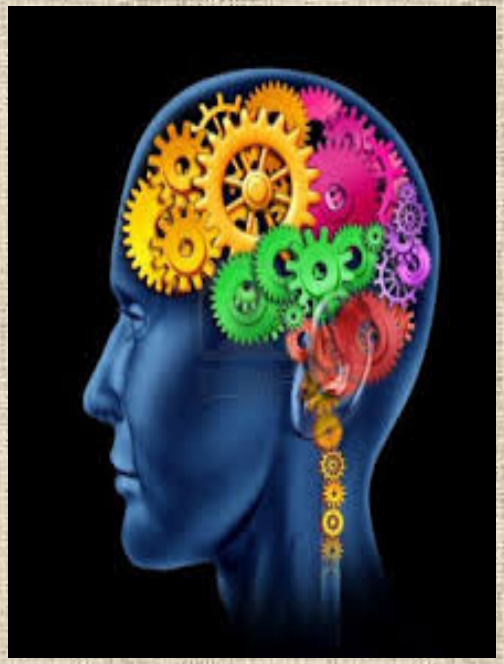
BISOGNO
MOTIVAZIONE
COMPORTAMENTO
Dott.ssa Sibilla Giangreco

LA NOSTRA STRUTTURA E' CARATTERIZZATA DA:

PENSIERO

EMOZIONE

AZIONE



QUANDO PRENDIAMO IN CONSIDERAZIONE UNA PERSONA

DOBBIAMO CONSIDERARE 3 ASPETTI

Biologico

Psicologico

Sociale

Biologico

Patrimonio genetico

Psicologico

Relazioni interpersonali – Esperienze di vita

Sociale

Scuola – Lavoro – Relazioni amicali

Che cos'è la psiche

Insieme di funzioni cerebrali -

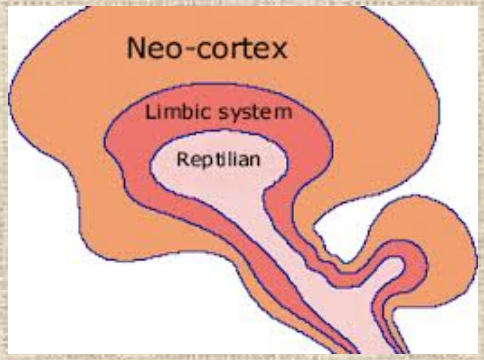
Le funzioni cerebrali hanno avuto un evoluzione nel tempo:

Dal cervello rettiliano alla neocorteccia

Teoria dell'Evoluzione tripartitica del Cervello

(MCLean 1984)

- **Rettiliano**
- **Limbico**
- **Corticale**



Cervello Rettiliano: tronco encefalico fino ai nuclei della base - Funzione per la *territorialità* – *predazione* – *consumo cibo* – *riproduzione* – *regolazione omeostatica*

Cervello Limbico: Comparsa delle *emozioni* – *funzione sociale* – *formazione di gruppi e dei legami* –

Cervello Neocorticale: Livello *cognitivo superiore* con funzioni di *esplorazione interna* – *immaginazione ed astrazione* – *ricerca dei significati*

Ciascun livello di evoluzione cerebrale risponde a bisogni specifici

Il bisogno determina un comportamento specifico

ESEMPIO

Bisogno
(Necessità di nutrimento)

⇩

Motivazione
(Senso di fame)

⇩

Ricerca e consumo di cibo
(Comportamento)

SISTEMI MOTIVAZIONALI PRIMARI

Bisogni biologici ⟹ Cervello rettiliano

- Alimentazione – Riposo – Territorialità – Predazione – Riproduzione.

Bisogni Sociali ⟹ Cervello limbico

Attaccamento – Accudimento – Agonistico – Sessuale – *Cooperativo*

Bisogni Cognitivi ⟹ Cervello Neocorticale

Interpretazione – Coerenza – Attribuzione di significati - previsioni

COMPORTAMENTI SPECIFICI

LA MOTIVAZIONE NASCE DAL BISOGNO

- ASSENZA DI BISOGNO
- ASSENZA DI MOTIVAZIONE
- ASSENZA DI ATTIVAZIONE COMPORTAMENTALE

LA MOTIVAZIONE REGOLA LE RELAZIONI SOCIALI E INTERPERSONALI

S.M. DELL'ATTACCAMENTO

PRIMA MOTIVAZIONE SOCIALE ATTIVA
A PARTIRE DAI PRIMI GIORNI DI VITA

CARATTERIZZATO
DALLE CURE MATERNE

DETERMINA
LO SVILUPPO DELLA PERSONALITÀ

CURE INADEGUATE: SVILUPPO DI PATOLOGIA

LE DINAMICHE DELL'ATTACCAMENTO SONO
STRETTAMENTE
CORRELATE ALLA SALUTE MENTALE

QUANDO SI ATTIVA IL SISTEMA DELL'ATTACCAMENTO?

PER FATICA DOLORE FISICO O EMOZIONALE
NELLA SOLITUDINE

Perché si attiva?

PER IL RAGGIUNGIMENTO DI UNO SCOPO LEGATO ALLA

RICERCA DI PROTEZIONE

Impossibilità di conseguire tale scopo:
DISTACCO EMOTIVO

S.M. dell'Accudimento

RECIPROCO DELL'ATTACCAMENTO
SUDDIVISO IN:
- RICHIESTA DI ACCUDIMENTO
- OFFERTA DI ACCUDIMENTO

QUANDO SI ATTIVA

** Segnali di richiesta di conforto e protezione*
** Percezione di fragilità dell'altro, maggiore è la fragilità,tanto più forte è la motivazione all'accudimento*

Perché si attiva?

Per il raggiungimento di uno scopo legato alla

RICERCA DI SICUREZZA

S.M.Agonistico

Atteggiamenti di competizione per mostrare potenza – superiorità – forza

QUANDO SI ATTIVA

**Percezione di risorse limitate*
** Segnali di sfida o confronto provenienti dall'altro*
**Giudizio – ridicolizzazione – colpevolizzazione – segnali di rango*

Perché si attiva

Per connotare il rango – sottomissione – dominanza

Il sistema motivazionale cooperativo e sessuale disattiva l'agonismo

S.M. Sessuale

Ricerca del partner disponibile per l'accoppiamento, attraverso segnali di corteggiamento, quindi, vicinanza reciproca.

