

IL LEGAME DI ATTACCOMENTO LUNGO L'ARCO DI VITA LO SNODO CRITICO DEL GIOVANE ADULTO

Lucia Carli e Alessandra Santona***

Riassunto

Questo articolo tratta del legame di attaccamento bambino-genitore come processo attivo di adattamento che si avvia precocemente nel primo anno di vita attraverso intensi scambi reciproci fra i due membri della diade e che si protrae attraverso successivi riassetti lungo l'intero arco di vita dell'individuo.

Lo studio dell'evoluzione e dell'intersecarsi di tali legami nella prospettiva del ciclo di vita dell'attaccamento ha contribuito al passaggio da una visione diadica del modello bowlbiano ad una familiare-contestuale ed ha portato a visualizzare il legame diadico entro la rete di relazioni familiari che evolve nel tempo.

In tale prospettiva, verrà analizzato uno snodo evolutivo cruciale sia per i legami all'interno della famiglia di origine sia per la famiglia generata: la fase del giovane adulto che rappresenta un periodo-ponte fra la famiglia d'origine e quella generata. L'evoluzione del legame affettivo, che vincola l'individuo alla sua famiglia di origine, è la matrice entro cui matura la sua autonomia intersecandosi con la costruzione del legame di coppia in un processo di mutua influenza.

Abstract

ATTACHMENT RELATIONS THROUGHOUT THE LIFE CYCLE

THE TURNING POINT FOR YOUNG ADULTS

Child's attachment to the caregiver is an active process of adaptation, activated during the first year of life through intense mutual exchanges between members of the dyad, and which continues throughout the life cycle subsequent readjustments. The study of the development of –

* Lucia Carli, professore ordinario, docente alla Facoltà di Psicologia dell'Università di Milano-Bicocca. Direttore della Scuola di Specializzazione in Psicologia del ciclo di vita, Università Milano-Bicocca. (e-mail: lucia.carli@unimib.it)

** Alessandra Santona, ricercatrice e docente alla Facoltà di Psicologia dell'Università Milano Bicocca (e-mail: santona.alessandra@unimib.it)

and the interactions between – these bonds from the perspective of attachment throughout the life-cycle, favoured the extension of Bowlby's dyadic conception to that of the family and broader context. Therefore, the dyadic attachment bond is viewed within a network of family relationships evolving in time.

In this framework, this study will consider the phase of young adulthood, a crucial developmental point which mediates between the bonds to the family of origin and the future family. The development of emotional ties bonding the individual to the family of origin represents the matrix from which independence evolves. This independence overlaps with the structuring of the couple in a process of reciprocal influence.

Il legame di attaccamento del bambino al genitore è un processo attivo di adattamento che si avvia precocemente nel primo anno di vita attraverso intensi scambi reciproci fra i due membri della diade. Tale legame, finalizzato alla cura e protezione del bambino stesso, si protrarrà attraverso successivi riasseti lungo l'intero arco di vita dell'individuo.

Esso verrà successivamente affiancato da altri legami con nuove figure significative, sia familiari che extrafamiliari – quali le amicizie tra pari e le relazioni amorose – i quali assumeranno, come il legame ai genitori, la funzione di soddisfare i bisogni di sicurezza e sostegno dell'individuo.

Nel tempo, alcuni di tali legami subentreranno a quelli della famiglia di origine al vertice della gerarchia affettiva, mentre quest'ultimi diventeranno progressivamente meno prioritari pur mantenendo un'alta significatività per l'individuo (Bowlby 1969).

In questa sede, considereremo l'evoluzione e l'intersecarsi di tali legami nella prospettiva del ciclo di vita dell'attaccamento, la quale ha aspetti che hanno contribuito al passaggio da una visione diadica del modello bowlbiano ad una familiare-contestuale ed ha portato a visualizzare il legame diadico entro la rete di relazioni familiari che evolve nel tempo (Carli, 1999).

