INTRODUZIONE ALLA SECONDA EDIZIONE

La teoria dell'attaccamento è apparso più di un quarto di secolo fa. Senza falsa modestia, mi piace pensare che abbia precorso i tempi. La teoria dell'attaccamento aveva ovviamente già raggiunto una certa solidità e aveva già dato origine a una pletora di ricerche sullo sviluppo infantile, ma si trovava ancora nella sua fase pionieristica, lungi dal ruolo di protagonista che riveste al giorno d'oggi. Nel campo della salute mentale degli adulti e in quello della psicoterapia psicoanalitica, l'impatto delle idee sull'attaccamento era ancora lieve. Ci fu addirittura una piccola discussione con gli editori sul titolo da dare al libro, visto che sarebbe entrato a far parte della collana "Makers of Modern Psychotherapy" i cui i titoli erano tutti costituiti dal solo nome del pensatore trattato. Mi ostinai affermando che Bowlby era allergico al culto della personalità tipico degli psicoanalisti: per lui, ciò che importava era la solidità o meno di una teoria e la sua dimostrabilità empirica, non la fama di chi l'aveva formulata.

A trent'anni di distanza sono cambiate molte cose. L'attaccamento è oggi considerato un paradigma fondamentale in psicologia, parte integrante del curriculum di base di qualsiasi corso universitario di psicologia. Le teorie e le metodologie connesse all'attaccamento ispirano lavori di ricerca di dottorato e postdottorato in tutto il mondo. Anche le applicazioni in ambito clinico si stanno rapidamente moltiplicando per far fronte ai problemi dello sviluppo infantile, alla disgregazione e alle disfunzioni nelle famiglie, alle conseguenze di perdite e traumi, al disagio mentale negli adulti. La teoria dell'attaccamento gioca un ruolo centrale anche nella teoria e nella pratica psicoanalitiche contemporanee: infatti, almeno a giudicare dall'indice di citazione, Bowlby è lo psicoanalista più citato di tutti i tempi (Steele, 2010).

Rispetto alla prima edizione di questo libro, tuttavia, non posso più rivendicare l'esclusiva dell'unica esposizione monografica esistente con una specifica concentrazione sulle implicazioni per la pratica psicoterapeutica. Il rinnovato scopo di questa seconda edizione è dunque, come allora, quello di costituire una guida al pensiero di Bowlby, al suo retroterra e alle sue influenze, ma anche di fornirne un resoconto accessibile e aggiornato, con particolare attenzione al contributo delle idee sull'attaccamento alla pratica psicoterapeutica.

A partire dalla prima edizione di questo libro sono apparse numerosissime monografie e raccolte di saggi, la maggior parte dei quali pubblicati dall'eccellente Guilford Press (per esempio, Fonagy, 2001; Brisch, 1999; Grossman, Grossman, Waters, 2005; Wallin, 2007; Mikulincer, Shaver, 2007; Steele, Steele, 2008; Obegi, Berant, 2009; Eagle 2013) fra cui tre del presente autore (Holmes, 1997, 2001, 2010).

Un libro indispensabile è il meraviglioso *Manuale dell'attaccamento* di Cassidy e Shaver (seconda edizione, 2008) composto da articoli riepilogativi che offrono un quadro dello stato dell'arte, scritti dai maggiori studiosi di quest'ambito. La rivista *Attachment and Human Development*, ancora oggi diretta dal suo fondatore, Howard Steele, ospita lavori sempre più originali sul tema, mentre Slade e Holmes (2013) hanno cercato di mettere insieme, in sei volumi, i più importanti articoli scritti fin dalla nascita di questo ramo di indagine, selezionati tra numerosissimi libri e riviste.

Tuttavia, c'è ancora spazio per una più sintetica rassegna introduttiva sui principali temi, centri di ricerca e implicazioni terapeutiche relativi all'attaccamento. Lo scopo della presente revisione è quello di aggiornare il libro, inglobando nuovi importanti risultati e nuove direzioni di ricerca, pur restando fedele all'idea di fondo e alle finalità originarie del volume. Spero che continui a costituire un richiamo per coloro che desiderano familiarizzare abbastanza rapidamente con l'argomento, ma anche per gli psicoterapeuti degli adulti che vogliano superare i confini della loro *comfort zone* cognitiva o psicoanalitica. Un aspetto sempre attuale è costituito dal background biografico di Bowlby, esemplificativo dell'intuizione junghiana secondo cui le teorie psicologiche sono inevitabilmente forme criptiche di autobiografia.

Gli obiettivi iniziali di Bowlby erano relativamente modesti: in uno dei suoi primi scritti (Bowlby, 1940a) descriveva ai colleghi psicoanalisti le sue esperienze di lavoro nelle Child Guidance Clinics,[1] speran-

1. Centri di orientamento pedagogico. [NdT]

do di convincerli che fosse "tanto importante per gli analisti studiare l'ambiente primario, quanto per un vivaista compiere uno studio scientifico del suolo" (una metafora rustica tipica di Bowlby). Come scrisse più avanti: "Quando mi accinsi a quest'opera, nel 1956, non avevo idea dell'impresa in cui mi imbarcavo" (Bowlby, [1969b] 1971). Oggi appare chiaro che quell'*imbarcarsi* era il primo passo dell'instaurazione di un nuovo paradigma, con estese implicazioni nel campo dello sviluppo infantile, nella psichiatria, nella ricerca su genitori e figli, nelle pratiche di accudimento e nella psicoanalisi. Bowlby intuì per primo che l'impulso a relazionarsi – a stringere, abbracciare, giocare, esplorare, dare sicurezza – costituiva un'entità a pieno titolo, degna di nuove ricerche e nuove teorie.

Alcuni cambi di paradigma ci lasciano senza parole, come nel verso di Keats, "silente, sopra un picco in Darién". Altri ci suonano così familiari da farci esclamare: "Perché nessuno ci ha pensato prima?". Oggi, l'attaccamento fa parte dell'aria che respiriamo; nulla di questo sarebbe stato possibile senza il coraggio, la tenacia e la visione sinottica di Bowlby. Egli deplorava la divisione tra psichiatria "biologica" e psicodinamica, affermando che il proprio modello etologico-evolutivo era basato sulla biologia evoluzionistica. Come vedremo, la genetica moderna, le neuroscienze contemporanee e le ricerche sullo sviluppo improntate all'attaccamento stanno convergendo sempre più. La scienza psicologica si trova forse sulla soglia di un altro cambio di paradigma, magari guidato – mi piace fantasticare – da uno o da alcuni tra i giovani lettori di questo libro. Non importa dove e quando avverrà; sono sicuro che avrà comunque la benedizione postuma di John Bowlby. Per lui, ironicamente, autore di una teoria in cui il trovare e il perdere giocano un ruolo così fondamentale, "una scienza che esita a dimenticare i suoi fondatori è perduta" (Whitehead, 1916). Fedele a un simile spirito, l'intento di questo libro è onorare profondamente il fondatore e il suo inestimabile contributo, ma anche spronare al loro superamento.