trasformazione dell'azione visiva in un sistema di significati consente di pensare ad uno *spazio di azione condiviso e diadico*³⁴ e sembra dimostrare che la conoscenza avviene attraverso un sistema di interazioni.

Si delinea quindi un quadro che fa *dell'incontro* e della *relazione* un'area primaria di studio e di ricerca e l'ambito nel quale si costruisce il senso del Sé e la capacità di stare insieme in un modo sincronizzato e empatizzante. Questa linea di studi si è aperta recentemente anche al tema degli stati affettivi e delle attribuzioni che i genitori formulano sull'umore e lo stato emotivo dei figli. Tali stati affettivi vengono intesi come un fenomeno diadico piuttosto che intrapsichico vale a dire come "lo stato affettivo di fondo che si sviluppa dall'interazione tra due individui"⁵¹.

Il rispecchiamento affettivo e il senso di "essere agenti"

L'interesse per la dimensione interpersonale della relazione primaria ha trovato una peculiare area di sviluppo anche nelle teorie che usano le metodiche osservative orientate in senso psicoanalitico^{7 37 41 48}. Il tema degli *affetti* è diventato l'ambito di una riflessione teorica che presuppone che "le rappresentazioni di importanza cruciale per lo sviluppo psichico e interpersonale consistano di esperienze *affettivamente connotate*"⁴⁶.

Il concetto di "*attunement*"^d, sviluppato in particolare da Stern, chiarisce l'insieme dei processi attraverso i quali il bambino affina precocemente la sua

^d Il termine indica una particolare caratteristica dell'essere insieme, vale a dire una forma di scambi caratterizzati da sincronie di tempo, ritmo e durata, ma segnala anche la qualità del *sentimento condiviso* nella diade, frutto di una speciale curvatura emotiva del caregiver verso il bambino e della sua capacità di leggerne gli stati mentali⁴¹.

capacità di formare schemi distinti relativi a Sé, all'altro e all'esperienza Sé-altro all'interno di momenti di interazione condivisa. Anche in questa prospettiva, l'esperienza psichica di condivisione prende corpo nei compiti accuditivi e negli scambi relazionali dei primi mesi, nei comportamenti di attaccamento e nelle situazioni di gioco (7-12 mesi); in queste transazioni è l'azione differenziata ma complementare dei due partner che costituisce lo schema duale che coinvolge, contemporaneamente, la parte affettiva, sensomotoria e cognitiva del Sé.

Secondo vari autori, questi *momenti di condivisione* creano una sorta di "contagio" dell'intensità degli affetti e consentono una messa in comune non solo delle azioni e degli stati mentali, ma anche del sentimento di "sentirsi in relazione", che è qualcosa di più del prodotto cumulativo delle interazioni di cui i membri della diade sono stati realmente partecipi.

Va però precisato che la *capacità di stare in relazione* non prevede una permeabilità costante dei propri stati mentali con quelli gli altri ³⁷. La reattività agli stimoli, ma anche la disponibilità al contatto si organizza, già a partire dalla prima infanzia, lungo un continuum di *engagement* e *disengagement* (Fig. 1) che dà ragione della fondamentale dinamicità degli scambi interattivi che sono costituiti da sequenze alternate di rottura e di ripresa del contatto emotivo ³⁹.

Questa alternanza, che indica la presenza di un ritmo e di una sincronia all'interno della relazione primaria, richiama anche il tema dei rischi e dei possibili esiti psicopatologici delle relazioni nelle quali un genitore traumatizzato si mostra inaccessibile o, al contrario, intrusivo e incongruo nella sua relazione con il figlio ^{2 43}.