QUANDO SI ATTIVA

*Livelli variabili di ormoni sessuali

*Segnali comportamentali seduttivi o chimici (feromoni) provenienti da un cospecifico

*Stimolazioni artificiali (immagini)

Perché si attiva

***Per piacere orgasmico**

***Procreazione**

S.M. Cooperativo

Fare insieme agli altri per il conseguimento di un obiettivo in comune tra coloro che collaborano – la collaborazione tra cospecifici è alla pari

QUANDO SI ATTIVA

*Percezione di un obiettivo comune

(La risorsa non viene percepita come limitata)

*Percezione dell'importanza degli altri individui interagenti per il raggiungimento dell'obiettivo

*Segnali di non minaccia agonistica.

Questo s.m., quindi, la collaborazione tra cospecifici permette un efficienza superiore

S.M. Cooperativo

Quando si disattiva:

*Conseguimento della *Meta*

**In caso di tradimento*

**Attivazione di altri s.m.*

Questo s.m. si differenzia dagli altri perché non è innato ma deve essere appreso nel corso della vita.

E' più complicato a metterlo in atto

Nella relazione di aiuto attuare una relazione cooperativa fa raggiungere **maggiori risultati**

SVILUPPO DELLA NOSTRA PERSONALITA'

Fattore determinante è la relazione che instauriamo con la figura di *attaccamento*.

Per figura di attaccamento si intende:
Quella persona che si prende cura e risponde ai bisogni del bambino dalla nascita.

Sulla base delle risposte ai bisogni attraverso le cure materne, si individuano 4 tipi di Attaccamento

Dagli anni 30 si inizia a studiare da vicino la relazione madre bambino:

sulle conseguenze negative della psiche dei bambini legato al rapporto disturbato con la figura materna in termini di:

DEPRIVAZIONE

ADEGUATEZZA

CONTINUITA’

DELLE CURE AFFETTIVE RIVEVUTE

Contemporaneamente venivano effettuati studi su altre specie.

Lorenz* – *Imprinting

Harlow* – *Legame madre bambino

L'osservazione di piccoli macachi

nel momento in cui vengono spaventati si dirigono verso la madre calda e accogliente e non verso la madre ricca di nutrimento

Conclusioni: Il legame che si stabilisce tra bambino e madre non è rinforzato dal nutrimento offerto bensì dal modo in cui si accoglie il piccolo.

Bowlby*:* in seguito alle osservazioni di Harlow sviluppa una teoria che spiega il legame che si instaura tra madre e bambino e apre una nuova via sulla *motivazione umana*.

LIFE

Teoria dell'ATTACCAMENTO

(Bowlby)

LEGAME MADRE – BAMBINO
DETERMINATO DALLE CURE MATERNE

SULLA BASE DELLE CURE MATERNE FORNITE:

- ATTACCAMENTO SICURO
- ATTACCAMENTO INSICURO EVITANTE
- ATTACCAMENTO INSICURO AMBIVALENTE
- ATTACCAMENTO DISORGANIZZATO

ATTACCAMENTO SICURO:

MADRE DISPONIBILE A RISPONDERE POSITIVAMENTE ALLE RICHIESTE DI CURA VICINANZA E CONFORTO.
SENSIBILI AI SEGNALI DI DISAGIO.

COMPORTAMENTO DEL BAMBINO:

INTORNO AI DODICI MESI, ESPLORA L'AMBIENTE CON DISINVOLTURA IN SITUAZIONI ESTRANEE. ALLA SEPARAZIONE DALLA MADRE PIANGE E RICEVE CONFORTO AL RICONGIUNGIMENTO SALUTA CON GIOIA.

ATTACCAMENTO INSICURO EVITANTE:

MADRE PROPENSA A RESPINGERE O IGNORARE LE RICHIESTE DI VICINANZA DEL BAMBINO – MIMICA CHE TRASMETTE SEGNALI DI DISTANZA FISICA – SVALUTANTI NELLA RICHIESTA DEI BISOGNI E DELLA VICINANZA – SEGNALI DI RIFIUTO.

COMPORTAMENTO DEL BAMBINO:

INCAPACITÀ ALL'ESPLORAZIONE DELL'AMBIENTE E ALLARMISMO IN PRESENZA DI ESTRANEI. LA PRESENZA DELLA MADRE NON LO RASSICURA PROVA ESTREMO DISAGIO IN ASSENZA DI LEI AL SUO RITORNO NON LA SALUTA - DIMOSTRA POCHI SEGNI DI ANGOSCIA ALLA SEPARAZIONE.

ATTACCAMENTO INSICURO AMBIVALENTE:

MADRE IMPREVEDIBILE NELLE CURE MATERNE NON SEMPRE ADEGUATA AI BISOGNI DEL BAMBINO

INTRUSIVA NELLE ATTIVITÀ ESPLORATIVE DEL BAMBINO

LIMITA LE PROPRIE AUTONOMIE

CONTRADDITTORIA

DIFFICOLTÀ A DARE AUTONOMIA AL FIGLIO

COMPORTAMENTO DEL BAMBINO:

FORTEMENTE ANGOSCIATO DALLA SEPARAZIONE DALLA MADRE – DIFFICILMENTE SI RASSICURA NEL RICONGIUNGIMENTO – CERCA IL CONTATTO E ALLO STESSO TEMPO SI OPPONE – SI STRINGE ALLA MAMMA E CONTEMPORANEAMENTE ESPRIME RABBIA NEI SUOI CONFRONTI INIBITO NEL GIOCO ESPLORATIVO.

ATTACCAMENTO INSICURO DISORGANIZZATO

LA MADRE SOFFERENTE PER MANCANZA DI ELABORAZIONE DI UN LUTTO O EVENTI (INCESTI VIOLENZE)

QUESTO DETERMINA UNA ALTERAZIONE DELLO STATO DI COSCIENZA.

MADRE SPAVENTATA SPAVENTANTE
PRESENTE FISICAMENTE
ASSENTE EMOTIVAMENTE
ASPETTO IPNOTIZZATO.

COMPORTAMENTO DEL BAMBINO

SPAVENTATO DALLA MADRE DURANTE L'ACCUDIMENTO IMPOSSIBILITÀ DA PARTE DEL BAMBINO DI ALLONTARSI.

DISSOCIAZIONE

MODELLI OPERATIVI INTERNI

IL SISTEMA MOTIVAZIONAL DELL'ATTACCAMENTO OLTRE AD ORGANIZZARE IL COMPORTAMENTO INTERPERSONALE ED ESPERIENZA EMOTIVA ORGANIZZA LA RAPPRESENTAZIONE MENTALE DI SE' E DEGLI ALTRI

MODELLO OPERATIVO DA ATTACCAMENTO SICURO

PERCEZIONE DI FIDUCIA NEI CONFRONT DELLEPERSONE E DELLA REALTÀ

PREDISPOSIZIONE ALLA VICINANZA CON LE PERSONE

CAPACITA' AD ELABORARE IL DISTACCO DAGLI ALTRI

CAPACITÀ DI ELABORARE I LUTTI

APERTURA NEI CONFRONTI DELL'AMBIENTE E CON GLI ALTRI.

