

Interreg  
ALCOTRA  
Fondo europeo di sviluppo regionale  
Fondo europeo di sviluppo regionale

pro  
sol regione



Asl1  
Sistema Sanitario Regione Liguria

TERMOMETRO DELL'ATTACCAMENTO

## Come è la relazione con il tuo bambino?

La vostra interazione  
guiderà la sua crescita:  
non sottovalutarla!

APRI QUI E FAI IL TEST  
con il termometro dell'attaccamento



**L'ATTACCAMENTO** è il naturale bisogno di vicinanza fisica ed emotiva che il bambino prova nei confronti delle figure di riferimento.

Un "**attaccamento sicuro**" garantisce una buona probabilità che il bambino acquisisca schemi relazionali sani, abbia successive relazioni sicure e sia capace di comprendere e regolare le sue emozioni.

Questa card vuole aiutarti a capire quale è il tipo di attaccamento del tuo bambino.



Per saperne di più

## ATTACCAMENTO DISORGANIZZATO

- Quando si allontana la figura di riferimento il bambino manifesta una forte ansia, stato di iperallerta, pianto, si butta sul pavimento, porta le mani alla bocca con le spalle curve, gira in tondo e altri comportamenti stereotipati.
- Al ritorno della figura di riferimento il bambino mostra comportamenti contraddittori: da un lato ne ricerca la vicinanza, dall'altro mostra atteggiamenti di rifiuto (gira il capo, si irrigidisce...).
- Nei momenti di crisi il bambino ricerca la figura di riferimento, ma ne è allo stesso tempo impaurito: mostra quindi comportamenti contraddittori, con cambiamenti improvvisi, disorientamento, paura, sguardo assente e freezing
- Il bambino in presenza di estranei non riesce a fidarsi, li vive come nemici, l'ambiente per lui è minaccioso

## ATTACCAMENTO INSICURO - AMBIVALENTE

- Il bambino si dispera all'allontanamento della figura di riferimento e non riesce a riprendere il gioco - esplorazione dell'ambiente.
- Al ritorno della figura di riferimento il bambino appare difficile da consolare
- Nei momenti di crisi il bambino si dispera esageratamente, ricerca la figura di riferimento, ma impiega molto tempo per calmarsi.
- Il bambino in presenza di estranei non riesce a fidarsi nonostante l'approvazione della figura di riferimento; resta "attaccato" al caregiver.

## ATTACCAMENTO INSICURO - EVITANTE

- Il bambino mostra disinteresse rispetto all'allontanamento della figura di riferimento.
- Al ritorno della figura di riferimento il bambino mostra noncuranza e addirittura evita il contatto oculare e fisico.
- Nei momenti di crisi il bambino non ricerca la figura di riferimento, mostra resistenza quando il caregiver cerca di consolarlo.
- Il bambino mostra lo stesso livello di interesse nei confronti dell'estraneo e della figura di riferimento.

## ATTACCAMENTO SICURO

- Il bambino protesta al momento della separazione dalla figura di riferimento, ma presto riesce a calmarsi e a riprendere l'esplorazione dell'ambiente e il gioco in autonomia.
- Al ritorno della figura di riferimento il bambino interrompe il gioco/esplorazione e mostra manifestazioni di affetto.
- Nei momenti di crisi il bambino riesce presto a calmarsi grazie al supporto della figura di riferimento.
- Il bambino è tranquillo in presenza di persone delle quali la propria figura di riferimento mostra di fidarsi.

## Come leggere le risposte del test.

**"Attaccamento sicuro":**  
garantisce una buona probabilità di acquisire schemi relazionali sani, cui seguiranno relazioni sicure, nonché l'acquisizione della capacità di comprendere e regolare le emozioni.

**"Attaccamento insicuro":**  
significa che vi è un'organizzazione delle risposte all'ambiente relazionale, risposte sane, ma meno adattive. In questi casi si potrebbero attuare interventi per migliorare l'interazione della diade (es. madre/bambino), al fine di favorire un avvicinamento all'attaccamento sicuro.

**"Attaccamento disorganizzato"** rappresenta invece un segnale di allarme in quanto comporta lo sviluppo di un insieme incoerente di risposte relazionali e la produzione di una reattività inadeguata all'ambiente sociale. Il rischio successivo è quello di entrare a far parte di relazioni tossiche e di sviluppare patologie psichiatriche o dipendenze.

Se si rientra in questa tipologia di attaccamento risulta urgente rivolgersi ad esperti (psicologi, psicoterapeuti).

**Se hai bisogno di aiuto:**