In tale prospettiva, verrà analizzato uno snodo evolutivo cruciale sia per i legami all'interno della famiglia di origine sia per la famiglia generata: la fase del giovane adulto (McGoldrick e Carter, 1982). Tale fase evolutiva – che corrisponde allo stadio del ciclo di vita della fami-

glia definito del *nido vuoto* e precede quello della famiglia anziana – prevede l'uscita del figlio, ormai giovane adulto, dalla famiglia. Allo stesso tempo, la fase del giovane adulto corrisponde anche al primo stadio della famiglia generata, precedendo quello della costituzione della coppia (fig.1).

Essa rappresenta pertanto una fase ponte fra la famiglia d'origine e quella generata: l'evoluzione del legame affettivo, che vincola l'individuo alla sua famiglia di origine, è la matrice entro cui matura la sua autonomia intersecandosi con la costruzione del legame di coppia in un processo di mutua influenza.

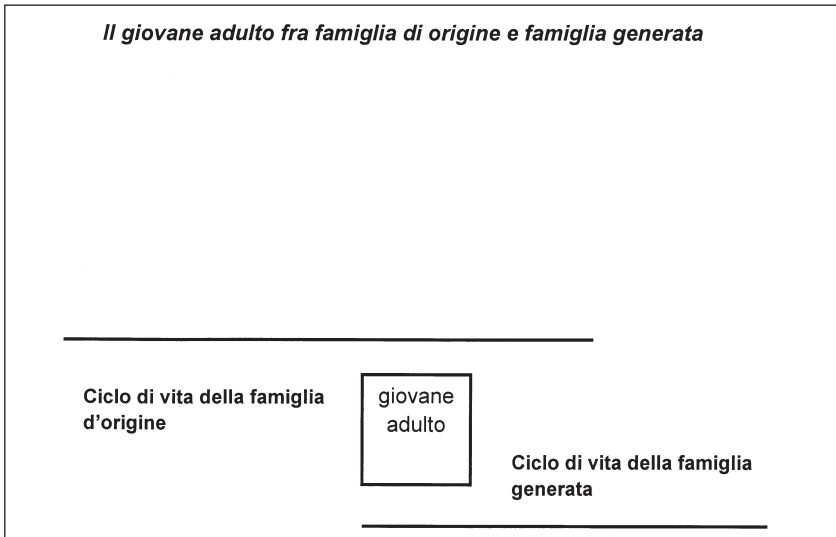


Figura 1

Cercheremo di seguito di visualizzare questo percorso congiunto evidenziando le sue componenti di rischio e di adattamento.

Da caretaker a caregiver: il giovane adulto fra famiglia di origine e famiglia generata

Fin dall'adolescenza, le maturate capacità cognitive, emotive e fisiche spingono l'individuo a rivendicare una posizione di crescente autonomia in seno alla famiglia di origine, che sarà oggetto di una negoziazione destinata a farsi via via più accesa nel corso del tempo.

L'esito di tale rinegoziazione dipenderà in larga misura dalle competenze relazionali maturate dalla famiglia nel tempo, in particolare dalle strategie di regolazione dei conflitti adottate dalla diade genitore-bambino fin dalle prime esperienze di separazione e di esplorazione dell'ambiente fisico e sociale; strategie più o meno atte a lasciar spazio al cambiamento preservando il supporto familiare. Pertanto, l'individuo e la famiglia potranno trovarsi più o meno attrezzati ad affrontare i compiti evolutivi e i riassetto relazionali di questa cruciale fase di crescita.

Per i figli è il momento di prendere le distanze dal "programma emotivo della famiglia" decidendo, in base a quello che sentono di voler diventare, cosa tenere e cosa lasciare dell'eredità emotiva, culturale, affettiva della famiglia d'origine.