MODELLO OPERATIVO DA ATTACCAMENTO INSICURO EVITANTE

NON MOSTRA I BISOGNI DI RICHIESTA DI AIUTO AGLI ALTRI

NON CHIEDE AIUTO – TENDE A FARCELA DA SOLO

TENDE AD UNA SPICCATA AUTONOMIA

COMPULSIVA FIDUCIA IN SE’

MODELLO OPERATIVO INSICURO AMBIVALENTE

LA PERSONA È CARATTERIZZATA DALL'INCERTEZZA

SI ATTRIBUISCE LA COLPA

TENDE AD ATTRIBUIRSI LA RESPONSABILITA'

NON SI SENTE AMATO

PAURA NEI RAPPORTI D'INTIMITÀ PER PAURA DI NON ESSERE AMATO

EVITAMENTO DELLA RELAZIONE

RINUNCIA ALL'ESPLORAZIONE
INCAPACITA' DI PREVEDERE LA REALTA'

MODELLO OPERATIVO DISORGANIZZATO

LA PERSONA TENDE A STARE A DISTANZA SPICCATA

TENDENZA AL CONTROLLO SUGLI ALTRI

NON SI PONE IL PROBLEMA DELL'AMABILITA' MA TROVARE LA FORZA PER FRONTEGGIARE LA REALTA' PERCEPITA COME PERICOLOSA

TALE PERSONA VIVE CON LA SENSAZIONE DI MINACCIA CONTINUA.

COME NASCE IL GIUDIZIO

Comportamento →

Emozioni e pensieri →

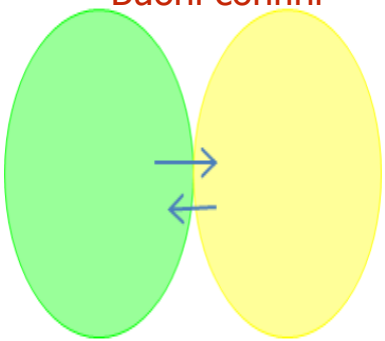
E' importante capire cosa c'è dietro a quel comportamento, andare oltre i comportamenti manifesti cercando nuove informazioni altrimenti il rischio è quello di rimanere intrappolati nelle

ETICHETTE

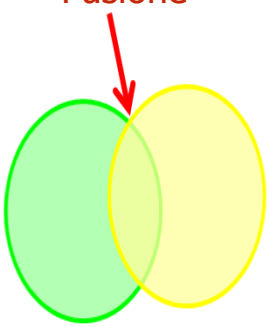
PER ISTAURARE UNA BUONA **EMPATIA è fondamentale oltrepassare il pregiudizio.**

NON GIUDICARE IL COMPORTAMENTO MA CAPIRE LE INTENZIONI MANTENENDO BUONI CONFINI

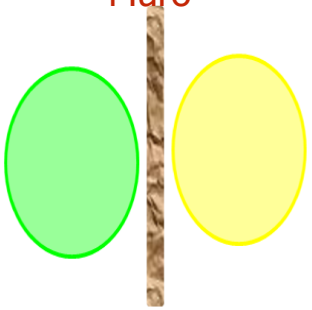
Buoni confini



Fusione



Muro



Infermiere/a: “Come sta?”

Il **paziente** indica il tubo di tracheotomia che ha nel collo.

Infermiere/a: “Mi scusi.”

Rendendosi conto che il paziente non può parlare, l’infermiere/a prende taccuino e matita e scrive:

Come sta?

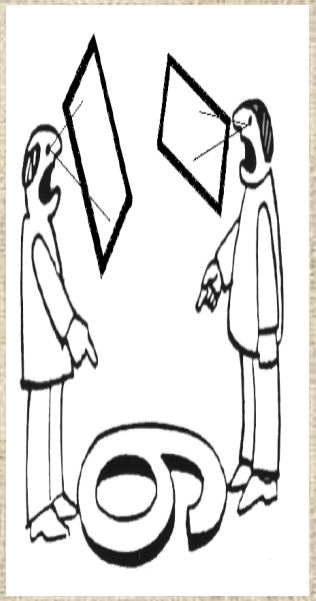
e porge taccuino e matita al paziente perché risponda.

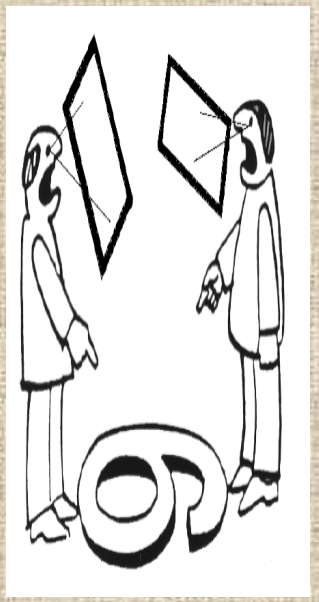
Il **paziente** prende taccuino e matita e scrive:

Non sono sordo.

(R. D. Laing)

GLI EFFETTI DELLA COMPLESSITA'





Tra quello che penso,
quello che voglio dire,
quello che credo di dire,
quello che dico,
quello che voi volete sentire,
quello che voi volete capire,
quello che voi credete di capire,
quello che capite,
ci sono almeno **OTTO** possibilità di …

non capirsi per niente!

CHE COSA OCCORRE PER COMUNICARE CON EFFICACIA

1) COMPRENDERE IL SIGNIFICATO E LA COMPLESSITÀ DELLA COMUNICAZIONE

2) CONOSCERE LE CAUSE DEI CONFLITTI

3) CONOSCERE LE TRAPPOLE DELLA COMUNICAZIONE

IMPORTANZA DELL'A.C.R.A.

ASCOLTARE/FARSI ASCOLTARE
CAPIRE/FARSI CAPIRE
RICORDARE/FARSI RICORDARE
APPLICARE/FAR APPLICARE

CHIARIRE CONDIVIDERE COINVOLGERE

SPESSO NOI E I NOSTRI INTERLOCUTORI SIAMO :

S – F – I – T

S TANCO

F RETTOLOSO

I RRITABILE

T RADITI - TRADITORI

INCOMPRENSIONI (tenuta dei punti – autoreferenzialità)

EVIDENTEMENTE LEI NON HA CAPITO!

NO, VERAMENTE E' LEI CHE NON SI E' SPIEGATO!

