

## «Δεσμός Προσκόλλησης», Εμπιστοσύνη και οι Επιδράσεις του στην Ανάπτυξη της Προσωπικότητας

*Παπαλεοντίου-Λουκά Ελεονώρα  
Ευρωπαϊκό Πανεπιστήμιο Κύπρου*

### **Περίληψη**

Η βιβλιογραφική αυτή έρευνα σκοπό έχει να διερευνήσει τις σχέσεις εμπιστοσύνης και ασφάλειας που αναπτύσσει το άτομο κατά τη διάρκεια της ζωής του, σε σχέση με το είδος προσκόλλησης προς το βασικό πρόσωπο που του παρέχει φροντίδα στη βρεφική του ηλικία. Έχει υποστηριχθεί, για παράδειγμα, πως το είδος της βρεφικής προσκόλλησης επηρεάζει, όχι μόνο την ικανότητα να αναπτύσσει κανείς στενές συντροφικές σχέσεις, αλλά ακόμη και την ανάπτυξη πίστης προς τον Θεό (Thompson and Randall, 1999). Η ανάπτυξη «εμπιστοσύνης» φαίνεται δηλαδή να επηρεάζεται ουσιαστικά από την πρώιμη εκμάθηση της ασφάλειας, όπως τη βίωσε το βρέφος μέσα στο περιβάλλον του (π.χ. ζεστό, ασφαλές και σίγουρο περιβάλλον, σε αντίθεση με ένα περιβάλλον στο οποίο βιώνει κανείς τον πόνο, την παραμέληση και την κακοποίηση). Επομένως, αν το βρέφος βιώσει μια σταθερή, γεμάτη αγάπη και ασφάλεια σχέση κατά τα πρώτα αυτά χρόνια, τότε πολύ πιθανόν να αναπτύξει και ένα αίσθημα εμπιστοσύνης και ασφάλειας για το ανθρώπινο ή/και θείο «άλλο». Αντίθετα, αν το βρέφος βιώσει αρνητικές εμπειρίες σ' αυτήν την κρίσιμη φάση της ζωής του, πιθανόν να οδηγηθεί σε μια έλλειψη εμπιστοσύνης στον κόσμο, τους συνανθρώπους του και τον Θεό. Έτσι, η πρώτη μορφή πίστης (εμπιστοσύνης) στηρίζεται στο θεμέλιο της βασικής εμπιστοσύνης και ελπίδας που προέρχεται από τη φροντίδα των άλλων. Τα παραπάνω συμπεράσματα φαίνονται να έχουν διάφορες εφαρμογές στην αναλυτικά προσανατολισμένη ψυχοθεραπεία και πρακτικές συνέπειες για όσους μελετούν την κοινωνικοσυναισθηματική ανάπτυξη των βρεφών και των μικρών παιδιών.

### **Εισαγωγή**

Η θεωρία της προσκόλλησης φαίνεται σήμερα να υπόσχεται πολλά σε ένα πλήθος ερευνητών και ειδικών ψυχικής υγείας, καθώς συνδέεται, όλο και περισσότερο, με την ανάπτυξη της εμπιστοσύνης ενός ατόμου (σε αντίθεση με δυσπιστία), καθώς και με την ανάπτυξη μιας υγιούς προσωπικότητας και την ικανότητα να αναπτύσσει συναισθηματικούς δεσμούς οικειότητας με άλλα άτομα.

Η ποιότητα προσκόλλησης στη βρεφική ηλικία έχει αναγνωριστεί ως ένα βασικό χαρακτηριστικό στην ανάπτυξη της προσωπικότητας λόγω του έργου του John Bowlby, ο οποίος μας έδωσε μια θεωρία της ανθρώπινης προσαρμογής, και της Mary's Ainsworth της οποίας η θεωρία για τις βασικές μορφές προσκόλλησης, μας έχουν οδηγήσει στη μελέτη των στρατηγικών αυτοπροστασίας. Η θεωρία της προσκόλλησης έγινε βασικά γνωστή περίπου 30 χρόνια πριν (Bowlby 1980; Ainsworth et al., 1978) και εφαρμόζεται ολοένα και περισσότερο σε δείγματα που δεν περιορίζονται στη βρεφική ηλικία, σε κλινικά ακραία δείγματα, και σε δείγματα που προέρχονται από μια ποικιλία πολιτισμών.

