

Teoriile Atașamentului

Orha-Iliescu Laura-Diana

Rezumat

Teoria atașamentului are o importanță fundamentală pentru înțelegerea tulburărilor grave ale personalității. În ceea ce privește geneza unei tulburări a personalității, este necesar să se ia în considerație atât diferențele temperamentale deja prezente la naștere determinate genetic, precum și unul din factorii care contribuie la condiționarea calității interacțiunilor psiho-sociale cum ar fi stilul de atașament. Central în teoria lui Bowlby este conceptul de comportament relativ la atașament studiat apoi în profunzime de alți cercetători cu ajutorul unei strategii de observare particulare dezvoltate de Mary Ainsworth. Un avantaj al focalizării acestui tip de comportament constă în faptul că el este ușor de observat și cuantificat și că, în același timp, se poate acorda cu ușurință atenție atât comportamentelor ce relevă căutarea proximității, cât și acelor ce relevă opusul. Mary Main extinde perspectiva teoriei atașamentului studiind istoria de viață a adultului cu referire la sistemul de atașament (figura principală și figurile secundare de atașament), încercând să determine o corespondență între tipurile de atașament descrise în mica copilărie și comportamentele adultului posibil manifeste în intimitate, în cuplul cu partenerul de sex opus, dar mai ales în cele cu proprii copii. atașamentul joacă un rol foarte important în dezvoltările manifestărilor psihopatologice ale copilului sau adultului și înțelegerea lui contribuie la identificarea strategiilor necesare de intervenție asupra tulburărilor.

Cuvinte cheie: atașament sigur, atașament nesigur, atașament dezorganizat, beneficiile atașamentului, repercursiunile atașamentului nesigur, copil, adult.

Teoria atașamentului are o importanță fundamentală pentru înțelegerea tulburărilor grave ale personalității. În ceea ce privește geneza unei tulburări a personalității, este necesar să se ia în considerație atât diferențele temperamentale deja prezente la naștere determinate genetic, precum și unul din factorii care contribuie la condiționarea calității interacțiunilor psiho-sociale cum ar fi stilul de atașament. Variațiile gradului în care sunt prezente la naștere dimensiuni de temperament precum căutarea noutății, evitarea monotoniei, agresivitatea

contribuie la influențarea calității tranzacțiilor dintre copil și aceia care-l îngrijesc, în definitiv a stilului de atașament. Hay (1980) a precizat că un atașament sigur este o preachiziție fundamentală a învățării. Acest cercetător a afirmat că până și urmărirea figurii de atașament are funcția de a facilita învățarea. Atașamentul devine astfel o fază obligatorie a procesului de învățare, deci a dobândirii caracterului, a doua dimensiune majoră a personalității achiziționată prin învățare. Concepțiile bazate pe teoria atașamentului tratate amplu în lucrările grupului lui Guidano, Liotti și Reda (Guidano și Liotti, 1983; Reda, 1986; Guidano, 1987; Liotti, 1991) permit, pe baza analizei tipului de atașament, să se facă predicții asupra principalelor caracteristici ale tulburării de personalitate ce se vor întâlni mai târziu în viața adultă.

