PHENOMENA
Research, Conference & Journal

Pubblicato: maggio 2020
doi: 10.32069/pj.2020.2.67

IPOTESI E METODI DI STUDIO

Nutrimi di Storie
Prendersi cura attraverso medium culturali

Milena Mazzara[1], Elena Gigante[1], Domenico Ferrara[1]

[1] SiPGI - Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Gestaltica Integrata

OPEN ACCESS

Citation
Mazzara M., Gigante E., Ferrara D. (2020). Nutrimi di Storie Prendersi cura attraverso medium culturali Phenomena Journal, 2, 54-61. https://doi.org/10.32069/pj.2020.2.67

Direttore scientifico
Raffaele Sperandeo

Supervisore scientifico
Valeria Cioffi

Journal manager
Enrico Moretto

Contatta l'autore
Milena Mazzara
mazzaramilena@gmail.com

Ricevuto: *18 ottobre 2019*
Accettato: *11 maggio 2020*
Pubblicato: *14 maggio 2020*

ABSTRACT

When it comes to personality we intend to refer to peculiarities of the psyche on which the personal identity of an individual is structured. These unique specificities are those that distinguish one individual from others, differentiating each one from the different behavioral response mode and relationship. The development of individual personality takes place during the course of our lives, through modeling and consolidation processes that result in the psychological completion of the adult.
John Bowlby argues that there is an innate urge in small human beings to seek a reference that is capable of giving an adequate response in times of need and danger. This ensures the newborn to survive, which immaturity and ontogenetic inability to satisfy physiological needs would not allow.
Depending on the characteristics of the interaction between the child and the caregiver, attachment styles / patterns will be configured, that is, the thinking and behavior strategies that the child develops to increase the probability of receiving care and protection from his attachment figure.
With this work we hope to verify whether the imaginative world of the story, as a shifted experience of the processes related to attachment, within a cognitive reflection device groupal, allows the mother to acquire greater awareness of the attachment relationship in progress. Furthermore, it is hoped that the acquired awareness will consequently lead to an adjustment and therefore to a change. Through the imaginative world of the story, after listening to the text, mother and child express, each according to their own language, the mother's cognitive and artistic (drawing) the child, what is good and what is instead potentially an obstacle in the relationship in progress. If the process proves valid we will have then landed into an integrated method for secondary prevention in the development of the child during the period of second childhood.

KEYWORDS
Attachment, stories, methodology.

ABSTRACT IN ITALIANO

Quando si parla di personalità intendiamo riferirci alle peculiarità della psiche su cui l'identità personale di un individuo si struttura. Sono proprio queste singolari specificità che distinguono un individuo dagli altri, differenziandolo anche nelle modalità di risposta comportamentali e di relazione. Lo sviluppo della personalità individuale avviene durante il corso della nostra vita, attraverso processi di modellamento e consolidamento che sfociano nel completamento psicologico dell'adulto.
John Bowlby sostiene che nei piccoli esseri umani vi è presente un'innata spinta a ricercare un riferimento che sia capace di dare adeguata risposta nei momenti di bisogno e pericolo. Ciò garantisce al neonato quella sopravvivenza che l'immaturità e l'incapacità ontogenetica di soddisfare i propri bisogni fisiologici non permetterebbero.
A seconda delle caratteristiche dell'interazione tra il bambino e il caregiver si configureranno degli stili / pattern di attaccamento, ossia delle strategie di pensiero e di comportamento che il bambino sviluppa per aumentare la probabilità di ricevere cura e protezione dalle sue figure di attaccamento.
Con questo lavoro ci si auspica di verificare se il mondo immaginativo del racconto, quale *esperienza traslata* dei processi relativi all'attaccamento, all'interno di un dispositivo di riflessione cognitiva gruppale, permetta alla madre di acquisire maggiore consapevolezza della relazione di attaccamento in atto. Inoltre ci si auspica che la consapevolezza acquisita comporti, di conseguenza, un aggiustamento e quindi un cambiamento. Attraverso il mondo immaginativo del racconto, dopo l'ascolto del testo, madre e bambino esprimono, ognuno secondo il proprio linguaggio, cognitivo la madre e artistico (disegno) il bambino, cosa è buono e cosa invece potenzialmente di ostacolo nella relazione in atto. Qualora il processo risulterà valido saremo approdati ad un metodo integrato per la prevenzione secondaria nello sviluppo del bambino nel periodo della seconda infanzia.