Στο παρόν άρθρο, θα μας απασχολήσουν, λοιπόν, ερωτήματα όπως τα πιο κάτω:

- Τι είναι ο «Δεσμός Προσκόλλησης» και πώς δημιουργείται;
- Γιατί είναι αυτός ο πρώιμος δεσμός ζωτικής σημασίας για την ανάπτυξη εμπιστοσύνης στη ζωή ενός ατόμου;

- Ποιες είναι οι μελλοντικές συνέπειες στην ανάπτυξη της προσωπικότητας του παιδιού;
- Τι είδους μακροχρόνιες επιπτώσεις έχουν αυτές οι πρώιμες σχέσεις;
- Ποιες είναι οι επιδράσεις του «Δεσμού Προσκόλλησης» στις ρομαντικές σχέσεις ενός ατόμου;

Κατά τις τελευταίες δεκαετίες, οι μελέτες των συνεχιζόμενων επιπτώσεων του πρώιμου «Δεσμού Προσκόλλησης» (attachment) βρέφους-φροντιστή στην αναπτυσσόμενη προσωπικότητα του πρώτου, έχουν προσελκύσει μεγάλο ενδιαφέρον λόγω του κεντρικού ρόλου που παίζει η θεωρία του «Δεσμού Προσκόλλησης» στην αναπτυξιακή ψυχοπαθολογία (Sroufe, Carlson, Levy, and Egeland, 1999).

Η θεωρία του «Δεσμού Προσκόλλησης» προδιαγράφει συγκεκριμένα αναπτυξιακά μονοπάτια της ψυχοκοινωνικής προσαρμογής του ανθρώπου. Αυτά τα μονοπάτια αναδύονται από τις πρώιμες σχέσεις βρέφους και γονέα ή κηδεμόνα (Carlson and Sroufe, 1995; Sroufe, 1990) και έχουν τις ρίζες τους στον τρόπο οργάνωσης των μοντέλων αναπαράστασης των σχέσεων του παιδιού με τους «σημαντικούς άλλους» (NICHD, 2006).

#### **Τι ακριβώς, όμως, είναι ο «Δεσμός Προσκόλλησης»;**

Η έννοια αυτή μπορεί να οριστεί ως μια έντονη συναισθηματική σχέση μεταξύ του βρέφους και του βασικού προσώπου που το φροντίζει. Αποτελεί μια διαρκή συναισθηματική σύνδεση που παράγει την επιθυμία για συνεχή επικοινωνία των εμπλεκομένων προσώπων καθώς και τη δυσφορία κατά τη διάρκεια του αποχωρισμού. Τα βρέφη δημιουργούν στενούς συναισθηματικούς δεσμούς με το πρόσωπο που τα φροντίζει (συνήθως η μητέρα) γιατί με αυτόν τον τρόπο, αφενός εξασφαλίζεται η συναισθηματική σχέση με το κύριο πρόσωπο παροχής φροντίδας και αφετέρου δημιουργείται μια ασφαλής βάση για να μπορέσει το βρέφος να εξερευνήσει το περιβάλλον γύρω του.

Η ποιότητα και το είδος του «Δεσμού Προσκόλλησης» έχει αναγνωριστεί ως ένα κεντρικό στοιχείο στην ανάπτυξη της προσωπικότητας λόγω της εργασίας του βρετανού ψυχαναλυτή John Bowlby (1907-1990), και της Καναδέζας ψυχολόγου Mary's Ainsworth (1913 -1999).

Πρώτος, ο Βρετανός ψυχολόγος John Bowlby εισήγαγε τον όρο «attachment» (δεσμός, πρόσδεση, προσκόλληση) και περιέγραψε το δεσμό αυτό ως μια «ψυχολογική επικοινωνία μεταξύ των ανθρώπων». Ο Bowlby ορίζει ως «Δεσμό Προσκόλλησης» το συναισθηματικό δεσμό ανάμεσα σε ένα βρέφος και μια ή δύο βασικές μορφές στη ζωή του, κάποια «σημαντικά» πρόσωπα που ασκούν την πρωταρχική φροντίδα του βρέφους.

Η Mary Ainsworth από την άλλη, εισάγει την έννοια της «Ασφαλούς Βάσης» κατά την οποία ένα βρέφος χρησιμοποιεί τη διαθεσιμότητα της μητέρας του ως ασφαλή βάση για να εξερευνήσει το περιβάλλον του και να δοκιμάσει νέες δεξιότητες. Η Ainsworth, περιέγραψε την πειραματική συνθήκη με την είσοδο ενός άγνωστου προσώπου (strange situation), κατά την οποία δυάδες μητέρας-παιδιού παρατηρήθηκαν σε ένα δωμάτιο παιχνιδιού σε τέσσερις διαφορετικές συνθήκες:

1. αρχική αλληλεπίδραση μητέρας- παιδιού στο δωμάτιο

2. η μητέρα εγκαταλείπει το παιδί μόνο του στο δωμάτιο
3. ένας φιλικό άγνωστος μπαίνει στο δωμάτιο
4. η μητέρα επιστρέφει και χαιρετά το παιδί