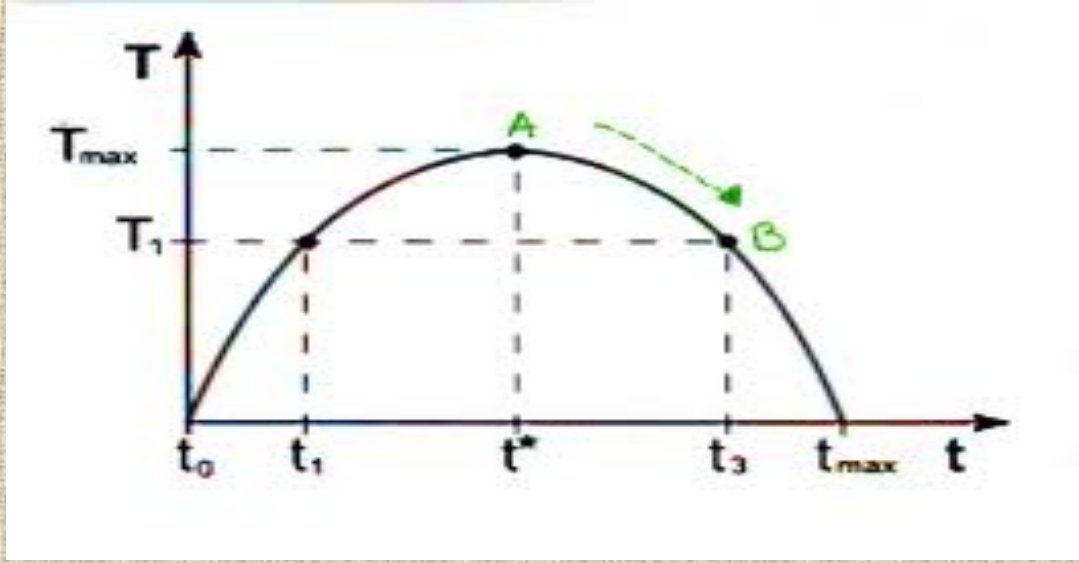
100% >>> 70% >>> 40% >>> 20% >>>10%

Voglio dire Dico Recepisce Capisce Ricorda

IO L'ALTRO

LA CURVA DI ATTENZIONE

$t_1$5’ – $t_2$10’ – $t_3$15



DOPO 10 MINUTI (punto A) l’attenzione tende a diminuire

MEMORIZZAZIONE DI PAROLE

Il nostro cervello non è in grado di memorizzare troppe parole tutte insieme.

Se ci vogliamo far capire, ovvero, se vogliamo che il nostro interlocutore memorizzi ciò che noi diciamo dobbiamo produrre poche parole e adattarle alla persona che abbiamo di fronte

Le più frequenti percezioni problematiche dell'interlocutore:

- eccesso/carenza quantitativa di informazioni
- lacune terminologiche
- difficoltà di memorizzazione
- freddezza del professionista
- ruolo passivo

Le percezioni problematiche del professionista:

- pazienti che non accettano, non si fidano, reagiscono emotivamente
- pazienti che non capiscono
- pazienti che non seguono le indicazioni
- familiari scettici, polemici, aggressivi

PER COMINCIARE:
Il GIUSTO ATTEGGIAMENTO MENTALE

1. ASCOLTARE PRIMA DI DIRE O FARE

2. ESSERE DISPOSTI A CREDERE CHE CIÒ CHE DICE L'ALTRO PUÒ AVERE UN SENSO

3. NON CONVINCERSI TROPPO PRESTO DI AVERE CAPITO TUTTO

4. NON DARE MAI NULLA PER SCONTATO

5. NON DARE GIUDIZI DI VALORE

6. NON CONTRAPPORSI

GLI ASPETTI FONDAMENTALI

1. Praticare l'ascolto attivo

2. Trasmettere sicurezza

3. Curare la comprensibilità del messaggio

4. Evitare il linguaggio ostruttivo

1. COME PRATICARE L'ASCOLTO ATTIVO?

A) CONTATTO VISIVO

B) SEGNALI DI ASSENSO VERBALI E NON VERBALI

C) RIFORMULAZIONE DEI MESSAGGI DELL'INTERLOCUTORE

Pre razionalizzare le domande e le affermazioni

Anticiparne il motivo (chiedo questo perché – credo sia importante chiarire perché – gli/le dico questo allo scopo di….)

3
Come essere chiari e convincenti

Focalizzare l'argomento di cui si vuol parlare

Specificare per evitare generalizzazioni

Argomentare strutturatamente

Esemplificare per offrire concretezza e favorire il ricordo

Riepilogare frequentemente

Chiedere osservare il feed-back tramite domande

Spiegare il linguaggio tecnico

Incoraggiare l'utente a fare domande

Fare attenzione nel comunicare argomenti più importanti all'inizio e alla fine

4
Linguaggio ostruttivo e i suoi effetti

DIRIGERE

“Bisogna che tu”- “tu devi”- “fai come ti dico”

Produce timore e resistenza

MINACCIARE

“E’ meglio per te” – “Altrimenti”

Produce rabbia, ostilità, sottomissione.

PREDICARE

“Tu dovresti” – “Non dovresti” – “Sta nel tuo senso di responsabilità”

Produce senso di colpa e radicamento nelle posizioni originali con resistenze peggiori

CONSIGLIARE

“Io al tuo posto farei” – “Ti do un suggerimento”

Produce Dipendenza o Resistenza

DISCUTERE

Si però" – In realtà"

Sollecitano posizioni difensive e di inadeguatezza

GIUDICARE

“Non sei una persona esperta” – “Sei troppo pignolo” – “Sei troppo ostinato”

Produce distacco, rabbia

RIDICOLIZZARE

“Sei un gran furbo” – “Fai altro che piangere”

Produce distacco, abbassa l’autostima.

INTERPRETARE

“Tu in realtà non volevi dire questo” – “Tu in realtà pensavi di” –

Provoca rifiuto

ELUDERE

“Parliamo piuttosto di altro – torniamo ai problemi veri..”