Per i genitori, è il momento di riannodare i vincoli della propria vita coniugale, talvolta "opacizzata" da anni di comune impegno genitoriale e reinvestire, in nuove direzioni, tempo ed energie liberate dalla responsabilità genitoriale, grazie al prodursi di un nuovo contratto fra genitore e figlio fondato su una sempre più ampia autonomia reciproca¹ (McGoldrick e Carter, 1982; Canevaro, 1999). La possibilità di rinsaldare il legame coniugale consente loro di riconoscere, senza vincolanti difficoltà, le nuove esigenze di autonomia del figlio e di accompagnarlo in questo percorso, affrontando la fase di "fisiologico" conflitto con scambi comunicativi adeguati, non punitivi e colpevolizzanti. In tal modo, il figlio può verificare la "tenuta" dei legami ai genitori mentre affronta le nuove profonde divergenze familiari e può procedere senza inibenti sensi di colpa nello sforzo di distanziarsi e differenziarsi da loro.

Il figlio sviluppa così la propria autonomia non in condizioni di isolamento, ma all'interno di un profondo e solido rapporto con i genitori, i quali continueranno, ancora a lungo, a svolgere la loro funzione di protezione e supporto, stabilendo gradualmente dei legami basati su una nuova gerarchia di dominanza. Un antico proverbio sintetizza bene questa dinamica: *ai figli bisogna dare le radici e le ali per volare*.

Distaccarsi senza spezzare i legami da un sistema familiare che ci ha dato un nome, con cui si condivide una storia di interazioni affettive

1 "...usando una metafora del mondo del lavoro si può dire che il genitore del giovane adulto passa dalla posizione di dipendente di ruolo a quella di consulente, di esperto di settori specifici della vita" (Pietropolli Charmet, 1999, p. 102).

attraverso le quali si sono appresi i codici della propria cultura familiare e sociale, è un processo lento e graduale (Canevaro, 2005). Si tratta di un cammino indispensabile per poter approdare alla nuova famiglia generata: esso coincide con cambiamenti intergenerazionali profondi e complessi. Contestualmente, infatti, la crescente autonomia promuove la trasformazione del legame al genitore da asimmetrico a *quasi simmetrico/simmetrico*. Tale trasformazione include la possibilità per il figlio di cominciare a sperimentarsi nel ruolo di chi, oltre a ricevere, dà e restituisce cure; per il genitore di cominciare a disporsi nelle condizioni di chi riceve cure filiali, riconoscendo tale potenziale capacità nel figlio. Figlio e genitori affrontano così un percorso evolutivo congiunto.

In un percorso evolutivo normativo, il progressivo emanciparsi dai genitori consente al figlio di recuperare uno *spazio emotivo e mentale* per i nuovi investimenti affettivi, che potranno venir esplorati da una base familiare sufficientemente sicura da consentire i rischi e i dolori di eventuali separazioni e abbandoni amorosi.

Attraverso i nuovi incontri affettivi, l'individuo viene a contatto con modi diversi di relazionarsi e può, pertanto, avviare un confronto critico fra tali modelli e quelli sperimentati in seno alla famiglia. Tale confronto può sfociare in un' integrazione di modalità relazionali più rispondenti ai suoi nuovi bisogni.

Il mutuo scambio di cure, che tendenzialmente inizia a connotare il legame ai genitori, diventerà il *denominatore comune degli attaccamenti adulti* in genere, *in primis* quello di coppia. Quest'ultimo attaccamento – integrando oltre alla componente di cura quella sessuale – potenzialmente rafforza l'intrinseca dimensione simmetrica dei legami adulti con effetti di ricaduta sul legame ai genitori, in un processo circolare di mutua influenza.

La costruzione di un rapporto amoroso significativo avvia inoltre una graduale attribuzione delle funzioni di cura e protezione – fino ad allora assolute primariamente dalla famiglia – al partner. Progressivamente il partner verrà riconosciuto come una *base sicura* cui affidare la funzione di garante della propria sicurezza emotiva e affettiva, configurandosi come vera e propria figura di attaccamento. Mentre si consolidano queste modalità relazionali di reciproco supporto, si rafforzano nella coppia i vincoli di alleanza e di complicità e tende ad indebolirsi, come

accennato, quello con le rispettive famiglie di origine. Rassicurati sul reciproco supporto, i due partner possono aprirsi ad una dimensione temporale nuova e proiettarsi nel futuro con una progettualità di coppia, che potrà arrivare a prevedere l'apertura della diade ad un terzo.