PAROLE CHIAVE
Attaccamento, racconti, metodologia.

Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0)

Introduzione

L'interesse per lo sviluppo umano è imprescindibile nel lavoro di uno psicoterapeuta. Prestare attenzione alle diverse funzioni psicologiche e su come ognuna di queste funzioni agisce nel processo evolutivo, permette di cogliere la formazione dell'unità psico-socio-relazionale dell'individuo, quale soggetto e come persona.
Il processo si esplica in una forma graduale, e attraversa le diverse fasce di età, evolvendosi in una serie di cambiamenti, il cui manifestarsi è influenzato dallo sviluppo dei processi cognitivi ed affettivi e dalle componenti ambientali e sociali.
Per personalità intendiamo le peculiarità psichiche su cui si struttura l'identità, specificità che lo distinguono dagli altri, differenziandolo nelle modalità di risposta comportamentale e di relazione. Lo sviluppo della personalità individuale si esplica durante il corso della nostra vita, attraverso processi di modellamento e consolidamento che sfociano nel completamento della crescita psicologica dell'adulto [1]. Ma come possiamo effettuare una lettura dell'influenza dell'ambiente primario nello sviluppo del bambino, dove per ambiente primario intendiamo i genitori? La teoria dell'attaccamento ci offre una possibilità osservativa, ritenendo il funzionamento mentale dell'individuo basato su sistemi motivazionali interpersonali quali attività mentali complesse, e in gran parte inconsce, con la funzione di organizzare i comportamenti orientandoli ad uno scopo. John Bowlby sostiene che nei piccoli esseri umani vi è presente un'innata spinta a ricercare un riferimento che sia capace di dare adeguata risposta nei momenti di bisogno e pericolo [2]. La figura di attaccamento, costituisce il legame privilegiato verso cui sono dirette e con cui si cimentano le aspettative innate del piccolo, prima ancora dell'inizio del legame di attaccamento propriamente detto. La figura di attaccamento svolge diversi ruoli: fornisce le invalidazioni proporzionate che spingono il sistema cognitivo ad accogliere i nuovi dati che non trovano spazio nei vecchi schemi; agisce da facilitatore dei meccanismi di assimilazione, stimolando l'applicazione di uno schema di azioni ad oggetti diversi e quindi generalizzandone l'utilizzo; promuove la creazione di un contesto significativo, attribuendo significati socialmente condivisi ad uno schema. A seconda della risposta del caregiver il bambino sviluppa quindi dei sistemi di lettura dell'ambiente, operando delle aspettative in merito agli avvenimenti futuri su di sé, sugli altri e sul mondo, ovvero dei modelli interiori di sé-con l'altro, cioè dei modelli in base ai quali si costruiranno tutte le relazioni [3].
Da questi presupposti nasce la necessità clinica di voler costruire una metodologia che consenta di osservare, partecipando, l'attaccamento madre-bambino e di agevolare consapevolezza e conoscenza, attivando o riattivando processi psichici relazionali mobilizzati e modificabili, in direzione di un cambiamento. Si vuole assumere una metodologia di aiuto basata su:

- non direttività; con il presupposto rogersiano di base che ogni essere umano tende all'attualizzazione del sé;
- consapevolezza; ritenendo che il prendere coscienza di alcuni funzionamenti possa far approdare a modifiche ed aggiustamenti;