Produce sfiducia e irritazione

Metacognizione

- “Ogni conoscenza o attività cognitiva che prende come oggetto, o regola, ogni aspetto di qualsiasi impresa cognitiva”

(Flavell, 1976)

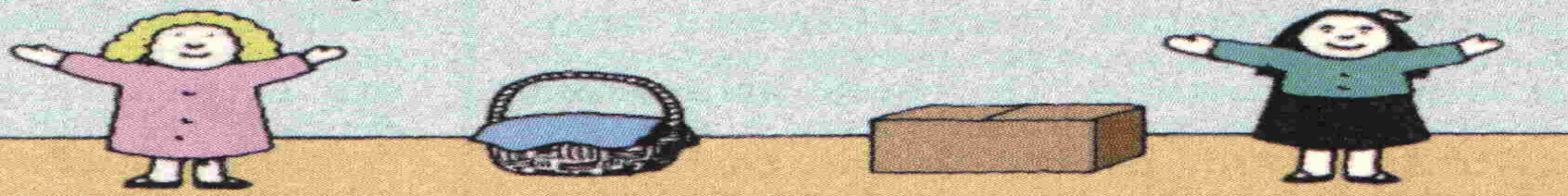
Conoscenza e processi metacognitivi

- **Conoscenze metacognitive**: insieme delle rappresentazioni che l'individuo possiede sulla mente;

- **Processi metacognitivi**: l'uso che le persone fanno delle conoscenze mentalistiche

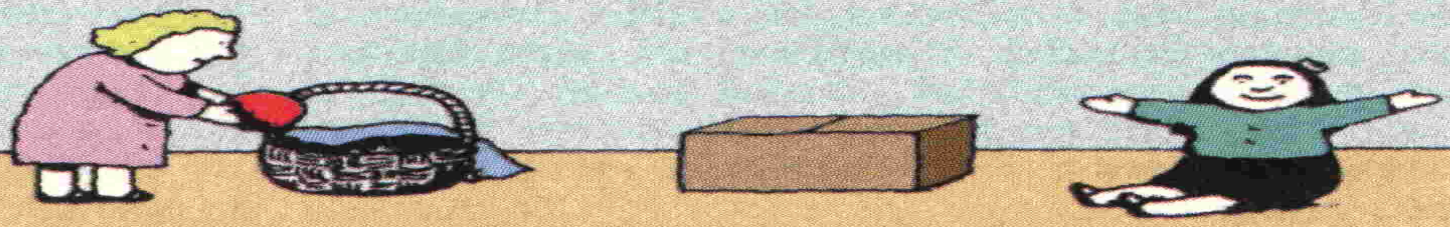
La teoria della mente

- Riguarda quegli aspetti specifici della conoscenza metacognitiva relativi al possesso di una rappresentazione dell'evento mentale e alla capacità di attribuire a sé e agli altri stati mentali e di prevedere e/o spiegare il comportamento manifesto sulla base di questi dati

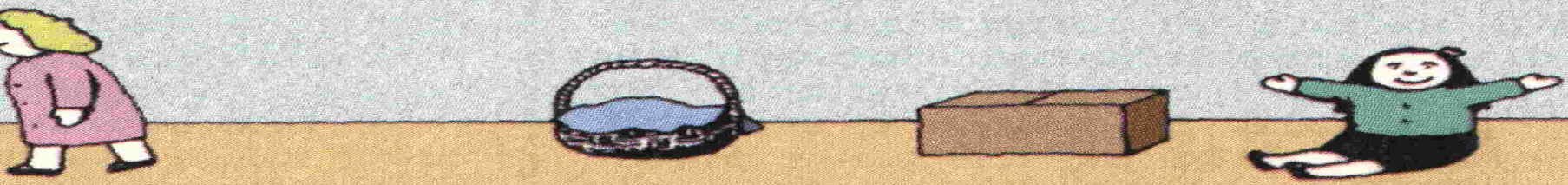


Sally ha un cestino

Anna ha una scatola



Sally ha una palla e la mette nel cestino

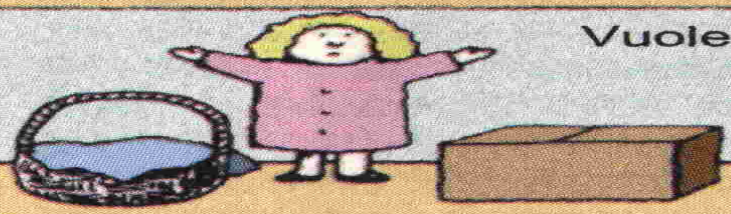


Sally esce a fare una passeggiata

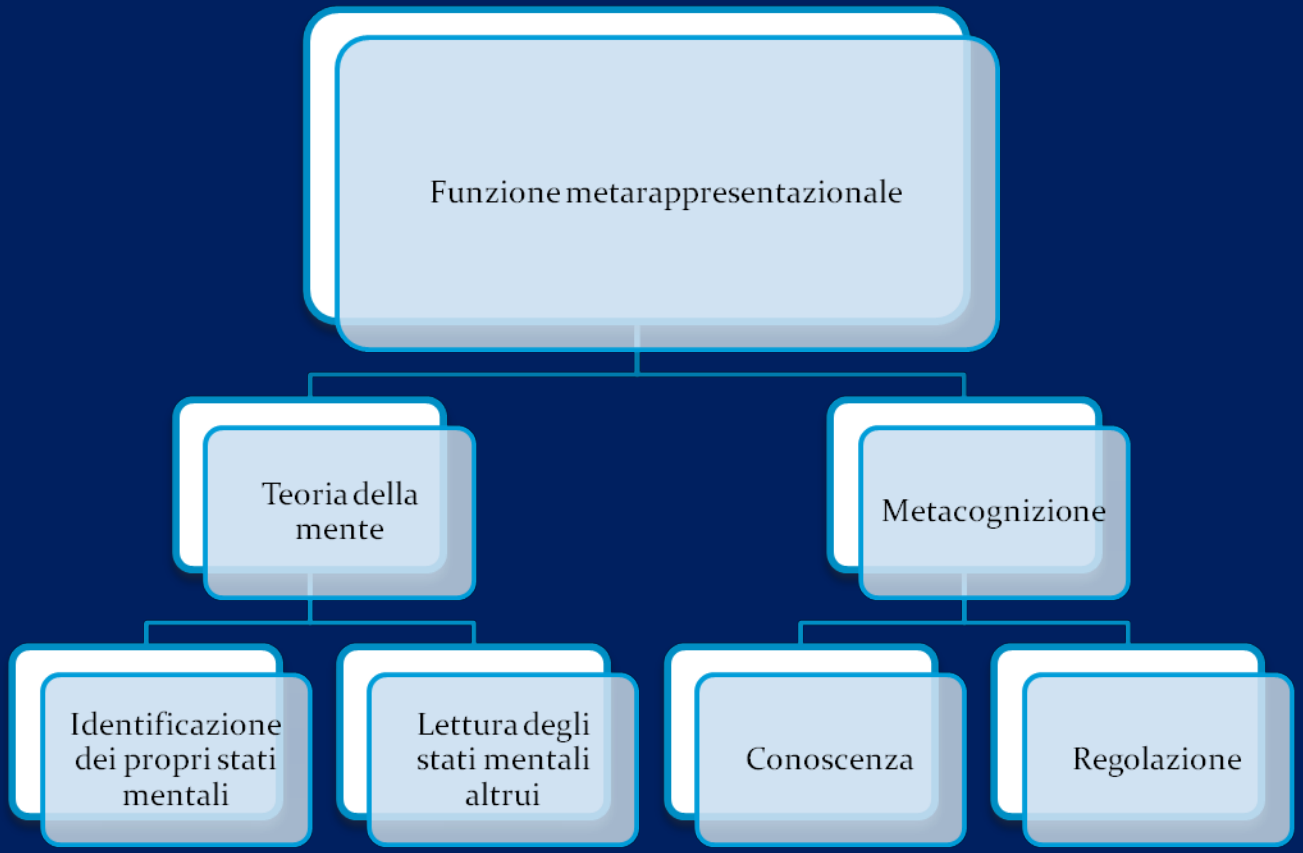
Anna prende la palla e la mette nella scatola