In altri termini, l'individuo potrà passare dall'essere prioritariamente oggetto di cure da parte del genitore a potenziale *caregiver*, emancipandosi gradualmente dalla famiglia stessa e sperimentando legami sostitutivi.

L'individuazione di alternative affettive soddisfacenti rispetto a quelle originarie sarà determinante per il consolidarsi dei legami di coppia e l'assunzione di un ruolo esclusivamente di cura come quello genitoriale. Il legame al partner costituirà una risorsa fondamentale come fonte di "ri-fornimento affettivo" proprio nel momento in cui la cura del figlio esaurirà le risorse affettive dei due genitori. In tal senso il legame coniugale è un potenziale "alleato" non un "antagonista" di quello genitoriale.

Dopo che l'individuo si sarà calato nel ruolo di *caregiver* nei confronti del partner e della propria progenie (così come di altre figure significative), sarà in grado di aggiornare la relazione con il genitore ormai anziano. Essa assumerà nuovamente connotati prevalentemente asimmetrici, con il figlio ormai adulto nel ruolo prioritario di *caregiver* (fig. 2).

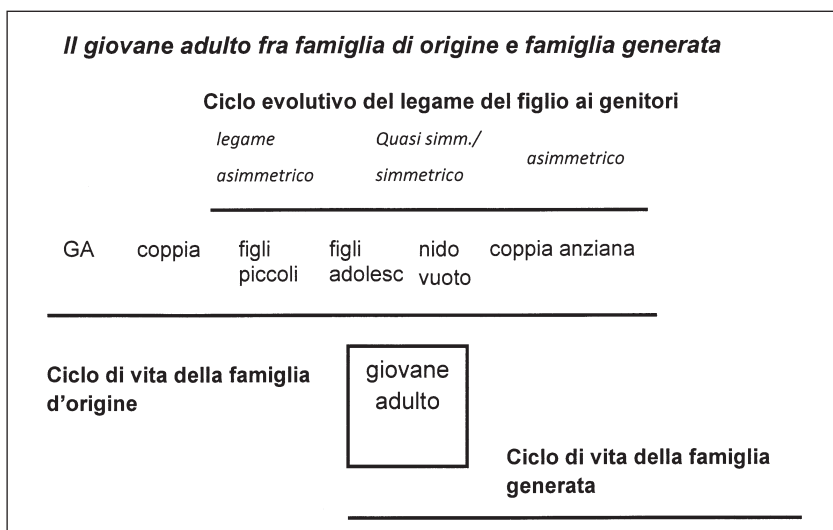


Figura 2

In conclusione, quindi, il momento di passaggio da un legame infantile/asimmetrico ad uno adulto/simmetrico alla famiglia di origine coincide con una fase evolutiva cruciale sia per l'individuo che per la coppia e la loro progettualità futura (Carli, 1995; 1999). L'esito maturo di questo processo è rappresentato dall'approdo ad un'autonomia e a una separazione non intese come rottura dalle precedenti relazioni, ma come loro trasformazione entro un percorso di continuità. Proprio questo "nesso" con il passato garantisce la possibilità di collocare i nuovi legami di coppia e parentali lungo una storia che dà loro senso e radici.

Insieme con e distinti da: l'intreccio di rapporti fra i due partner e con le famiglie di origine

Il processo finora descritto costituisce un aspetto di quel percorso di separazione/individuazione, che si riattiva nell'adolescenza, attraverso cui il figlio rinegozia la propria posizione di individuo simultaneamente come parte integrante della famiglia e membro differenziato da essa.