- stimoli/mediatori narrativo-immaginativi (i racconti); assumendo questa tipologia di stimoli come agevolatori di riflessione sublimata di processi interni ed esterni.
Nello specifico si intende produrre un *dispositivo di lavoro psichico* in contesti di piccolo gruppo, rivolti a mamme e bambini di età compresa tra i 4/8 anni, mediati da un oggetto culturale (il racconto). Si assume l'idea di base che la qualità del mediato (inteso come ponte, tramite, strumento che media, che agevola, che stimola riflessione) svolga un ruolo specifico insieme ai processi di gruppo sottostanti, a cui sono interrelati. Da un lato il racconto svolge una indubbia azione di stimolo immaginativo, riproponendo su un versante narrativo i pattern interni, le vicende intrapsichiche e relazionali; dall'altro i processi interiori vengono esteriorizzati e diventano meglio consapevolizzati, attraverso il verbale e una scheda cognitiva. I racconti strutturati appositamente, trattano tematiche relative alle fasi di sviluppo di una relazione di attaccamento, portando importanti messaggi alla mente conscia, preconscia e subconscia. Permettono inoltre di attraversare, su un versante immaginativo, ciò che alla consapevolezza potrebbe essere di difficile accesso, stimolando una nuova possibilità di scelta. L'originalità dell'intento sta nel tentativo di poter prevenire il consolidarsi di una relazione insicura di contatto, che possa in alcuni casi progredire e sclerotizzarsi in sistemi disorganizzati e riflettersi negativamente sullo sviluppo della personalità dell'individuo.

Evidenze della letteratura

La teoria dell'attaccamento elaborata da John Bowlby [4], sostiene che nei cuccioli dei mammiferi e nei piccoli esseri umani è presente una tendenza innata, pre-programmata e automatica di ricerca di una figura adulta in grado di fornire cura e protezione, nei momenti di bisogno e pericolo. Ciò garantisce al neonato quella sopravvivenza che l'immaturità e l'incapacità ontogenetica di soddisfare i propri bisogni fisiologici non permetterebbero.
Che cosa ci orienta a definire una relazione di attaccamento? Elenco qui a seguire tre caratteristiche distintive [5]:
1) Il bisogno di avere vicino una figura di riferimento;
2) Uno specifico clima di sicurezza e di fiducia;
3) L'espressione di comportamenti orientati a ricercare l'attenzione della figura di riferimento.
Mary Ainsworth [6] e, a seguire J. Bowlby (1988), hanno dato considerevole importanza al costrutto di base sicura, ritenendo che la sua essenza consiste nella creazione di un "trampolino" per la curiosità e l'esplorazione del mondo.
Le figure primarie hanno quindi questa fondamentale peculiarità, ovvero costituire la base di sicurezza che permetta ai figli di spingersi verso esperienze di autonomia e di ritornare, quando necessario, per ricevere risposte accudenti o gesti protettivi [7].
J. Bowlby [8] sostiene che l'individuo si orienta nel mondo attraverso dei modelli operativi presenti all'interno di ognuno di noi, ovvero delle lenti di lettura che si

strutturano fin dai primi anni di vita e che rimangono relativamente invariate fino all'età adulta; queste lenti sono necessarie perché utilizzate per predire il mondo e mettersi in relazione con esso [9].

Gli stili/pattern di attaccamento si configurano in funzione delle caratteristiche dell'interazione tra il bambino e il caregiver, ossia delle strategie di pensiero e di comportamento che il bambino sviluppa per aumentare la probabilità di ricevere cura e protezione dalle sue figure di attaccamento: sicuro (bambini in grado di cercare attivamente la vicinanza con il loro caregiver, di comunicare i propri stati mentali e sentimenti in un clima di accoglienza, di esplorare attivamente l'ambiente che lo circonda con una rappresentazione di sé caratterizzata dall'idea di essere degno di ricevere amore e cura), evitante (stile caratteristico di quelle relazioni in cui il caregiver ha difficoltà a rispondere in maniera pronta e sensibile alle richieste del bambino o minimizza le difficoltà del piccolo relazionandosi con lui in maniera poco sintonica. Il bambino tenderà a mostrarsi emotivamente indipendente e autosufficiente e svalutante verso le figure di attaccamento di cui tuttavia ne necessita la vicinanza), ambivalente (i comportamenti d'attaccamento vengono iperattivati a causa delle risposte sporadiche, imprevedibili e incoerenti del caregiver), disorganizzato (assenza di una strategia organizzata e precisa per reagire al bisogno di protezione e cura in quanto il caregiver tende a perdere facilmente il controllo o ad assumere comportamenti disadattivi). A partire dai diversi stili di attaccamento, il bambino interiorizza sistemi di rappresentazione, pensieri e aspettative che costituiranno i M.O.I. e che condizioneranno le relazioni e i comportamenti futuri. Le ricerche orientate ad approfondire la relazione con le figure di attaccamento hanno evidenziato che i M.O.I. processualmente possono ristrutturarsi, grazie a nuove esperienze relazionali intessute durante il ciclo di vita [10].