John Bowlby s-a desprins foarte repede de concepția motivațiilor umane centrată pe gratificarea pulsionilor primare dezvoltată de Freud și, utilizând o abordare etologică, a fost preocupat să demonstreze că atașamentul la o figură principală este un proces independent și primar, ce reprezintă o caracteristică universală a primatelor, inclusiv omul, și că este prezentă chiar și la specii inferioare. După John Bowlby, atașamentul este o clasă de comportamente sociale cu o funcție specifică proprie, care este în mod esențial aceea de a putea menține proximitatea cu o altă ființă a propriei specii considerate mai puternice și în măsură să protejeze. Nevoia de atașament face parte din necesitățile de bază ale ființei umane, este înăscută și are drept scop supraviețuirea. Interacțiunea genotipului cu factorii de mediu: stimuli, persoana de referință și nișa de protecție duc la formarea matricei primare de atașament. Securitatea s-ar defini prin asigurarea unui spațiu în care nivelul de stres perceput de copil e minimum și prin faptul că-i permite o explorare interesantă, stimulativă, cu stimuli pozitivi, interesanți pentru constituirea unei matrice de atașament sigur. Prin repetări și experiențe succesive, se structurează scheme comportamentale, care asigură formarea unui sistem coerent, cu semnificații clare pentru partenerii în acțiune, generând la copil un tip de atașament sigur. Absența fizică a persoanei care acorda îngrijiri sau incoerența și inconsistența stimulilor, impredictibilitatea cu care îl invadează sau îl lasă în așteptare, oscilațiile de intensitate imprevizibile ale stimulilor, bruschețea manipulărilor sau absența oricărei atingeri creează un haos în interpretări care nu lasă loc sistematizărilor și decodărilor necesare și ca urmare, vor conduce la formarea unei matrice de atașament nesigur sau dezorganizat. O precizare importantă a lui Bowlby este că dezvoltarea atașamentului și vicisitudinile sale succesive presupun prin definiție o diadă adul-țcopil aflată în interacțiune. Pentru crearea unui

sistem de atașament, cei doi parteneri trebuie să participe activ în acest sistem într-un mod comprehensibil unul pentru altul. Interacțiunea, necesitând acordaj afectiv la început mai ales din partea adultului, presupune integritatea senzorială a celor doi (comunicare din priviri, atingeri, poziții confortabile în contact strâns, recunoaștere reciprocă prin mirosuri, gusturi), care, legate de prezența reconfortantă, dau sensul „împărtășirii” (sharing). Astfel, adultul găsește pentru copil, explică, “traduce”, “decodează” semnificația mediului complex, redându-i copilului informația procesată de cele mai multe ori prin comunicare non-verbală dintr-un sistem senzorial în altul. Așa își reprezintă sugarul lumea în semnificația ei pentru ființa sa în acea conjunctură în prezența și proximitatea celuilalt, care devine investit cu încredere sau suspiciune, prin suprapunere cu propriile trăiri. Un adult, el însuși cu un sistem de atașament sigur doândit în interacțiune cu proprii părinți într-o nișă stabilă, are toate șansele să transmită același tip de atașament copilului.

Interesul arătat teoriei lui Bowlby asupra atașamentului (1969/1982, 1973, 1980) datează de scurt timp. Investigațiile sale au început prin observarea bebelușilor ce se aflau în cămine, separați de familie pentru o lungă perioadă de timp. Copiii protestau adesea vehement, plângeau și aruncau cu obiecte în căutarea protectorilor. De cele mai multe ori, protestele intense aduceau înapoi persoana la copil. Dacă însă protestul vehement nu reușea să aducă înapoi persoana dorită, copiii intrau în al doilea stadiu – disperarea – și deveneau tăcuți. Dacă, în final, copiii nu erau reușiți cu protectorii, intrau în cel din urmă stadiu: detașarea. În această perioadă copilul își reia activitatea normală, în absența protectorilor, căpătând adeseori independența. Pe baza acestor observații s-au delimitat trei stiluri de atașament, ce reprezentau natura interacțiunii dintre protector și copil: atașamentul securizant, în care protectorul este sensibil și răspunde nevoilor acestuia; atașamentul evitant, în care protectorul este distant și nu este disponibil; atașamentul anxios-ambivalent, în care protectorul prezintă o inconsistență în comportamentul său, ori nu răspunde deloc.