L'essere umano adulto si dibatte permanentemente... tra due grandi bisogni, il *bisogno di appartenenza* a un sistema familiare che ci ha dato la vita ... e il *bisogno di differenziazione*, spinta spontanea che ci porta a esplorare il mondo e a disegnare un progetto esistenziale autonomo per inserirci creativamente nella cultura circostante... in un meccanismo transgenerazionale di sopravvivenza dei valori positivi ereditati (Canevaro, Selvini, Lifranchi e Peveri, *under review* p. 8)

Analogamente, entro la matrice interattiva della coppia, ciascun partner deve definire e preservare la propria soggettività nell'interazione con l'altro, essendo simultaneamente *insieme con e distinto dal* partner. Contestualmente la stessa dinamica si ripropone alla coppia nei confronti delle famiglie d'origine: la coppia, per consolidarsi, deve marcare la propria differenza da esse, trovando nello stesso tempo *una sua più matura collocazione all'interno* del sistema familiare allargato *come* parte costitutiva di questo. In altri termini, i due partner uniscono, oltre alle loro due soggettività e storie affettive, i due sistemi familiari di appartenenza, i quali continuano a interagire attraverso tale vincolo amoroso, condizionandolo nel tempo. Fondamentale, pertanto, è la costruzione di uno spazio di coppia differenziato rispetto alle famiglie di

origine, con confini *né troppo rigidi* da interrompere ogni collegamento con il sistema familiare, *né troppo labili* da precludere l'esistenza dello spazio di coppia.

Parimenti, la stessa distanza andrà stabilita con i propri figli. Proprio lungo questo asse (*bambino* e genitore; *coppia* e famiglie d'origine; *genitore* e figlio ecc.) si stabilisce e si declina nel tempo la *differenziazione intergenerazionale*. Quando perturbata, essa costituisce una delle principali cause delle relazioni disfunzionali nella coppia e nella famiglia generata.

Quali nodi frenano questo dinamismo, compromettendo l'avanzare dell'individuo attraverso i vari ruoli che si susseguono nel tempo (figlio, partner, genitore, nonno ecc.)?

Il mancato lutto dell'infanzia perduta: un passato che non termina è un futuro che non inizia

Tale complesso e lento processo evolutivo tende a venir frenato, nell'individuo, da esperienze relazionali "non sicure" con la famiglia di origine, non supportanti il naturale processo di autonomizzazione e differenziazione del figlio².

Potrebbe così perdurare nel giovane adulto una aspettativa di risarcimento da parte della famiglia. Il giovane rimarrà pertanto ancorato alla immagine di sé come figlio bisognoso di cure, restando invischiato e coinvolto nella rete di relazioni familiari o, al contrario, difensivamente distante, idealizzando o negando e sminuendo il proprio attaccamento ai genitori. In entrambi i casi non riuscirà ad elaborare "il lutto" dell'infanzia conclusa.

D'altro canto, i genitori potrebbero ostacolare attivamente l'uscita di casa del figlio non solo per bisogni individuali ma anche qualora questi svolga un ruolo omeostatico nell'evitamento dei conflitti coniugali irrisolti, garantendo un relativa stabilità relazionale all'interno della famiglia (Canevaro, 1999).

2 Ad esempio, legami *genitoriali* strumentali – non rispondenti a un *desiderio di cura* nell'adulto – sono alimentati da *bisogni di dipendenza e controllo*, che non consentono al genitore di aggiornare il proprio repertorio comportamentale e di separarsi dal figlio, limitandone gli spazi di autonomia e di iniziativa. Un caso particolare è la situazione di *role reversing*, che vede il bambino gravato, fin dalla nascita, dal mandato di essere la fonte di sicurezza e cura del genitore.

In tali condizioni, il legame insicuro al genitore aumenta la propria centralità invece di perderla, rendendo più difficile l'esplorazione di nuove relazioni e la scelta di un partner adeguato con cui costruire la propria vita affettiva. Un segno tangibile di tale difficoltà è l'incapacità dell'individuo di innamorarsi, occasione pressoché unica per verificare l'esistenza di un'alternativa più che soddisfacente alla famiglia d'origine ma, proprio per questo, rischiosa per la continuità del rapporto con la famiglia stessa (Pietropolli Charmet, 1999).

Tale difficoltà può protrarsi negli anni. Non riuscendo ad evolvere, l'individuo si limita a vivere esperienze affettive senza alcuna valenza "trasgressiva" in quanto sostanzialmente compatibili con il permanere in famiglia, rifugiandosi in un eterno presente.

