

Martien F. Delfos

Atașamentul și siguranța de sine

Traducere: Zsolt Veress



Editura A.P.A.R.

Brașov, 2018

Cuprins

Informații biografice despre John Bowlby	7
Introducere	9
Nucleul atașamentului.....	13
Fondatorul, John Bowlby	16
Ideea de bază	19
Dezvoltarea atașamentului	23
Faza 1: De la naștere până la vârsta de 3 luni.	24
Faza 2: De la vârsta de 3 până la 6 luni.....	26
Faza 3: De la șase luni până la trei ani.	26
Faza 4: De la trei până la sfârșitul copilăriei.....	27
Natura atașamentului.....	29
Atașament și autonomie	34
Diferențe de gen în atașament.....	37
Rolul atașamentului în viață	40
Atașamentul și creșterea în situații diferite.....	43
Formarea atașamentului în situații non-biologice.....	46
Atașamentul în caz de divorț.	
Famiiliile monoparentale și famiiliile vitrege.....	49
Atașamentul în caz de deces	54

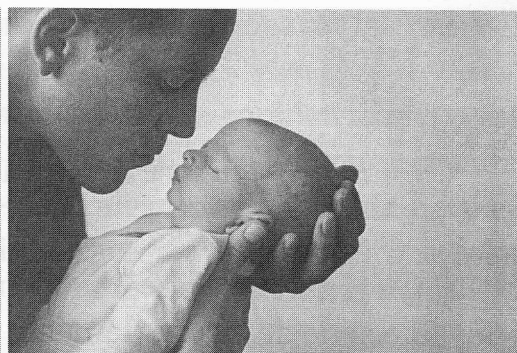
Atașamentul în cadrul familiei adoptive.....	55
Atașamentul în centrele de plasament.....	58
A oferi sau nu iubire.....	62
Atașamentul și procesul de aculturație	65
Epilog.....	67
Bibliografie:.....	68
Index.....	73
Informații despre autor	75

Dezvoltarea atașamentului

Pentru ai mobiliza pe cei ce au grijă de ei în caz de nevoie, copiii au o serie de comportamente înnăscute spune Bowlby. Prin plânset, gângurire, bebelușul îl „cheamă” pe cel care are grijă de el, și încearcă să îl țină în apropiere. Din acel moment copilul organizează această experiență într-un sistem de atașament. Altfel spus copilul formează o idee despre comportamentul îngrijitorului, în special legat de nutriție, grijă, căldură, contact și siguranță. Copilul reține care dintre propriile comportamente provoacă reacția dorită din partea îngrijitorilor.

Bebelușii sunt niște mici cercetători. Ei observa, testează și trag concluzii generalizate astfel încât ulterior să aibă o „teorie”. Ei par să își dea seama încă de la o vârstă foarte fragedă că adulții sunt foarte fragili și nu fac față foarte ușor criticii. Copiii mici stau în tăcere și fac doar critici fragmentare. Numai atunci când ajung la pubertate fac câteva critici și chiar și atunci acestea sunt minime.

Pentru a crea un concept favorabil despre oameni, bebelușii au nevoie ca cei din jur să răspundă într-un mod sensibil nevoilor lor. Pentru părinte acest lucru înseamnă o căutare constantă de echilibru între propriile nevoi și cele ale bebelușului. Ilustrațiile 3 și 4 arată un tată care răspunde într-un mod sensibil nevoilor bebelușului. În poza 3, stânga, copilul este tensionat, plânge iar tatăl încearcă să fie calm, oferind sprijin. În figura 4 tatăl vrea să dea un sărut copilului, dar este foarte atent ca nu cumva să trezească copilul; nevoile sale sunt subordonate nevoilor copilului.