Questi aspetti comportamentali sono stati ampiamente trattati dalla teoria dell'attaccamento, cui abbiamo già fatto riferimento, in particolare per quanto riguarda il passaggio, cruciale in età evolutiva, dall'esperienza concreta alla realtà psichica, vale a dire la trasformazione delle esperienze interpersonali in

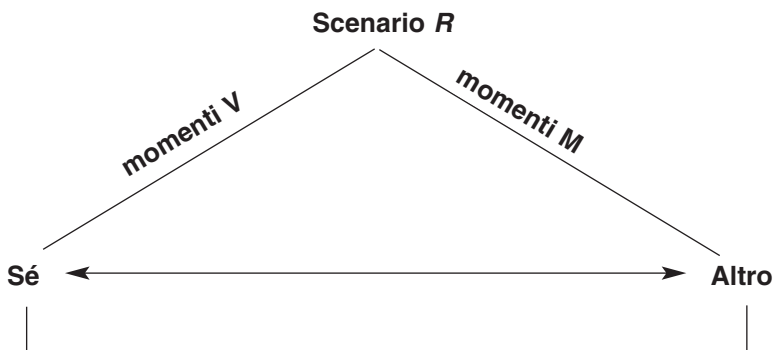


Fig. 2. I singoli momenti interattivi vissuti (V) e memorizzati (M) si organizzano negli scenari, che costituiscono le rappresentazioni dell'esperienza biografica soggettiva ⁴⁶.

modelli rappresentazionali; questo aspetto costituisce l'asse portante della teoria ⁸⁻¹⁰ che offre un forte sostegno empirico all'ipotesi che una relazione continuativa con un caregiver sensibile consenta di acquisire uno stato mentale improntato alla sicurezza e che tale acquisizione incida sulla competenza sociale e sulla qualità delle relazioni significative tanto nella fase evolutiva che nell'età adulta.

Mary Ainsworth, con la procedura sperimentale della *Strange Situation* ¹ ha illustrato la capacità dei bambini tra i 12 e i 20 mesi di affrontare le situazioni stressanti e di tollerare le separazioni per l'aspettativa fiduciosa nel ritorno dell'adulto, almeno nel caso dell'attaccamento sicuro.

Questa nota procedura valutativa consente di cogliere le differenze qualitative nell'attaccamento bambino-caregiver a livello comportamentale, ma rende anche esplicito il livello rappresentazionale ed il processo di progressiva schematizzazione dell'esperienza sé-altro, che assumerà in seguito una relativa stabilizzazione nei modelli operativi interni (MOI).

All'interno di questo processo di costruzione di uno schema individuale delle relazioni, dobbiamo però segnalare una differenza fondamentale tra l'attaccamento dell'adulto e quello del bambino; nel bambino noi valutiamo infatti la qualità del legame verso un particolare caregiver perché un bambino non può essere sicuro o insicuro *di per sé*, almeno fino ad un certo punto del suo sviluppo psichico ²³, mentre nel caso degli adulti, valutiamo lo stato mentale rispetto all'attaccamento.

Va detto che il tema delle rappresentazioni dei legami, messo in luce sul piano empirico dall'*Infant Research*, era già stato ampiamente affrontato dalla psicoanalisi ^{19 25} anche se esclusivamente tramite una metodologia inferenziale e speculativa nell'ambito degli studi di casi clinici significativi. Questa prospettiva non ha prodotto nel suo insieme dati di ricerca 'certi', tuttavia l'innesto degli approcci osservativi ²⁷ nei modelli psicodinamici ha consentito di considerare la qualità della rappresentazione del bambino "nella mente del genitore", aspetto che conferisce particolare rilevanza allo stato mentale della madre nel "farsi" della relazione.

Questo scambio empatico è ben esemplificato dagli studi di scuola psicoanalitica che dialogano con il paradigma cognitivista e che hanno chiarito i passaggi che consentono la costruzione di una "teoria della mente", facciamo riferimento in particolare al processo del rispecchiamento contingente ³, definito anche del biofeedback sociale ¹⁷ che costituisce la modalità attraverso la quale il bambino acquisisce progressivamente la capacità di mentalizzare perché qualcuno risponde, in modo congruente, alla sua consapevolezza che le manifestazioni comunicative che indirizza al caregiver sono in grado di "produrre effetti sul suo comportamento e sulle sue emozioni" ¹⁶.