Ora Sally ritorna

Vuole giocare con la palla



Dove cercherà la palla Sally?


Funzione metarappresentazionale
Teoria della mente
Metacognizione
Identificazione dei propri stati mentali
Lettura degli stati mentali altrui
Conoscenza
Regolazione

Lo sviluppo della metacognizione

- Comportamenti imitativi;
- Comprensione dell'intenzionalità;
- Attenzione condivisa;
- Il gesto del **pointing**

Il gioco di finzione

- Leslie (1988) afferma che la capacità di agire il gioco di finzione richiede la stessa capacità cognitiva implicata nella comprensione di stati mentali e che per questo può essere considerata la manifestazione più precoce della teoria della mente vera e propria;

- Perner afferma, al contrario, che l'unica dimostrazione del fatto che il bambino sia in grado di formulare metarappresentazioni è data dal superamento del test della falsa credenza

- In età prescolare il bambino nega che due emozioni possano coesistere;
- In età scolare il bambino inizia a comprendere che due emozioni possono coesistere e che uno stesso oggetto può suscitare, nella stessa persona, contemporaneamente due emozioni con valenza opposta

- Sviluppo della capacità di integrazione tra i diversi stati mentali;
- Regolazione dei vari stati mentali

L’acquisizione di una teoria della mente

Metacognizione e attaccamento

- La metacognizione è un'acquisizione intrapsichica e interpersonale che emerge pienamente solo in un contesto di attaccamento sicuro

(Fonagy, 1996)

Sviluppo della teoria dell'attaccamento

1. J. Bowlby richiama l'attenzione sul sistema comportamentale dell'attaccamento;
2. M. Ainsworth individua nei bambini di 12 mesi tre modelli organizzati di risposta a due brevi separazioni da un genitore in una situazione di laboratorio;
3. Interesse crescente per i processi rappresentazionali

Comportamento del bambino nella Strange Situation

- Sicuro: mostra di avvertire la mancanza del genitore alla prima separazione e piange durante la seconda. Accoglie il genitore attivamente, per esempio, gattonando verso di lui o cercando di essere preso in braccio. Dopo un breve contatto con il genitore si calma e torna a giocare;

- Evitante: non piange durante le separazioni, è preso dai giochi e dall'ambiente durante tutta la procedura. Evita e ignora attivamente il genitore al suo ritorno, allontanandosi, voltandosi o dimenandosi quando viene preso in braccio. Assenti le emozioni di rabbia.

Comportamento del bambino nella Strange Situation

- Resistente/ambivalente: il soggetto è preoccupato dagli spostamenti del genitore durante tutta la procedura, può mostrarsi attivamente arrabbiato, cercando il genitore e, subito dopo, resistendo al contatto, oppure esibire un atteggiamento passivo. Al ritorno del genitore non si calma e non torna a esplorare, resta stabilmente orientato su di lui e non smette di piangere;

- Disorganizzato/disorientato: al ritorno del genitore il bambino può bloccarsi come in trance, agitare le mani in aria, alzarsi e poi cadere prono oppure avvinghiarsi e nello stesso tempo contorcersi.

Stato mentale dell'Adult Attachment Interview

- Sicuro/autonomo: un discorso coerente e collaborativo caratterizza la descrizione e la valutazione delle esperienze legate all'attaccamento che vengano raffigurate come positive o come negative. L'intervistato sembra considerare importanti le esperienze di attaccamento valutando oggettivamente ogni specifica esperienza;

- Distanziante: le descrizioni dei genitori positive e normalizzanti non sono supportate, o sono contraddette, da ricordi specifici. Le esperienze negative vengono considerate come prive di conseguenze. I trascritti sono brevi, frequente l'assenza dei ricordi.

Stato mentale dell'Adult Attachment Interview

- Preoccupato: il soggetto è preoccupato rispetto alle proprie esperienze, arrabbiato, confuso o spaventato. Sono presenti errori grammaticali . I trascritti sono lunghi, alcune risposte irrilevanti;

- Disorganizzato a seguito di traumi o lutti irrisolti: durante il racconto di perdite o di abusi per il controllo del ragionamento e del discorso: per esempio parla di persone morte come se fossero vive, fa lunghe pause.

Intervista sicura/autonoma

- *Bè, tanto per cominciare, mia madre non era una persona piacevole perché oggi, posso dirlo, era troppo affaccendata. Ebbe 4 di noi in 3 anni che sarebbe stato tanto per chiunque e io ero la maggiore. Penso che, dei quattro, io sono quella che ha avuto la peggio, e ricordo che si intrometteva spesso in questioni che non la riguardavano (almeno così pensavo). Allo stesso tempo, quando avevo un problema o stavo male, non faceva nulla per aiutarmi e ricordo che una volta mi ruppi un braccio e non le dissi niente per ore per paura che si arrabbiasse.*
- *Senz'altro era invadente, interferiva spesso. E non era una persona piacevole. Credo che lei si riferisca alla relazione nel suo insieme, non è vero? Perciò diciamo che a me non piaceva lei e a lei non piaceva me. Suppongo che eravamo, distanti, in molte cose. Così manca la quarta parola…era una persona che si sforzava di fare le cose, voglio dire, a volte sembrava si sforzasse di aiutarmi. Ed era spesso arrabbiata, a volte scattava senza motivo*