Modele internalizate de reprezentare a atașamentului conform lui Bowlby, în primul an de viață, un copil, prin experiențele timpurii cu persoanele de îngrijire, dezvoltă o reprezentare mintală a sinelui și a figurilor de atașament ce rămân destul de stabile în timp. Modelele internalizate de reprezentare a sinelui și a celorlalți au scopul de a organiza și procesa informații referitoare la atașament și de a planifica acțiunile viitoare. În etapele următoare, reprezentarea atașamentului de copilul mic devine fundamentul dezvoltării personalității sale. Bazat pe modelele internalizate de reprezentare a atașamentului, copilul mic și, mai târziu,

preșcolarul, școlarul, adolescentul și adultul dezvoltă expectanțe despre sine și alții ca fiind dorit sau nedorit, demn de îngrijiri și protecție din partea altora, disponibili sau indisponibili spre a i-o oferi. Modelul internalizat de reprezentare a atașamentului mamă-copil constituie doar o primă etapă, ființa umană orientându-se spre un sistem individual, caracterizat printr-o reglare internă a sinelui atât la nivel cognitiv, cât și emoțional. Reglarea emoțională, atât la nivel intrapsihic, cât și interpersonal, reprezintă o achiziție fundamentală a dezvoltării psihologice a copilului. Emoțiile joacă un rol important pentru a ajuta la evaluarea mediului înconjurător, a disponibilității figurilor de atașament și, nu în ultimul rând, în a menține un sens al siguranței interioare. Aceste funcții de reglare operează pe două niveluri:

1. la un nivel de bază al emoțiilor, precum teama și disconfortul, activează sistemul de atașament și comunică mamei/persoanei de îngrijire nevoia copilului de protecție și confort;
2. la un nivel mai înalt, emoțiile asigură copilului feed-back-uri despre încercările sale reușite de a obține confort și de a menține o relație, cu un “celălalt” semnificativ pentru sine.

1. Tipuri de atașament la copil și adult

Central în teoria lui Bowlby este conceptul de comportament relativ la atașament (“attachment behavior”), studiat apoi în profunzime de alți cercetători cu ajutorul unei strategii de observare particulare dezvoltate de Mary Ainsworth (Ainsworth și alții, 1978; Main&Weston, 1982). Un avantaj al focalizării acestui tip de comportament constă în faptul că el este ușor de observat și cuantificat și că, în același timp, se poate acorda cu ușurință atenție atât comportamentelor ce relevă căutarea proximității, cât și acelor ce relevă opusul (evitarea proximității).

1.1 Mary Ainsworth

Ea este cel de-al doilea pionier al teoriei atașamentului, a elaborat bine cunoscutul experiment “Strange Situation” prin care se pot observa modelele internalizate de reprezentare a atașamentului, formate deja la 1 an/1 an și jumătate. Această procedură supune copilul la șapte situații a câte trei minute, total 21 de minute, urmărind interacțiunile, respectiv atitudinea dintre cei doi parteneri ai diadei, mama și copilul, în condiții de stres prin schimbare de mediu și în prezența unei persoane nefamiliare copilului. Camera în care decurge experimentul este un mediu nou, straniu pentru copil și, în același timp, este un

mediu interesant, plin de jucării, de noutăți interesante de explorat. Comportamentul copilului este cotate de cercetători în faza de reuniune cu mama care l-a lăsat 3 minute cu o persoană străină și a revenit, ca apoi să îl lase din nou singur pentru 3 minute, urmând să revină mama după alte 3 minute. În acest experiment, atenția se concentrează asupra comportamentului manifestat de copil în toate episoadele, pentru a vedea dacă acesta se simte mai bine în prezența mamei. În urma acestui experiment devenit clasic, se pot descrie următoarele tipuri de atașament:

1.1.1 Copilul atașat sigur: Este supărat când mama pleacă lăsându-l în acest loc străin, dar la întoarcerea mamei caută proximitatea ei și acceptă confortul care i se oferă. De asemenea, poate fi puțin afectat de plecarea mamei, dar la revenire îi adresează un zâmbet sau îi caută privirea și se lasă mângâiat.

1.1.2 Copilul cu atașament nesigur

- **anxios-evitant:** Este nesigur în explorare, se desprinde greu de mama, este rezervat și timid, la plecarea mamei se calmează greu, după reîntâlnire, deși se lasă luat în brațe, păstrează o mică barieră (fie o mână, un cot) între corpul mamei și al său fiind vigilent, conform experiențelor anterioare.