Molti studiosi si sono chiesti come il bambino possa comprendere che ciò che gli viene rimandato è l'emozione, enfatizzata, che lui stesso sta vivendo; a questo proposito alcuni Autori hanno illustrato le modalità con le quali il care-

giver marca in modo saliente le proprie manifestazioni di rispecchiamento affettivo per renderle percettivamente differenziabili dalle espressioni emotive del bambino; Winnicott, del resto, con una potente intuizione clinica che è stata in seguito confermata dagli studi osservativi, aveva sostenuto che “il bambino vede sé stesso nel volto della madre”⁵⁴.

La marcatura è stata definita anche come l'esperienza delle contingenze *elevate ma imperfette*: il caregiver è in grado di riflettere al bambino i suoi stati interni, consentendogli di farne esperienza come qualcosa di proprio e di differenziato rispetto a quelli dell'adulto.

In un secondo tempo, attraverso la modalità del *fare finta*, egli inizierebbe a distinguere la realtà esterna dall'esperienza interna. “*Nello sviluppo normale il bambino integra queste due modalità, arrivando allo stadio della mentalizzazione o modalità riflessiva, in cui gli stati mentali possono essere pensati come rappresentazioni. La realtà interna ed esterna possono allora essere viste come collegate, e nello stesso tempo viene accettato che differiscano per importanti aspetti, e non devono più essere considerate o uguali o scisse l'una dall'altra*”¹⁸.

La capacità di “contenere” mentalmente il bambino, cioè di comunicargli che i suoi atti intenzionali sono stati compresi, di percepire i suoi stati affettivi e i suoi disagi costituisce una caratteristica specifica dei genitori con un modello di attaccamento sicuro²¹.

I genitori sicuri, infatti, sembrano più capaci di esplorare le proprie esperienze infantili anche negative, maggiormente in grado di affrontare gli stati d'ansia dei loro bambini e di rifletterli in modo modulato. Il bambino apprende così ad associare il disagio emotivo con l'esperienza del suo alleviamento, rinforzando la sua capacità di tollerare gli affetti negativi e incrementando la sua fiducia nel fatto che quando sperimenterà nuovamente disagio potrà confidare su una figura di supporto per la regolazione dei suoi stati affettivi^e.

^e Alcuni Autori³¹ hanno ipotizzato che i diversi stili mentalistici dei genitori siano correlati ai pattern di attaccamento del bambino, distinguendo tra relazioni sicure (caratterizzate da uno stile *insightful*), relazioni ambivalenti (caratterizzate da uno stile *one-sided* o a senso unico) e relazioni evitanti (caratterizzate da uno stile *disangaged*).

I risultati della loro ricerca indicano una forte associazione tra stile *insightful* e attaccamento sicuro, mentre l'associazione tra l'attaccamento ambivalente o distaccato del genitore e quello dei figli risulta più debole; gli studi attuali sembrano poter fornire contributi promettenti per la valutazione dell'incidenza della *mindfulness* del genitore sulla qualità dell'attaccamento dei figli, tanto che si può individuare nell'area della mentalizzazione il punto di svolta nella ricerca sul “gap” dei modelli di trasmissione dell'attaccamento.

Conclusioni

Possiamo considerare le esperienze interpersonali come il fondamento della capacità individuale di “mentalizzare”, vale a dire di capire il comportamento interpersonale in termini di stati mentali ²⁸.

Questa capacità non costituisce una competenza cognitiva, ma va intesa come una attitudine a modulare i propri stati emotivi con quelli degli altri che prende corpo e *si espande* nell’ambito dei processi di co-regolazione tra bambino e caregiver.

Infatti, al di là delle differenze temperamentali di cui va tenuto conto, le strategie individuali nella regolazione affettiva emergono dall’esperienza delle interazioni ripetute nella diade primaria, che rivestono in sé una funzione fondamentale nell’acquisizione della capacità di modulazione degli affetti e di una modalità matura di autoregolazione ¹⁷.

La capacità di autoregolazione può essere letta anche all’interno del *frame* dell’attaccamento, per l’attenzione che la teoria pone al tema delle rappresentazioni e dei legami affettivi e della capacità di regolarli e modularli a fini adattivi ¹¹.