Importanti correlazioni sono state riscontrate tra le modalità relazionali di attaccamento dei genitori e dei figli, descritte come "trasmissione intergenerazionale dell'attaccamento" [7].

Anche Winnicott ha sempre occupato un ruolo importante nella lettura dello sviluppo del bambino, prestando maggiormente attenzione allo sviluppo del Sé all'interno della relazione madre-bambino. In un bambino il proprio potenziale genetico può gradualmente evolversi attraverso le specifiche cure materne che vanno a costruire e costituire la continuità dell'essere [11]. Anche all'interno di questa concettualizzazione teorica la maturazione del bambino emerge all'interno di un'unità mamma-figlio, attraverso funzioni che facilitano uno sviluppo sano. Le funzioni sono: l'holding, l'handling, l'object relating. Queste funzioni permettono al Sé di strutturarsi attraverso il contenimento e la manipolazione, sperimentando quell'area che non appartiene né alla mamma né al bambino, ovvero i contesti di gioco, nei quali si acquisisce il concetto di spazio tra dentro e fuori. In questo spazio il bambino può imparare a sostenere l'angoscia sperimentata durante l'allontanamento/separazione e può approdare ad un'identità che contiene la percezione di persistenza dell'essere [12]. Piaget ha prestato maggiore attenzione a come si costituisce la conoscenza nello sviluppo del bambino, centrando gli studi sui processi cognitivi. Individuò una sostanziale dif-

ferenza tra il modo in cui il bambino opera un pensiero e su come lo elabora l'adulto; altresì sottolineò la correlazione tra l'intelligenza e la competenza adattiva all'ambiente circostante socio-relazionale. Lo sviluppo quindi si origina nell'individuo e il suo sviluppo può essere influenzato da elementi esterni, che però non possono esserne la causa [13].

Stern può essere rappresentato come un ponte tra la psicoanalisi e la psicologia dello sviluppo. Sostiene che vi sia una organizzazione preesistente che si origina nella diade madre-bambino, definendo il Sé frutto di una interazione sociale. Il Sé si sviluppa nelle esperienze relazionali con la figura di riferimento e solo in un secondo momento processuale il bambino comincia ad avere uno spazio più attivo nelle diverse modalità di scambio interattivo [14]. Ed è sempre nello scambio interattivo con il caregiver, in questo spazio di relazione significativa, che il bambino struttura un proprio modo di rappresentarsi il mondo [15]. Evidente risulta inoltre dagli studi di neuroscienze, l'influenza delle relazioni significative sui processi neuronali e loro maturazione e quindi sulle attività inerenti la memoria, le componenti emotive, la narrazione autobiografica, le rappresentazioni e stati della mente. Una relazione significativa è quindi fondamentale che sia costituita da sostanziale sicurezza; al contrario può comportare un rischio importante per la salute psico-fisica [16]. Saper modulare adeguatamente le emozioni è base processuale per lo sviluppo del Sé; e sono proprie le interazioni, gli scambi relazionali e comunicativi tra caregiver e figlio che si riflettono sullo sviluppo delle capacità di autoorganizzazione del bambino [17].

Riferimenti epistemologici del modello

L'interesse di utilizzare i racconti per leggere e contemporaneamente intervenire sulla relazione madre-bambino è nato dall'intento di trovare uno strumento analogico, che permetta di osservare, conoscere e fare esperienza delle caratteristiche della relazione in atto.

I racconti e le fiabe permettono di attivare il "mundus imaginalis" e stimolano la riflessione e la conoscenza sulle proprie modalità relazionali e sui propri legami di attaccamento.

Le tecniche immaginative rimandano a metodi antichissimi di cura che ritroviamo tanto nella cultura greca (si veda il culto di Esculapio), quanto nelle culture sciamaniche amerinde.

Inoltre, a partire dall'infanzia, fase evolutiva in cui l'individuo struttura la capacità di comprendere il senso della sua presenza nell'universo, i racconti possono esser utilizzati come mezzi attraverso cui leggere la realtà circostante ed attribuirgli significato; sono mezzi fondamentali per avere accesso a concetti complessi come le leggi, i valori e, in alcuni casi, i comportamenti dell'essere umano.