- **anxios-rezistent:** Pare hiperkinetic, nu explorează mediul sau o face inconstant, la plecarea mamei este inconsolabil, iar la întoarcerea ei nu se lasă luat în brațe, ci se zbate, se lovește încercând “să scape”, fuge departe, este rezistent la consolare dorind printr-o astfel de strategie să transmită toată nefericirea acumulată, de teama că nu este înțeles corect în încercările lui de a face față stresului.

- **ambivalent:** Copilul este anxios după despărțirea de mama; este afectat în timpul separării; ambivalent, când caută și evită simultan contactul cu mama.

1.1.3 Copilul cu atașament dezorganizat: Explorează mediul haotic, fără scop. La plecarea mamei, se lasă consolată de persoane străine, prezintă un comportament adeziv sau indiferent, atât față de străini, cât și față de părinte, nu pare să diferențieze persoanele familiare de cele străine sau pare indiferent față de tot sau toate. Acești copii se pare că au o istorie în care nu s-au putut atașa de nici un adult semnificativ, fie prin absența fizică a acestuia, fie că nu era disponibil (boală, alcoolism, depresie), existând pentru acești copii un risc extrem de înalt în personogeneză, cât și pentru psihopatologie sau o existență marginală.

1.2 Mary Main

Ea extinde perspectiva teoriei atașamentului studiind istoria de viață a adultului cu referire la sistemul de atașament (figura principală și figurile secundare de atașament), încercând să determine o corespondență între tipurile de atașament descrise în mica copilărie și comportamentele adultului posibil manifeste în intimitate, în cuplul cu partenerul de sex opus, dar mai ales în cele cu proprii copii. “Interviul de Atașament al Adultului” (The Adult Attachment Interview, AAI), dezvoltat de Nancy Kaplan și Mary Main, cere individului să reflecteze asupra relațiilor de atașament precoc și asupra experiențelor acestuia în acest sens. Pe baza acestui interviu putem descrie următoarele tipuri de atașament la adult, corelate cu tipurile de atașament din mica copilărie și respectiv tipul de atașament care se poate dezvolta la copiii acestor adulți.

1.2.1 Adultul atașat autonom

În copilărie a fost atașat sigur, a dobândit un grad de independență, autonomizare, poate descrie coerent experiențele proprii de atașament, chiar dacă sunt dureroase. Este capabil de realizarea cu ușurință a proceselor de adaptare. Detașare, fiind încrezător în unicitatea și forța cuplului și a capacităților fiecăruia de a reface echilibrul temporar pierdut. Poate descrie dificultăți cu părinții, inclusiv traume sau abandon, dar își menține o înțeleaptă balanță în integrarea trecutului cu experiențele sale actuale. În relația cu copilul prezintă încredere în sine ce-i permite creativitate, flexibilitate în această relație. Calmează și reconfortează partenerul (copilul etc.) într-o relație de plăcere împărtășită, imprimând copilului un atașament sigur, iar partenerului adult, securizare.

1.2.2 Adultul cu atașament dezinteresat (indiferent)

În copilărie corespunde unui atașament ambivalent (evitant), presupune experiențe amprentate de teamă. Este inflexibil și evitant (decât să rănească din nou, mai bine pretinde că nu e interesat de acea relație, în care este sigur că va eșua din nou și acest lucru i se pare de netolerat). Idealizează relația cu părinții, este incoerent și inconsistent în relatarea amintirilor despre copilărie, persistă obsesiv în afirmațiile standard pozitive despre rolurile parentale. Tinde să idealizeze copilăria, descriind-o ca sigură, minunată, dar imaginile evocate nu constituie suportul pentru protecție și îngrijire, care, de fapt, reprezintă portretul actual idealizat al persoanei în cauză.