Cassidy, nel dar ragione del perché “la regolazione emotiva e la qualità dell’attaccamento sono strettamente connessi” sottolinea come le interazioni con l’adulto consentano al bambino di costruire delle rappresentazioni che generano una certa quota di consapevolezza circa i propri stati interni e le proprie risposte emotive, facilitando la progressiva acquisizione di un’autonomia regolativa ¹³.

In questa sequenza di scambi, il bambino impara ad usare le menti degli altri come “insegnanti” e comprende che il mondo esterno non è *an independently existing given* ¹⁸, ma costituisce un’area di interconnessione tra due realtà, quella esterna e quella interna che, se comprese, danno luogo ad un senso di continuità delle esperienze.

Possiamo ipotizzare che il genitore che si confronta con una modalità *coerente* di affrontare la propria storia sia in grado di consentire al bambino la manifestazione aperta dei propri affetti, infatti, per riprendere le parole di Cassidy, “l’esperienza di sicurezza non si basa su una negazione degli affetti positivi ma sull’abilità di tollerare temporaneamente gli affetti negativi, al fine di avere una padronanza sulle situazioni minacciose o frustranti” ¹³.

Nel clima di affettività mentalizzata che normalmente caratterizza una relazione *adeguata alla crescita psichica*, vengono così a convergere le tre dimensioni fondamentali del concetto di MOI, vale a dire la dimensione interattiva, quella rappresentazionale e la regolazione affettiva.

Queste componenti costituiscono gli ambiti nei quali si apprendono i diversi modi di rapportarsi alla realtà, cioè l’insieme dei processi, delle regole e delle procedure che scandiscono le diverse modalità del vivere insieme.

Riassunto

L'attaccamento, l'*Infant Research* e i modelli relazionali di orientamento psicodinamico convergono nel considerare di particolare interesse per comprendere lo sviluppo emotivo precoce del bambino l'interazione tra ciò che egli porta nella relazione e i modelli rappresentazionali della madre. I bambini e il loro caregiver fanno parte di un sistema regolativo e interattivo nel quale si influenzano e si regolano reciprocamente. L'oggetto di analisi diventa quindi la relazione che può essere considerata il precipitato dello scambio emotivo all'interno del sistema diadico primario. Queste prospettive teoriche hanno influenzato lo studio della psicopatologia e la valutazione degli interventi che vengono maggiormente pensati in senso relazionale.

Bibliografia

- 1 Ainsworth MDS. *Patterns of attachment*. Hillsdale, NJ: Erlbaum 1978.
- 2 Albasi C. *Attaccamenti traumatici. I Modelli Operativi Interni Dissociati*. Torino: Utet 2006.
- 3 Allen JG, Fonagy P. *La mentalizzazione. Psicopatologia e trattamento*. Bologna: Il Mulino 2008.
- 4 Ammaniti M, Stern DN. *Attaccamento e psicoanalisi*. Bari: Laterza 1992.
- 5 Aron L. *Menti che si incontrano*. Milano: Raffaello Cortina 2004.
- 6 Beebe B, Lachman FM. *Infant research and adult treatment: A dyadic systems approach*. Hillsdale, NJ: Erlbaum 2001.
- 7 Beebe B, Sorter D, Rustin J, Knoblauch S. *Confronto tra Meltzoff, Trevarthen e Stern*. Trad. it. In: Carli L, Rodini C. *Le forme di intersoggettività*. Milano: Raffaello Cortina 2008.
- 8 Bowlby J. *Attaccamento e perdita. Vol.1. L'attaccamento alla madre*. Trad. it. Torino: Bollati Boringhieri 1972.
- 9 Bowlby J. *Attaccamento e perdita. Vol.2. La separazione dalla madre*. Trad. it. Torino: Bollati Boringhieri 1982.
- 10 Bowlby J. *Attaccamento e perdita. Vol. 3. La perdita della madre*. Trad. it. Torino: Bollati Boringhieri 1983.
- 11 Calkins SD, Hill A. *Caregiver Influences on Emerging Emotion Regulation: Biological and Environmental Transactions in Early Development*. In: Gross JJ. *Handbook of emotion regulation*. New York: Guildford Press 2007, pp. 229-248.
- 12 Carli L, Rodini C. *Le forme di intersoggettività. L'implicito e l'esplicito nelle relazioni interpersonali*. Milano: Raffaello Cortina Editore 2007.
- 13 Cassidy J. *Emotion regulation: influences of attachment relationship*. In: Fox NA, ed. *Emotion regulation: Behavioral and biological considerations*. Monographs of the Society for Research in Child Development 1994;59:228-249.
- 14 Cavanna D, Zavattini GC. *La consapevolezza interpersonale: riflessioni sull'intersoggettività*. In: Di Nuovo S, Falgares G. *Per una psicologia psicologica. Scritti in onore di Franco Di Maria*. Milano: Franco Angeli 2008, pp. 68-77.
- 15 Damasio A. *Descartes' Error: emotion, reason and the human brain*. London: Vintage 2004.
- 16 Fonagy P. *The interpersonal interpretative mechanism: the confluence of genetics and attachment theory in development*. In Green V, a cura di. *Emotional Development in Psychoanalysis, Attachment Theory and Neurosciences*. Brunner-Routledge: Hove 2003.
- 17 Fonagy P, Gergely EL, Jurist M, Target M. *Regolazione affettiva, mentalizzazione e sviluppo del Sé*. Trad. it. Milano: Raffaello Cortina Editore 2005.
- 18 Fonagy P, Target M. *Attaccamento e Funzione Riflessiva*. Milano: Raffaello Cortina Editore 2001.