Un racconto è immagine quando racchiude qualcosa che non risulta esplicita o di immediata comprensione: quando implica significati più profondi, non chiaramente precisati. Il ricorso a fiabe e racconti per sollecitare sia il mondo immaginale del bambino che la riflessione cognitiva nei genitori non si riduce soltanto ad una mera

presentazione di stimoli che permettano di elicitare e approfondire commenti, bensì può rendere visibile le profonde emozioni connesse agli aspetti immaginativi di ciascun racconto.
Mentre in figura il racconto funge da stimolo, nello sfondo la cornice empatica caratterizzata da accoglienza ed accettazione incondizionata riferiti al modello rogersiano, accompagnano la diade in una evoluzione che si processa e sviluppa naturalmente, all'interno di un nuovo holding che contiene, ed è caratterizzato da fiducia, sospensione del giudizio e apertura al cambiamento responsabile. Il gruppo viene utilizzato per promuovere la crescita della persona, nonché il miglioramento della comunicazione e delle relazioni interpersonali, sia quale esperienza diretta che indiretta [18].
Il gruppo di bambini e genitori, facendo riferimento al pensiero di Winnicott, può essere pensato come uno "spazio di gioco" con molteplici valenze riferibili da un lato alla processualità intrapsichica, intesa come svolgersi "interno" del Sè, e dall'altra, ai legami che organizzano la costruzione della dimensione relazionale e intersoggettiva [12].
Il processo sarà scandito riferendosi alla spirale di contatto quale circuito esperienziale di adattamento del Sé, intervallata da figure e forme in compimento [19], in un campo percettivo di continuo interscambio individuo – ambiente [20].

Ipotesi di studio

Obiettivi dello studio sono:

- verificare se il mondo immaginativo del racconto proposto come *esperienza traslata* dei processi relativi all'attaccamento, possa permettere alla madre, di approdare ad una consapevolezza maggiore rispetto al *cosa risulta funzionale nella relazione e cosa invece necessita di aggiustamento* (Ascoltare il racconto – riflessione cognitiva su di me in relazione con mio figlio – attraverso una scheda specifica con domande di sollecito – prendo atto di ciò che funziona e ciò che funziona meno bene);
- se il confronto gruppale agevola, potenzia la consapevolezza attraverso un confronto/ riflessione cognitiva sull'immaginato;
- costruire una metodologia processuale dove il gruppo fa da sfondo e la gestalt da cornice, e in cui gli strumenti stimolo sono: il racconto; il disegno; la scheda di riflessione cognitiva (al momento in fase di elaborazione); il disegno; la relazione gruppale.

Metodologia e strumenti

Si utilizzerà il **gruppo a mediazione** [21], dove il gruppo fa da sfondo di contesto, con impianto rogersiano in una cornice gestaltica, ed il racconto funge da forma di comunicazione di genere narrativo che stimola l'immaginativo, quale "campo di esperienza utilizzato per dire qualcosa a proposito di un altro campo di esperienza" [22].

Gli strumenti nello specifico saranno:

- n. 5 racconti, ideati e trascritti appositamente per il percorso; le tematiche dei racconti sono orientati a stimolare la riflessione su: base/posto sicuro, separazione/individuazione, protesta/ribellione, autonomia/differenziazione).
- n.1 scheda con domande stimolo specifiche orientate sul tema della relazione/attaccamento madre-bambino (da somministrare alla mamma nell'avvio al post contatto di ogni incontro);
- disegno libero in cui il bambino esprimerà l'elemento principale colto durante l'ascolto del racconto (da eseguire nell'avvio al post contatto di ogni incontro) (al fine di individuare da quale contenuto maggiormente è stato attratto in termini di libera associazione).

Risultati attesi e Conclusioni

Ci si auspica di validare il processo attraverso:

- un confronto attivo/interattivo con le mamme nella fenomenologia del processo; raccogliere i feedback delle stesse a chiusura di ogni incontro, per individuare eventuali nuove consapevolezze apprese ed eventuale percezione o intenzionalità di cambiamento nell'assetto relazionale con il figlio;
- Somministrazione di uno specifico questionario/scala di lettura della relazione di attaccamento, da somministrare alle mamme pre e post (la tipologia del questionario o della scala è ancora da individuare).