1.2.3 Adultul cu atașament preocupat

În copilărie corespunde unui atașament anxios rezistent, este invadat de amintiri dureroase în care relatează drama inconstanței, incoerența experiențelor micii copilării; interacționează imprevizibil la stări de frustrare, cu agresivitate, mânie, iar histrionismul posibil are un patetism greu de confundat. Nu are structurat un sistem de atașament anume în care să poată avea totală încredere, fiind suspicios, e gelos pe orice alt tip real sau imaginar de relație al persoanei iubite. Se chinuie pe sine și pe alții căutând dovezi, niciodată suficiente. Devine astfel abuziv în relațiile de intimitate sau va imita modelul propriilor părinți, transmitând în acest fel un sistem de atașament nesigur anxios copilului.

1.2.4 Adultul cu atașament dezorganizat (cu doliu și traume nerezolvate):

- corespunde în copilărie atașamentului dezorganizat; este impredictibil și dezorganizat în relații; face experiențe nerealiste. Speculează fără suport. Este un dezadaptat, potențial adictiv la alcool și drog, aflându-se aproape în imposibilitatea de a-și asuma rolul de partener de cuplu sau parental; în mod predictibil se poate afirma că își expune copilul la abuz sau neglijare. În cazul neintervenției determină un atașament dezorganizat și la copil;
- important de precizat este faptul că o intervenție de specialitate poate modifica, redirecționa tipul de atașament, cu condiția ca intervenția să aibă loc înainte de vârsta de 5 ani a copilului (deoarece la vârsta adultă intervenția nu poate schimba tipul primar de atașament, dar poate fi eficientă la persoanele cu potențial cognitiv nealterat, care sunt dispuse la acceptarea unui suport, obținându-se un comportament față de copil asemănător atașamentului sigur autonom).

2. Beneficiile atașamentului sigur

Atașamentul sigur reflectă încrederea pe care copiii o au în relațiile cu persoanele de îngrijire. Copiii cu relații de atașament sigure vor profita la maximum de oportunitățile din viață, vor fi apreciați de colegi, vor avea capacități de lider și abilități sociale și vor fi mai încrezători în ei decât alți copii. De fapt, atașamentul sigur asigură posibilitatea de a-și defini limitele propriei stări de confort afectiv, a le face cunoscute celor din jur, a căuta menținerea în aceste limite acceptabile a propriei ființe, ceea ce înseamnă a avea “bariere sănătoase” care pot funcționa ca bază pentru legături sănătoase, stare de echilibru cu propria persoană și cu

ceilalți. Într-un studiu realizat de Cowan, Cohn și Pearson (1996) s-a observat că interacțiunile maritale și stilurile parentale sunt corelate cu nivelul de înțelegere a experiențelor de atașament. Cercetătorii au găsit că un istoric al atașamentului sigur legat de tata este predictiv pentru un comportament extrovertit al copilului, în timp ce un atașament sigur doar față de mama va indica comportamente introvertite.

3. Repercusiunile atașamentului nesigur

Copiii cu atașament anxios, anxios rezistent și dezorganizat se îndreaptă pe un drum plin de probleme și conflicte al propriilor relații atât ca și copii, cât și ca adulți. Modelele internalizate de reprezentare a relațiilor timpurii formează modul în care individul interacționează cu lumea (Sroufe, Carlson, Levy & Egeland, 1999). Astfel, copiii cu atașament anxios vor fi mai dependenți, cei cu atașament anxios rezistent vor fi cei mai dificili prieteni, cu manifestări răutăcioase și manipulatorii, iar cei descriși ca dezorganizați vor fi narcisiști și incompetenți sau dificil de înțeles din punct de vedere social (candidați la o patologie de tip tulburare de personalitate borderline – Sroufe, 2000).