Uscire da questa situazione di stallo, progettare e realizzare il proprio destino sentimentale e sessuale, è vissuto allora come una colpa, un tradimento al vincolo di non cambiare che la famiglia, nella sua difficoltà a separarsi, comunica. Di qui l'apparente difficoltà a trovare un partner affidabile, a costruire e mantenere una relazione stabile, in un compulsivo ripetersi di esperienze negative.

Anche quando la relazione di coppia si stabilizza, diventa comunque arduo riuscire a modificare la propria posizione all'interno del sistema familiare originario e trovare, al suo interno, un'adeguata collocazione all'emergente sistema coppia, in quanto manca ai due partner uno spazio mentale libero da conflitti generazionali. Tale esperienza sentimentale non diventa occasione per marcare il passaggio dal ruolo di figlio a quello di giovane uomo/donna sessuato e autonomo: individuo e coppia si precludono l'approdo ad una nuova immagine di sé e a un nuovo status sociale e familiare; in tali condizioni diventa difficile identificarsi con la figura di chi fornisce cure e prevedere di stabilire nuovi confini generazionali fra sé ed i figli (Carli, 2002).

È così che la relazione di coppia può perdere ogni intrinseca spinta evolutiva, e ripiegare sugli schemi noti: i due partner possono assumere l'uno per l'altro connotati genitoriali oppure uno dei due può farsi adottare dai genitori dell'altro, nell'illusione di trovare non il partner, ma la famiglia ideale.

Da parte loro, le due famiglie di origine, tese a procrastinare la presunta, imminente perdita di un membro o almeno a ridurre l'effetto sull'equilibrio familiare pregresso, "entrano in rivalità nel tentativo di

inglobare e fare proprio il parente acquisito” (Canevaro, 1999). Il tentativo di incorporare come figlio il possibile rivale, potenziale minaccia all'integrità familiare, “inizia, in modo subdolo e molte volte inconsapevole, durante la fase di corteggiamento e conoscenza reciproca della famiglia dell'altro” (*ibidem*), proseguendo poi nel corso degli anni con grande dispendio di energie.

È l'origine di un “braccio di ferro” fra le famiglie d'origine che coinvolgerà anche la coppia, i cui disaccordi nella negoziazione delle nuove regole di convivenza (scelta della casa, pianificazione del tempo libero e delle vacanze, tempi e modi di riproduzione, cura dei figli, distribuzione dei compiti ecc.) rimandano ad un profondo conflitto fra la lealtà alla propria famiglia e la lealtà al partner³.

In conclusione, quando i bisogni interconnessi di appartenenza alla famiglia di origine e di differenziazione non risultano ben integrati nell'investimento di nuovi legami, i due partner non riescono ad avanzare attraverso le tappe della vita comune di coppia.

Va però precisato che la coppia non solo subisce ma può anche moderare l'effetto del retaggio familiare dei due partner. La spinta innovativa che accompagna la costruzione di nuovi legami può favorire nell'individuo, anche sulla base della nuova esperienza portata dal partner, una rilettura dei propri modelli relazionali e di cura non funzionali, mutuati dall'esperienza familiare. Diventa così possibile riprogettare la rete di investimenti e legami affettivi, riuscendo in questo modo a orientarsi verso una dimensione progettuale comune.

Tornare in famiglia per congedarsi...

I ripetuti insuccessi sentimentali legati alle difficoltà di compiere il passaggio da figlio ad adulto tornano ad essere oggetto di un rinnovato interesse per la ricerca clinica. Proprio su tale problematica si stanno esplorando nuove direzioni di intervento, in particolare nell'ambito della teoria *individuale* sistemica⁴, che prevede oggi l'apertura della psico-

3 In tale dinamica il partner può diventare oggetto di sentimenti ambivalenti di amore e di disprezzo mirati a sminuirne il valore rispetto alle figure familiari e possono prodursi dinamiche disfunzionali quali, non da ultimo, la violenza fisica.