Από τις παρατηρήσεις φάνηκε πως η αλληλεπίδραση του παιδιού με τους γονείς, το πώς δηλαδή οι γονείς ανταποκρίνονταν στις συμπεριφορές του βρέφους, δημιουργούσε σ' αυτό προσδοκίες για τον εαυτό του και τους άλλους και για τις διαπροσωπικές του σχέσεις γενικότερα. Η ασφάλεια ή μη που αντλούσε το βρέφος από τις πρώιμες προσκολλήσεις επηρέαζε καθοριστικά την ανάπτυξη εμπιστοσύνης προς το εαυτό του και τους άλλους. Έτσι, με βάση τις τέσσερις πιο πάνω συνθήκες, η Ainsworth τεκμηρίωσε πειραματικά τους ακόλουθους τύπους ασφαλούς και ανασφαλούς προσκόλλησης:

- Την ασφαλή προσκόλληση: Οι γονείς είναι εναρμονισμένοι με τις ανάγκες του παιδιού και ανταποκρίνονται άμεσα.
- Την αγχώδη αποφευκτική: Οι γονείς δεν ανταποκρίνονται άμεσα και συνήθως είναι επικριτικοί και αντιδρούν με θυμό ή τιμωρία όταν τα παιδιά εκφράζουν έντονα συναισθήματα
- Την αγχώδη αμφιθυμική: Οι γονείς χαρακτηρίζονται από ασταθή απαιτητικότητα. Οι μητέρες τείνουν να αγνοούν τα σήματα του βρέφους για προσοχή και γενικά είναι απρόβλεπτες στην ανταπόκρισή τους.

Αντίστοιχα, τα βρέφη διακρίθηκαν στις ακόλουθες κατηγορίες, με βάση τη μορφή προσκόλλησής τους:

1. Βρέφη με Ασφαλή Προσκόλληση (55-65%)
2. Βρέφη με Αγχώδη / Αποφευκτική Προσκόλληση (20-25%)
3. Βρέφη με Αγχώδη / Αμφιθυμική / Με Αντίσταση Προσκόλληση (10 έως 15%)
4. Βρέφη με Ανασφαλή Αποδιοργανωμένη Προσκόλληση (15 έως 20%)

Στον τύπο του ασφαλούς «Δεσμού Προσκόλλησης» το βρέφος αισθάνεται άνετα και εξερευνά το χώρο όταν η μητέρα είναι παρούσα, αλλά είναι στενοχωρημένο και δείχνει δυσφορία, όταν η μητέρα φεύγει. Δείχνει, ωστόσο, ευχαρίστηση και χαρά, όταν η μητέρα επιστρέφει και πάλι.

Αυτά τα βρέφη ανταποκρίνονται με χαρά στην αλληλεπίδραση ή επανένωση με τους γονείς, χαιρετούν τους γονείς ενεργητικά, εξερευνούν το περιβάλλον γύρω τους γνωρίζοντας πού είναι οι γονείς, αναζητούν την επαφή με τους γονείς και όταν είναι λυπημένα εκδηλώνουν εμπιστοσύνη στις εκδηλώσεις των γονιών τους απέναντί τους.

Ο ανασφαλής «Δεσμός Προσκόλλησης» χαρακτηρίζεται από φόβο, άγχος, θυμό, ή αδιαφορία προς το βασικό φροντιστή.

Το βρέφος μπορεί να δείξει αδιαφορία κατά την επιστροφή του φροντιστή - δε δείχνει χαρά ή αγνοεί εντελώς το πρόσωπο.

Οι Τύποι Ανασφαλούς Προσκόλλησης μπορούν να διακριθούν στους ακόλουθους:

- Αγχώδης / Αποφευκτική Προσκόλληση - Χαρακτηρίζει τα βρέφη που εκφράζουν αγωνία και θυμό όταν ο φροντιστής φεύγει, και δεν είναι σε θέση να παρηγορηθούν όταν επιστρέφει. Παραμένουν στενοχωρημένα παρά τις προσπάθειες της μητέρας να τα παρηγορήσει. Είναι απρόθυμα να

εξερευνήσουν το περιβάλλον, αναστατώνονται εύκολα και παρουσιάζουν απογοήτευση με τις ανταποκρίσεις των γονιών τους, τους αποφεύγουν ή αγνοούν εντελώς την παρουσία τους, δείχνουν μικρή ανταπόκριση όταν οι γονείς είναι κοντά, κάποτε εμφανίζουν ισχυρές συναισθηματικές εκρήξεις, και μπορεί να αποφύγουν ή να αγνοήσουν την ανταπόκριση του γονέα προς αυτά. Σε αυτή τη μορφή προσκόλλησης το βρέφος αποφεύγει το πρόσωπο που το φροντίζει και ενεργεί ψυχρά απέναντί του.