Poza 3 și 4: Răspuns la nevoile copilului
(fotografii Stiin Rademakers)

A răspunde la nevoile copilului, nu este același lucru cu atenția pozitivă. Un părinte care ridică copilul pentru că dorește să se plimbe și să se joace cu acesta, atunci când copilul vrea să doarmă, își satisface propriile nevoi. El nu se adresează nevoilor copilului, deci nu se comportă într-un mod sensibil. Chiar dacă comportamentul copilului este aparent prietenos, în acel moment nu este ceea ce dorește copilul.

Conform dezvoltării atașamentului Bowlby descrie patru stadii:

Faza 1: De la naștere până la vârsta de 3 luni.

Această perioadă este caracterizată prin răspunsul lor non selectiv față de oameni. Bebelușii reacționează deja la fețele și vocile umane. Nou-născutul știe intuitiv că trebuie să țină persoana aproape, și se va atașa de această persoană. Unul dintre comportamentele principale de atașare prin care copiii apropie adulții este zâmbetul. În primele trei luni de viață copiii zâmbesc cu ochii închiși, în mod normal chiar înainte de culcare. Acest lucru nu este un zâmbet social, și nu este încă orientat spre oameni. După trei săptămâni copilul zâmbește odată ce aude voci. Aceasta este un zâmbet social nedirecționat. După aproximativ cinci săptămâni zâmbetul social se intensifică considerabil. Bebelușii zâmbesc complet și

sunt fericiți la vederea unei fețe. Acest zâmbet este acompaniat de contact vizual. Înainte de această fază aproximativ pentru o săptămână are loc o perioadă de observare intensă a fețelor ca și când fața ar fi atent inspectată, după care bebelușul zâmbeste intens. Când bebelușul se uită în ochii părinților și zâmbeste, părintele simte ca și când ar fi obținut o dovadă a afecțiunii, ceea ce duce la continuarea intensificării sentimentului de iubire la părinte. Chiar și străinii pot avea această experiență cu un bebeluș. Acest zâmbet „meditativ” al bebelușului face ca părinții să simtă că au o legătură specială cu copilul; cu greu pot să se rețină să nu răspundă la acest zâmbet cu zâmbetul propriu.

Când te întâlnești cu cineva pe stradă plimbând un bebeluș, acesta după ce te studiază ceva timp izbucnește în plâns în loc să îți zâmbească, părintele foarte repede dă o explicație: așa se întâmplă atunci când vede oameni care poartă ochelari sau pe cineva care are barbă. Este ca și când părintele crede că plânsul copilului a fost interpretat ca și o respingere dureroasă de către străin, iar părintele încearcă să-l consoleze pe acesta.

Până la vârsta de trei luni bebelușul nu afișează încă preferințe când zâmbeste. Acesta zâmbeste și la o față „lungă”, dacă acesta este situată frontal. Împreună cu zâmbetul începe și gânguritul. În prima instanță și aceasta, la fel ca și zâmbetul, este non selectiv. Gânguritul, plânsul și zâmbetul încurajează interacționarea și are ca scop ținerea în proximitate a figurii de atașament, de obicei mama. Bebelușii au și la nivel de reflexe două metode de agățare. Prima este reflexul de prindere. Acesta este încheștarea mâinii când palma este atinsă. Cea de a doua este reflexul Moro: întinderea mâinilor și picioarelor și retragerea lor consecventă. Aceasta se întâmplă când bebelușul simte pierderea suportului sau când aude sunete puternice. Bebelușii au de asemenea reflexe de sugere și

căutare pentru a facilita alăptatul. Dacă le este atins obrazul, ei își întorc automat capul spre sursa stimulării până când gura lor atinge ceva ce poate fi supt. Aceste reflexe de căutare și sugere au funcția de a facilita alăptatul. Bowlby le consideră și comportamente de atașare, deoarece aduc mama și copilul aproape.

Faza 2: De la vârsta de 3 până la 6 luni.