- ¹⁹ Freud S. *L'organizzazione genitale infantile*. In: *Opere*. Torino: Bollati Boringhieri 1986, Vol. 9.
- ²⁰ Gallese V, Migone P, Eagle M. *La simulazione incarnata: I neuroni specchio, le basi neurofisiologiche dell'intersoggettività ed alcune implicazioni per la psicoanalisi*. *Psicoterapia e Scienze Umane* XL 2006;3:543-80.
- ²¹ Gergely G. *The social construction of the subjective self: The role of affect-mirroring, markedness, and ostensive communication in self development*. In: Mayes L, Fonagy P, Target M. *Developmental Science of Psychoanalysis*. London: Karnac 2004.
- ²² Gross JJ. *Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences*. *Psychophysiology* 2002;39:281-91.
- ²³ Hesse E. *Manuale dell'attaccamento. Teoria, ricerca e applicazioni cliniche*. Roma: Giovanni Fioriti Editore 2002.
- ²⁴ Hughes DA. *Attachment-Focused Family Therapy*. New York: Norton & Company 2007.
- ²⁵ Klein M. *La psicoanalisi dei bambini*. Trad. it. Firenze: Martinelli 1932.
- ²⁶ Liotti G. *La disorganizzazione dell'attaccamento*. In: Dazzi N, Lingiardi V, Colli A, eds. *La ricerca in psicoterapia*. Milano: Raffaello Cortina 2006, pp. 591-606.
- ²⁷ Mahler MS, Pine F, Bergman A. *La nascita psicologica del bambino*. Trad. it. Torino: Bollati Boringhieri 1978.
- ²⁸ Mayes L, Fonagy P, Target, M. *Developmental Science and Psychoanalysis: Integration and Innovation*. London: Karnac 2007.
- ²⁹ Meltzoff A, Gopnik A. *Il ruolo dell'imitazione nella comprensione sociale e nello di una teoria della mente*. Trad. it. In: Camaioni L, a cura di. *La teoria della mente: origini, sviluppo e patologia*. Roma-Bari: Laterza 1995, pp. 51-95.
- ³⁰ Meltzoff A, Moore M. *Infant intersubjectivity: Broadening the dialogue to include imitation, identity and intention*. In: Braten S, a cura di. *Intersubjective Communication and Emotion in Early Ontogeny*. Cambridge: Cambridge University Press 1994, pp. 47-62.
- ³¹ Oppenheim D, Goldsmith D, Koren-Karie N. *Maternal insightfulness and preschoolers' emotion and behavior problems: Reciprocal influences in a therapeutic preschool program*. *Inf Ment Health J* 2004;25:352-67.
- ³² Piaget J. *La nascita dell'intelligenza nel fanciullo*. Firenze: La Nuova Italia 1968.
- ³³ Rizzolatti G, Craighero L. *The mirror neuron system*. *Annu Rev Neurosci* 2004;27:169-92.
- ³⁴ Rizzolatti G, Sinigaglia C. *So quel che fai. Il cervello che agisce e i neuroni specchio*. Milano: Raffaello Cortina Editore 2006.
- ³⁵ Sameroff AJ, Emde RN. *I disturbi delle relazioni nella prima infanzia*. Torino: Bollati Boringhieri 1989.
- ³⁶ Sameroff AJ, McDonough SC, Rosenblum KL. *Treating parent-infant relationship problems*. The Guilford Press; New York. Trad. it. *Il trattamento clinico della relazione genitore-bambino*. Bologna: Il Mulino 2006.
- ³⁷ Sander LW. *Dove si dirige la ricerca sulla salute mentale del bambino?* 2000. Trad. it. In: Carli L, Rodini C. *Le forme di intersoggettività. L'implicito e l'esplicito nelle relazioni interpersonali*. Milano: Raffaello Cortina 2008.
- ³⁸ Sander LW. *Sistemi viventi*. Milano: Raffaello Cortina 2007.
- ³⁹ Santona A, Zavattini GC. *Intersoggettività e reciprocità nella psicoterapia di coppia*. In: AA. VV. *Psicoterapie: il Sud e il Nord del mondo. La clinica nella prospettiva ecologica*. Milano: Angeli 2008 (in press).
- ⁴⁰ Santona A, Zavattini GC. *Intimità, vicinanza e dis-regolazione nella relazione di coppia*. In: Carli L, Cavanna D, Zavattini GC. *Psicologia delle relazioni di coppia*. Bologna: Il Mulino 2009 (in press).
- ⁴¹ Schore A. *Affect regulation in the repair of the self*. New York: WW Norton 2003.
- ⁴² Siegel D. *The Developing mind*. New York: The Guilford Press 1999.
- ⁴³ Solomon J, George C. *L'attaccamento disorganizzato*. Trad. it. Bologna: Il Mulino 1999.
- ⁴⁴ Sroufe LA. *Emotional Development*. Cambridge: Cambridge University Press 1995.
- ⁴⁵ Stern DN. *Il mondo interpersonale del bambino*. Torino: Bollati Boringhieri 1985.
- ⁴⁶ Stern DN. *Le interazioni madre-bambino*. Milano: Raffaello Cortina 1998.