4. Rolul stilului de atașament în structurarea personalității

În abordarea etiopatogenetică a tulburărilor de personalitate astăzi se discută de implicarea mai multor factori. În mod deosebit, mai mulți cercetători subliniază ideea potrivit căreia modelele operaționale disfuncționale relevate de acești pacienți s-au dezvoltat adesea într-un context de atașament nesigur. Tocmai de aceea disfuncționalitatea unor astfel de tulburări apare ca deosebit de evidentă în contextul relațiilor interpersonale, care sunt întotdeauna interpretate de subiect împotriva fondului schemelor interpersonale încorporate. Tulburările de personalitate, cel mai frecvent luate în discuție, în al căror istoric de dezvoltare se discută de tulburarea de atașament ca element important al vulnerabilității, sunt tulburarea de personalitate borderline, histrionic, narcisic, dependent, obsesiv-compulsiv. Conform teoriei vulnerabilitate-stres în psihiatria contemporană, persoanele diagnosticate cu tulburare de personalitate sunt considerate vulnerabile întrucât prezintă în primul rând o vulnerabilitate de fond – tulburarea de personalitate pervazivă -, vulnerabilitate augmentată de cele mai multe ori de vulnerabilitatea de mediu (reducerea rețelei de suport social, pierderea unor statute și roluri sociale, stresori psiho-sociali cumulați). Această vulnerabilitate de fond numită tulburare de personalitate ar putea fi compensată prin factori protectori socio-familiali (de

exemplu, conferirea de roluri sociale care să conducă la creșterea stimei de sine, dezvoltarea unor abilități de coping la stresori – Lăzărescu, 1994).

Din perspectiva psihodinamică s-a vorbit de prezența mecanismelor de apărare imature la indivizii cu tulburări de personalitate, ce contribuie la lipsa lor de responsabilitate, tendința de a da vina pe alții (Miclea, 1997). În contextul unei noi concepții asupra inconștientului, sistematizarea biaxială a mecanismelor de coping din perspectiva paradigmei cognitiviste oferă un cadru conceptual care salvează câte ceva din teoria psihanalitică asupra mecanismelor de apărare. Termenul de “*coping*” – sinonim cu mecanism de adaptare, mecanism de gestiune a stresului - reprezintă toate modalitățile de a face față stresului pe care le utilizează ființa umană sau altfel spus orice mecanism de prevenție și adaptare la stres, orice tranzacție între subiect și mediu în vederea reducerii intensității stresului.

Mecanismele de coping se grupează în: comportamentale, cognitive, neurobiologice. Coping-ul comportamental grupează toate comportamentele care au funcția de a preveni sau reduce reacția de stres. Coping-ul cognitiv vizează medierea informațională, modalitățile de prelucrare a informației. Are loc medierea cognitivă printr-o cascadă de evaluări și reevaluări ce vizează nu numai natura stresorului, ci și reacțiile subiectului la situația stresantă. Astfel, prin modularea acestor procesări cognitive, consecințele stresante trebuie să fie minime. Mecanismele de coping cognitiv pot fi dispuse pe o axă continuă confruntare-evitare. Confruntative – vizează abordarea directă a situațiilor problematice, traumatizante și căutarea unei soluții optime pentru reducerea impactului ei. Evitative – vizează prelucrarea selectivă a informației negative. Selectivitatea se realizează în două modalități principale:

1. scotomizarea (procesul mintal prin care individul trece cu vederea contradicția dintre „vorbe“ și „fapte“) informației negative traumatice, acest tip de informație este ignorat, negat, reprimat, evitat.
2. distorsiunea informației – reinterpretarea ei într-un cadru care îi diminuează valențele sale negative (exemplu: raționalizare, proiecție, idealizare).