În mod tipic în acest stadiu bebelușul este centrat pe persoane de încredere. De la vârsta de trei luni apar o serie de schimbări în comportamentul copilului. Numeroase reflexe dispar iar comportamentul social devine selectiv. Între vârsta de 3 și 6 luni copiii se focusează pe persoanele cunoscute. Începând cu perioada dintre vârsta de patru și cinci luni bebelușii gânguresc doar pentru persoanele pe care le recunosc. Plânsul este provocat de plecarea persoanei preferate, adică a persoanei care este obiectul central al atașamentului. La cinci luni bebelușii încep să prindă persoanele cunoscute, în special de păr, de care se pot prinde cel mai ușor.

Faza 3: De la șase luni până la trei ani.

Această perioadă este caracterizată prin căutarea activă a proximității. După 6 luni copilul dă foarte mare importanță prezenței figurii de atașament și plânge frecvent când aceasta pleacă. După șapte luni copilul poate să se târască și urmărește într-un mod activ un părinte care pleacă. Acest comportament este consolidat prin comportament corectat în funcție de scop, adică copilul își ajustează direcția până când își atinge scopul. Ajungând la părinte copilul afișează un comportament specific prin întinderea brațelor în sus pentru a fi ridicat. Copilul începe să vocifereze în timpul acestei perioade. Din nou și acest comportament este orientat spre scop; chemarea este ajustată la locația estimată a părintelui. Plecarea celui care oferă îngrijire este stimulul care activează

comportamentul de căutarea proximității. Îngrijitorul este punctul sigur de unde copilul poate explora lumea. Acest lucru se poate observa în comportamentul afișat când aceștia se joacă în groapa de nisip; stau în apropierea îngrijitorului și se uită constat împrejur când încep să exploreze. Copilul dezvoltă comportamente de menținerea legăturii, dar doar după etatea de trei ani, poate să își ajusteze mersul după cel al adultului cu care se plimbă. În timpul acestei faze, atașamentul devine mai intens. Dacă copilul este abandonat de îngrijitor, acesta poate să dezvolte anxietate de separare. Această selectivitate devine mai evidentă când copilul între șapte și nouă luni, dezvoltă o frică de străini; anxietatea față de străini. Copilul poate intra în perioada mămoasă. Când apar străini copilul se agață de părinți. Aceasta este perioada în care o separare de figura de atașament poate avea efecte dăunătoare chiar traumatizante, mai ales datorită faptului că până la vârsta de doi ani și jumătate figura de atașament este cea care înțelege cel mai bine copilul. Perturbarea dezvoltării atașamentului datorită ruperii legăturii cu figura de atașament poate fi cauzată de divorț, deces, plasarea în orfelinat. Bowlby (1984) sugerează că o separare de figura de atașament între vârsta de 6 luni și un an – când copilul este în plin proces de dezvoltare a atașamentului cu o figură centrală – este cea mai dăunătoare, și este mai puțin traumatizantă de la patru ani încolo. Cercetările arată că a fi separat de părinți la o vârstă fragedă este asociată cu schimbări neuro-endocrinologice ale creierului și ale sistemului endocrin (Daniels et al, 2004; Faure et al, 2006; 2007; Ladd et al, 2000). Heim și colegii (1997) au descoperit că o separare timpurie este asociată cu dezvoltarea anxietății și a tulburărilor afective.

Faza 4: De la trei până la sfârșitul copilăriei.

Caracteristica acestei vârste este comportamentul de parteneriat. Înainte să atingă vârsta de doi trei ani copiii

sunt centrați pe nevoia lor de a fi cu un îngrijitor. Nu sunt conștienți de scopurile îngrijitorului, dar – subconștient – rezonează la nevoile părintelui, ba chiar mai mult decât invers. Aceasta este începutul parentificării, când copilul devine „părinte” al părintelui, candoarea copilului pierzându-se. În fază a patra parentificarea suferă modificări, ajungându-se la un comportament comun, reducându-se egocentrismul, copilul fiind astfel capabil să întreprindă activități cu alții. Comportamentul de joacă cu alți copii devine mai intens și mai cooperant. Despre atașamentul de după cea de a patra fază Bowlby nu prea spune multe.