-
- ⁴⁷ Stern DN. *The present moment in psychotherapy and everyday life*. New York: WW Norton. Trad. it. *Il momento presente*. Milano: Raffaello Cortina 2004.
- ⁴⁸ Stern DN. *Intersoggettività*. In: Person ES, Cooper AM, Gabbard GO, *Psicoanalisi. Teoria, clinica, ricerca*. Milano: Raffaello Cortina 2005, pp. 121-148.
- ⁴⁹ Trevarthen C. *The concept of foundations of infant intersubjectivity*. In: Braten S, a cura di. *Inter-subjective Communication and Emotion in Early Ontogeny*. Cambridge: Cambridge University Press; 1998, pp. 15-46.
- ⁵⁰ Tronick E. *Le emozioni e la comunicazione affettiva nel bambino*. Trad. it. In Riva Crugnola, a cura di. *La comunicazione affettiva tra il bambino e i suoi partner*. Milano: Raffaello Cortina 1999.
- ⁵¹ Tronick EZ. *Gli stati affettivi prolungati del bambino e la cronicità dei sintomi depressivi*. Trad. it. In: Carli L, Rodini C. *Le forme di intersoggettività*. Milano: Raffaello Cortina 2008.
- ⁵² Tronick E. *Regolazione emotiva. Nello sviluppo e nel processo terapeutico*. Milano: Raffaello Cortina 2008.
- ⁵³ Wallin DJ. *Attachment in psychotherapy*. New York: The Guilford Press.
- ⁵⁰ Winnicott, DW. *Sviluppo affettivo e ambiente* Trad. it. Roma: Armando 1970.