Rolul mecanismelor cognitive de coping este într-adevar important. Ele mediază relația dintre informația traumatizantă și vulnerabilitatea biologică a unor subiecți la acest gen de informație. Persoanele predispuse să prelucreze preponderent informația traumatică și a căror mecanisme defensive nu funcționează eficient, dezvoltă ulterior tulburări emoționale sau o puternică stare de distres. Nu se știe dacă toate mecanismele de apărare postulate de

psihanaliști pot fi reconsiderate ca mecanisme cognitive de prelucrare selectivă a informației traumatice, există însă mecanisme de apărare precum: negarea defensivă, represia, raționalizarea, proiecția, intelectualizarea și izolarea care permit o promițătoare abordare cognitivă (Opre, 2002). Negarea cuprinde procesele de blocare a constituirii reprezentării interne, informaționale a traumei, la nivel perceptiv, atențional, cognitiv- emoțional. Represia vizează modalitățile de evitare a reactualizării informației traumatice în memoria de lucru. Proiecția constă în atribuirea responsabilității pentru situația de stres unor factori externi (destin, ceilalți). Raționalizarea vizează în mod direct, reevaluarea pozitivă a situației stresante și a comportamentului dezadaptativ propriu. Intelectualizarea/izolarea constă în prelucrarea preponderentă a informației traumatice izolate de conotațiile sale emoționale negative. Astfel, interacțiunea dintre temperament și stilul de disciplină parentală conduce la conturarea stilului de atașament care pare să influențeze nu doar viața de familie de fiecare zi, ci și ajustarea individului la evenimente de viață negative sau situații de criză prin recurgerea la mecanisme de coping evitative sau confruntative. Depistarea de timpuriu a unor trăsături temperamentale precum emoționalitatea excesivă, impulsivitatea se constituie în trăsături marker ce sugerează susceptibilitatea pentru evenimente de viață negative și vulnerabilitatea la un stil parental defectuos de disciplină inconsistentă. După cum afirma cercetatori precum Rothbart&Bates (1998), depistarea unor asemenea caracteristici se dovedește a fi foarte importantă pentru intervenție sau chiar prevenție ce vizează împiedicarea structurării dizarmonice a personalității și, în consecință, recurgerea la mecanisme dezadaptative de coping. Shaver și Hazan (1987) au studiat ulterior posibilitatea existenței unei legături între atașamentul format în cadrul relației copil-părinte și atașamentul în cadrul relațiilor de cuplu. Din acest studiu a reieșit faptul că există o astfel de legătură, iar în cadrul relațiilor de cuplu 56% dintre subiecți sunt securizanți, 24% evitanți și 20% anxioși-ambivalenți.

Brennan, Clark și Shaver (1998) au găsit două dimensiuni optime ce puteau măsura diferențele individuale și ce permiteau a fi evaluate: anxietatea și evitarea. Astfel, în concordanță cu cele două dimensiuni: securizantul (posedă un nivel scăzut al anxietății și al evitării) se simte confortabil în relații, caută apropierea celorlalți și nu este preocupat de gândul că ar putea fi părăsit; preocupatul (prezintă un nivel al anxietății crescut, pe când cel al evitării este scăzut) dorește apropierea de ceilalți, dar se teme că va fi respins; cel ce îndepărtează (posedă un nivel al evitării crescut, iar al anxietății scăzut) nu se teme de faptul că ar putea fi respins și nu dorește apropierea de ceilalți; temătorul (deține un nivel crescut al

anxietății și al evitării) este caracterizat de o îmbinare a celorlalte două tipuri de atașament nesecurizant („cel ce îndepărtează” și „preocupatul”) : nu se simte confortabil în apropierea celorlalți și se teme tot odată că această apropiere nu va dura.

Atașamentul insecurizant se va reflecta prin perturbări vizibile la nivelul celor două sisteme: fie explorator, copilul necăutând ca părintele să îi satisfacă nevoile, fie la nivelul proximității, copilul nepornind în explorare.

Așadar, atașamentul joacă un rol foarte important în dezvoltările manifestărilor psihopatologice ale copilului sau adultului și înțelegerea lui contribuie la identificarea strategiilor necesare de intervenție asupra tulburărilor.

Bibliografie:

Bowlby, J. (2011). *O bază de siguranță. Aplicații clinice ale teoriei atașamentului*. București: Trei.

Revista de Psiho