4 La terapia *individuale* sistemica si è affermata attorno agli anni '80 (Loriedo, Angiolari e De Francisci, 1989; Boscolo e Bertrando, 1996; Viaro, 2004; 2005).

terapia individuale ai famigliari significativi (Framo, 1992; Canevaro, 1999; Canevaro, Selvini, Lifranchi e Peveri, *under review*; Sorrentino, 2004; De Bernart, 2005).

Tradizionalmente si tendeva ad affrontare tali difficoltà dell'individuo e/o della coppia sollecitando l'individuo stesso a distaccarsi fisicamente ed emotivamente dalla famiglia di origine disturbata; oggi al contrario si tende a riaccompagnare l'individuo e/o la coppia all'interno delle loro famiglie di origine, convocate in seduta. (Canevaro et al., *under review*).

L'obiettivo è di stabilire le condizioni di un autentico contatto affettivo del figlio con i genitori, valorizzando il senso di appartenenza del figlio stesso e fornendogli nuovo alimento affettivo. Ciò consente di consolidare quelle "radici" necessarie all'avvio *della spontanea differenziazione* dalla famiglia di origine e di un distinto progetto esistenziale (Canevaro, 2005; Canevaro et al., *under review*). Nel contempo, viene attribuito all'anziano genitore un ruolo vitale per il benessere del figlio, che gli permette di assumere nuovamente una funzione di cura, sciogliere malintesi, liberare energie fino a quel momento rapprese, svincolando così un lascito affettivo importante per le generazioni successive. Ritrovare il senso della propria utilità e un più diretto contatto affettivo con il figlio consente all'anziano di alleviare il senso di ansia per la morte prevista e quindi di avviare a sua volta il commiato dai famigliari godendo di una serenità nuova (Canevaro, 2005).

In definitiva, quindi, l'intervento clinico proposto dagli Autori procede lungo due direzioni: al contempo di riavvicinamento affettivo e di congedo reciproco fra figlio e genitore, contribuendo a determinare il futuro della loro relazione.

In altri termini, "è come fare un passo indietro per avanzare meglio, per sciogliere quei nodi familiari che non consentono il fluire del nutrimento dalle proprie radici e ritrovare lo slancio per entrare nel tempo della vita, quello dell'adulto ma anche quello dell'anziano" (Canevaro et al., *under review*, p. 20).

Bibliografia

- BOWLBY J., (1969), trad. it. *Attaccamento e perdita, vol. I: L'attaccamento alla madre*, Boringhieri, Torino 1972
- CANEVARO A., *Nec sine te nec tecum vivere possum*, in M. Andolfi, *La crisi della coppia*, Cortina, Milano, 1999, pp. 259-281
- CANEVARO A., *Sviluppi e tendenze in terapia relazionale: nuova identità per terapeuti non solo familiari*, Congresso SIPPR, Forte dei Marmi, 2005, 6-7 maggio
- CANEVARO A., SELVINI M., LIFRANCI F., PEVERI L., (under review) *La terapia individuale sistemica con il coinvolgimento dei familiari significativi*, Psicobiettivo, 2007
- CARLI L., (a cura di), *Attaccamento e rapporto di coppia*, Cortina, Milano 1995
- CARLI L., (a cura di), *Dalla diade alla famiglia*, Cortina, Milano 1999
- CARLI L., (a cura di), *La genitorialità nella prospettiva dell'attaccamento: nuovi servizi e direzioni di ricerca*, Franco Angeli, Milano 2002
- DE BERNART R., *La terapia sistemica individuale*, in «Terapia Familiare», n.78, 2005, pp.109-112
- FRAMO J., (1992), trad. it. *La terapia intergenerazionale*, Cortina, Milano 1996
- MC GOLDRICK M., CARTER B., (1982), trad. it. *Stili di funzionamento familiare: come le famiglie affrontano gli eventi della vita*, Franco Angeli, Milano, 1993, pp. 259-293
- PIETROPOLLI CHARMET G.,(1999), *Adolescente e psicologo*, Franco Angeli, Milano 1999
- SORRENTINO A. M., (2004), *Per accettare una domanda di terapia individuale*, II Convegno interno della Scuola Mara Selvini Palazzoli, Salice Terme, novembre 2004