Intervista distanziante

- *Un'infanzia del tutto normale, senz'altro un'infanzia normale, con entrambi i genitori, direi. Mia madre mi sosteneva in ogni cosa, si interessava molto a quello che facevo a scuola, mi chiedeva sempre come era andata la giornata a scuola. Ci teneva molto alla nostra indipendenza. Mi ha insegnato a non preoccuparmi delle piccole cose;*
- *Vediamo premurosa, affettuosa…e supportiva, questi sono i primi tre. Ci ha educato bene, quindi..una brava educatrice…espansiva;*
- *….una volta mi ruppi un braccio, giocando nel cortile. Queste cose facevano arrabbiare mia madre, non le poteva soffrire. Faceva un male terribile ma non le dissi niente, lo apprese da qualche vicino, deve essere stato il modo in cui mi tenevo il braccio…non le piacevano i bambini piagnucolosi. Ho sempre cercato di non piangere perché era una persona molto rigida*

Intervista preoccupata

- *Il rapporto con i miei genitori nel corso della mia infanzia. Mmm, dunque, iniziamo da mia madre, è facile perché i problemi personali di mia madre hanno completamente dominato la mia vita…come dire pretendeva che le dicessi ogni minima cosa e io mi sarei inventata tutto ma non sarebbe stato abbastanza per lei perché c'era molto di suo in questa cosa di dover sapere tutto e dire tutto. Ci sarebbe tanto materiale su di lei, ma lei non è mai riuscita a capire che io avevo, ho e avrò la mia vita;*
- *Bene , era affettuosa, ci baciava, ci abbracciava, ci diceva che ci voleva bene. Ma allo stesso tempo era arrabbiata. Oggi mi rendo conto che questo dipendeva dal suo rapporto con la madre. A volte ci provava, ma devo dire che non riusciva a riconoscerli, intendo dire i suoi problemi e da dove venivano, perciò chiamiamoli problemi personali. Oggi io e Ceci non abbiamo problemi, non come lei faceva con me, io le dico, Ceci, se ha dei problemi, rivolgiti a me. Ed era invadente, e…*

Intervista disorganizzata

- È stato quasi meglio quando è morta, perché a quel punto lei poteva continuare a essere morta e io potevo continuare a crescere la mia famiglia;
- Ho ancora paura che sia morto, quella notte, perché mi sono dimenticato di pensare a lui. Promisi di pensare a lui e l'ho fatto, ma quella notte mi sono addormentato e così lui è morto;
- Lei era giovane, amabile teneramente amata da tutti coloro che la conoscevano e che l'hanno assistita quando ci è stata strappata dalla più temuta delle malattie, la tubercolosi. E allora, come un fiore strappato dalla terra nel suo momento di splendore…;
- È morto trentadue anni fa il mese scorso, il primo marzo di lunedì, proprio prima del suo trentaduesimo compleanno. Era un giorno di primavera, e mi ricordo che corsi in ospedale, presi il bus e scesi a LaForge Street e poi girai per Gamercy e improvvisamente ero là a Washington e…

- Il sistema dell'attaccamento ha un'importanza fondamentale nell'organizzazione delle funzioni psichiche;

Relazioni tra attaccamento e capacità metacognitive

- Bambini sicuri mostrano, all'età di 18 mesi, la capacità di mantenere l'attenzione sul compito per periodi di tempo più lunghi, di avere una disposizione emozionale più positiva durante la risoluzione dei compiti e di chiedere maggiormente aiuto in caso di necessità

Mary Main

- Monitoraggio metacognitivo avanzato nei bambini sicuri;
- Difficoltà ad accedere a ricordi precedenti nei bambini insicuri;
- Incapacità di comprendere la natura segreta del pensiero nei bambini di 6 anni valutati insicuro-ambivalenti
- *I processi mentali degli individui sicuri possono essere distinti da quelli degli individui insicuri non solo in base al loro contenuto ma anche in base alla loro flessibilità e alla facilità con cui è possibile esaminarli*

Modello operativo interno

- Ci consente di descrivere le rappresentazioni interne che l'individuo ha di se stesso, delle proprie figure di attaccamento , del mondo e delle relazioni che legano queste rappresentazioni;
- Nei soggetti sicuri

Integrazione delle informazioni rilevanti

- Nei soggetti insicuri

Informazioni incoerenti, poco integrate o inaccessibili

Modelli multipli

- Indica la presenza di modelli contraddittori o incompatibili;
- Idee contraddittorie rispetto alle figure di attaccamento e al sé o rispetto all'esistenza, alla natura e all'interpretazione di eventi collegati all'attaccamento

➢ *Credo che mia madre sia una persona estremamente affettuosa e che abbia sempre agito nel mio interesse/ Credo che mia madre mi metta in ridicolo, mi rifiuti e non prenda in considerazione i miei interessi*

- I bambini sicuri dedicano più tempo all'esplorazione poiché hanno meno bisogno di rivolgere continuamente l'attenzione sulla madre per controllarla

Insicuro-evitante con la madre a sei anni

Che cos'è un pensiero? Non so. *Puoi dirmi che cos'è un pensiero*? Qualcosa che pensi

Dove sono i pensieri? In testa

Hai un pensiero che pensi spesso? No (ripete la domanda). Si, uno. *Qual è*? Uh, cartoni animati. *Quale?* (nomina un personaggio di un cartone animato.) *Pensi spesso a (nome del personaggio)*? Già. *C'è qualche altra cosa cui pensi spesso*? No. Bè, qualche volta. Qualche volta penso a cosa mangiare.

Gli altri sanno che cosa pensi quando non possono vederti? No. No? *Non sanno che cosa pensi se non possono vederti?* Uh- uh. Uh- uh, cosa? Possono…se non possono vedermi, se mi sono perso, possono sapere che sto pensando che voglio tornare a casa.

Tu sai cosa pensa qualcun altro quando non puoi vederlo? No *(ripete la domanda).* No.

Sai come sono fatti i pensieri? Veramente non so descriverli. *Sono come i film?* Già. *Film, cartoni, tv?* Già, cartoni

Insicuro-non classificabile/ambivalnte con la madre a sei anni

Che cos'è un pensiero? È facile. Qualcosa che vuoi, qualcosa che speri di avere, qualcosa così.

Dove sono i pensieri? Nella mente.

Hai un pensiero che pensi spesso? Mmh, il pensiero è…che non voglio mai stare solo. *Che non vuoi stare da solo?* Mai, mai, mai! O che io ho qualcosa che si occupa di me, e io mi occupo di loro. *Qualcuno che si occupa di te?* Qualcosa.

Gli altri sanno che cosa pensi quando non possono vederti? Mmh, sì. Sanno cosa penso. *Chi*? Qualcuno. Ho promesso di non dirlo. Tu lo dirai alla mamma. *Come fanno a sapere?* È facile, io penso a loro e loro pensano a me. *Tu sai cosa pensa qualcun altro quando non puoi vederlo*? Sì. *Chi è?* Non posso dirlo.