Discussioni e prospettive future:

Il passo successivo della ricerca sarà mettere in concreto quanto ipotizzato: strutturare un gruppo di mamme e bambini per attivare il dispositivo e quindi verificarne gli effetti qualitativamente e quantitativamente.

Riuscire ad avere una metodologia di processo che agevoli nelle mamme la riflessione e la consapevolezza sulla loro modalità di stare in relazione con il bambino, in un contesto di apprendimento gruppale e di confronto, ci permetterebbe di poter incidere precocemente sui sistemi di relazione e quindi di rinsaldare la base sicura, necessaria per lo sviluppo di una sana personalità.

BIBLIOGRAFIA

1. Holmes, J. (1994). *La teoria dell'attaccamento. John Bolwby e la sua scuola*. Raffaello Cortina.
2. Bowlby, J. (1989). *Una base sicura*. Raffaello Cortina.
3. Fonagy, P. (2005). *Psicoanalisi e teoria dell'attaccamento*. Raffaello Cortina.
4. Bowlby, J. (1969). *Attaccamento e perdita-Volume primo: L'attaccamento alla madre*.
5. Stevenson-Hinde, J. (1982). *The place of attachment in human behavior.* Tavistock Publications.
6. Ainsworth, M. D. S. (2006). *Modelli di attaccamento e sviluppo della personalità: scritti scelti*. Raffaello Cortina.
7. Baldoni, F. (2007). Modelli operativi interni e relazioni di attaccamento in preadolescenza. *Crocetti, G., Agosta, R.,(a cura di): Preadolescenz. Il bambino caduto dalle fiabe. Teoria della clinica e prassi psicoterapeutica. Pendragon, Bologna, 57-77*.
8. Bowlby, J. (1975). Attaccamento e perdita. La separazione dalla madre. *Vol. II. Torino: Bollati*.
9. Lorenzini, R., & Sassaroli, S. (1995). *Attaccamento, conoscenza e disturbi di personalità*. Raffaello Cortina.
10. Verardo, A. R. (2016). *Attaccamento traumatico: il ritorno alla sicurezza: il contributo dell'EMDR nei traumi dell'attaccamento in età evolutiva*. Giovanni Fioriti Editore.
11. Winnicott, D. W. (2004). *Psicoanalisi dello sviluppo*. Armando Editore.
12. Winnicott, D. W. (1971). *Gioco e realtà*. Armando editore.
13. Piaget, J., Petter, G., Garau, B., & Inhelder, B. (1981). *La rappresentazione dello spazio nel bambino*. Giunti Barbèra.
14. Stern, D. N., Biocca, L. M., & Biocca, A. (2012). *Il mondo interpersonale del bambino*. Bollati Boringhieri.
15. Stern, D., & Chiari, S. (1982). *Le prime relazioni sociali: il bambino e la madre*. Armando.
16. Siegal, D. J. (2001). La mente relazionale. Neurobiologia dell'esperienza interpersonale.
17. Tondi, F. (2018). Daniel Hill, Teoria della regolazione affettiva. Un modello clinico. Prefazione di Allan Schore. A cura di Renata Tambelli. Trad. *Psicoterapia e Scienze Umane, 52*(1), 148-149.
18. Marrone, A. (2001). Incontrare per incontrarsi: I fattori facilitanti la crescita e il cambiamento nei gruppi di incontro. *Da persona a persona. Rivista di Studi Rogersiani, 1,* 135-169
19. Goodman, F. P. R. H. P. (1997). *Teorie e Pratica della Terapia della Gestalt*. Astrolabio, Roma.
20. Lewin, K. (2005). *La teoria, la ricerca, l'intervento*. Il Mulino.
21. Vacheret, C. (2008). Foto, gruppo e cura psichica. *Il Fotolinguaggio come metodo psicodinamico di mediazione nei gruppi*. Liguori Editore.
22. Arzilli, D. (2014). La costruzione delle fiabe in psicoterapia dell'infanzia. *Costruttivismi, 1,* 196-207.