Sai come sono fatti i pensieri? Certo! Sono grandi e rotondi (gesticola)

Sicuro con la madre a sei anni

Che cos'è un pensiero? Pensi, per esempio, che succederà qualcosa e non lo sai. Pensi ma non lo sai.

Dove sono i pensieri? I pensieri stanno in testa.

Hai un pensiero che pensi spesso? non penso così tanto (ripete la domanda). Già, uh, qualche volta penso a quello che succede con i miei cugini. Qualche volta penso di chiedere a mia madre se posso andare a casa dei miei amici. Ma non so se succederà.

Gli altri sanno cosa pensi quando non possono vederti? No (ripete la domanda). No.

Tu sai cosa pensa qualcun altro quando non puoi vederlo? No, forse non pensano neppure. *È possibile!* (ride) questo è un pensiero (gesticola con la mano). È questo che ho pensato. Che può darsi che loro non pensino.

Sai come sono fatti i pensieri? Non so. *Come film?* Può darsi. *A cos'altro assomigliano?* A cosette piccole piccole (fa un gesto con il pollice e l'indice per mostrare quanto sono piccoli) e ci sono tutte queste cosette piccole piccole e come queste sono tutte le cose in tutto il mondo. Tutte quelle cosine che puoi pensare.

Per Fonagy

La metacognizione è un'acquisizione intrapsichica e interpersonale che emerge pienamente solo in un contesto di attaccamento sicuro;

È predisposta biologicamente a meno che non venga inibita da due fattori;

1. L'assenza di un attaccamento sicuro;
2. Esperienze di maltrattamenti all'interno di relazioni intime

Abilità metacognitive

autoriflessività

Comprensione della mente altrui e decentramento

Mastery

Autoriflessività

- Implica la capacità di discriminare e definire le componenti dei propri stati interni;
- Implica, inoltre, la capacità di distinguere tra le proprie rappresentazioni interne e la realtà;
- Implica la capacità di comprendere le relazioni di causalità tra i propri stati interni e le eventuali variabili sociali e relazionali

Comprensione della mente altrui e decentramento

- La comprensione della mente altrui si riferisce alla capacità del soggetto di rappresentare eventi mentali e di compiere operazioni cognitive euristiche sul funzionamento mentale altrui;

- Il decentramento si riferisce alla capacità del soggetto di rappresentare eventi mentali e di compiere operazioni cognitive euristiche sul funzionamento mentale altrui non riferendosi esclusivamente alle conoscenze sul proprio funzionamento mentale e non essendo necessariamente coinvolto nella relazione

Mastery

Si intende la capacità dell'individuo di rappresentare ambiti psicologici in termini di problemi da risolvere e di elaborare adeguate strategie alla risoluzione del compito a livelli crescenti di complessità

1. Tentativi di variare rapidamente il set mentale modificando lo stato generale dell'organismo;
2. Strategie di regolazione volontaria del proprio assetto mentale;
3. Strategie tramite cui il soggetto sarà in grado di operare sulle credenze che sono alla base del problema utilizzando le conoscenze sul funzionamento mentale

Metacognizione e autismo

- Un gran numero di studi attestano le difficoltà di soggetti con autismo in compiti di teoria della mente, a partire da quelli più semplici come la falsa credenza fino a compiti più complessi di comprensione delle interazioni sociali come il riconoscimento di gaffe, di inganni e ironie

Metacognizione e sistemi motivazionali interpersonali

- Sistemi motivazionali interpersonali:Sistemi mentali di regole innate che predispongono l'individuo a organizzare l'esperienza interpersonale;
- Sono orientati ad una meta;
- Sono attivati da specifici segnali

1. Sistema dell'attaccamento
2. Sistema dell'accudimento
3. Sistema agonistico
4. Sistema sessuale
5. Sistema cooperativo

- Esiste una relazione tra attivazione di diversi sistemi motivazionali interpersonali e funzionamento metacognitivo;
- All'attivazione di alcuni sistemi motivazionali interpersonali possono essere collegati, in alcuni pazienti, specifici deficit metacognitivi

L’attivazione del sistema di attaccamento

- Sembra correlata alle sottofunzioni metacognitive dell’autoriflessività

P: Ho sentito la solita ansia, la paura…la nausea, le vertigini… ma stavolta lo sapevo, l’ho capito: “Lo so, è il solito panico”, qui lo diciamo…Quando non controllo la situazione odio il traffico: “Troverò parcheggio? Farò tardi? Ce la farò a fare tutto?” Quando non dipende da me è difficile…stavo male però ci ho pensato e volevo raccontarglielo

L’attivazione del sistema di rango

- Presenza frequente di funzioni metacognitive che segnalano la valutazione e il monitoraggio non solo dello stato emotivo proprio ma anche di quello dell’interlocutore. Tuttavia quest’ultimo aspetto è accompagnato da un deficit nella funzione di decentramento
- P: Il mio capo da quando è venuto mi ha preso in antipatia subito e non perde occasione per umiliarmi. L’altro giorno davanti a tutti mi ha ripreso perché avevo fatto una pausa caffè troppo lunga. Riprende solo me…lo fanno tutti… mi sono sentita scoppiare dalla rabbia, sono diventata tutta rossa, il cuore mi batteva…dopo ho mangiato troppi dolci

L’attivazione del sistema di accudimento

- Capacità di cogliere gli elementi costitutivi dello stato mentale dell’altro

- *P: Vedo mia figlia sempre più triste e in difficoltà per l’esame e ho deciso di aiutarla. Almeno due ore sto facendo italiano con lei tutti i giorni. E ovviamente per lei è uno sforzo perché non le piace. Però purtroppo il suo impegno non è quello che a me piacerebbe. Va bè, sì, in questo non posso… lamentarmi perché so che io sono molto esigente con me stessa e non posso chiedere che una persona si metta come io mi sarei messa a studiare l’italiano o qualsiasi altra cosa. Questo va bè, pazienza! Ma diciamo, sì, che lei sta facendo un piccolo sforzo, sta studiando, e così.*

L’attivazione del sistema cooperativo paritetico

- Funzioni metacognitive più articolate che si esprimono attraverso la capacità del soggetto di cogliere le relazioni tra le diverse componenti dell’esperienza e di utilizzarle in una descrizione completa degli eventi;

- *P: E infatti non è la prima volta che siamo in disaccordo io e lei, tante volte questo si è presentato durante la terapia però l’abbiamo sempre affrontato, ne abbiamo sempre parlato e l’abbiamo sempre risolto e il nostro dialogo era sempre aperto*