- Αμφίσημη-Με Αντίσταση Προσκόλληση -Χαρακτηρίζει τα βρέφη που αρχικά προσκολλώνται στο φροντιστή, ενώ μετά αντιστέκονται απέναντί του. Αναζητούν τους γονείς, αλλά στη συνέχεια αγωνίζονται να ξεφύγουν.
- Αποδιοργανωμένη Προσκόλληση - Χαρακτηρίζει τα βρέφη που δεν είναι προβλέψιμα στη συμπεριφορά τους, φαίνεται να μην μπορούν να αντεπεξέλθουν εύκολα ή να παρηγορηθούν όταν είναι αναστατωμένα και δείχνουν ενδείξεις φόβου ή σύγχυσης προς το πρόσωπο του προσώπου που τα φροντίζει.

Οι Μακροπρόθεσμες επιδράσεις των διαφόρων τύπων «Δεσμού Προσκόλλησης» φαίνεται να διαμορφώνονται ως ακολούθως:

Τα βρέφη με *Ασφαλή Προσκόλληση* έδειχναν μεγαλύτερη εμπιστοσύνη από εκείνα που είχαν ανασφαλή προσκόλληση. Εκδήλωναν, επίσης, περισσότερη ανθεκτικότητα στην πρώιμη και μέση παιδική ηλικία, και μπορούσαν να αντιμετωπίσουν καλύτερα τις δυσκολίες, αλλά και συνέρχονται γρηγορότερα. Τα βρέφη με ασφαλή προσκόλληση βρέθηκε ακόμα να έχουν μεγαλύτερη ευελιξία στην επεξεργασία τρεχουσών πληροφοριών και ανταποκρίνονταν καλύτερα στις νέες καταστάσεις και σχέσεις. Έρευνες δείχνουν ότι τα παιδιά με ασφαλή προσκόλληση δείχνουν περισσότερα θετικά συναισθήματα στο παιχνίδι στο νηπιαγωγείο και στο σχολείο και έχουν μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση. (Πρώιμες και Ενήλικες Σχέσεις, 2010). Έρευνες, επίσης, δείχνουν (Bartholomew and Horowitz, 1991; Collins and Read, 1990; Feeney and Noller, 1990; Simpson, 1990; Hazan and Shaver, 1987) ότι ο ασφαλής τύπος ενήλικα έχει αυτοπεποίθηση, καλές διαπροσωπικές σχέσεις, αισιόδοξη στάση, πλησιάζει εύκολα τους ανθρώπους, δε φοβάται την απόρριψη ή τη στενή σχέση και έχει ένα θετικό μοντέλο του εαυτού του και των άλλων. Ορισμένα από τα χαρακτηριστικά των ασφαλών παιδιών και ενηλίκων φαίνονται στον Πίνακα 1 πιο κάτω:

**Πίνακας 1: Χαρακτηριστικά Ασφαλούς Προσκόλλησης**

<b>Characteristics of Secure Attachment</b>	
<b>As Children:</b>	<b>As Adults:</b>
1. Able to separate from parent.	1. Have trusting, lasting relationships.
2. Seek comfort from parents when frightened.	2. Tend to have good self-esteem.
3. Return of parents is met with positive emotions.	3. Comfortable sharing feelings with friends and partners.
4. Prefers parents to strangers.	4. Seek out social support.

[Attachment Styles  
By [Kendra Cherry](#), About.com Guide]

Τα βρέφη με *Αγχώδη / Αποφευκτική Προσκόλληση* κουβαλούσαν ασυνείδητα θυμό και άγχος και οικοδομούσαν άμυνες εναντίον της συνειδητοποίησης ή της έκφρασης ορισμένων συναισθηματικών πληροφοριών. Έδειχναν μετατοπισμένη επιθετικότητα και περισσότερη αντιδραστικότητα σε σχέση με άλλες ομάδες. Τα βρέφη με *Ανασφαλή Αμφίθυμη / και με Αντίσταση Προσκόλληση* είχαν δυσκολία στο να ρυθμίζουν την έκφραση αρνητικών συναισθημάτων και ασχολούνταν με τις ανησυχίες προσκόλλησης σε βαθμό που παρενέβαινε στην κανονική τους λειτουργία. Έτσι, τα αποφευκτικά παιδιά καταλήγουν να είναι πιο απόμακρα ή εχθρικά με τους συνομηλίκους τους και τα αμφιθυμικά τείνουν να είναι «αδέξια», πιο εξαρτώμενα από τη δασκάλα και λιγότερο ικανά να κάνουν ελεύθερο παιχνίδι μόνα τους ή με συνομηλίκους (Πρώιμες και Ενήλικες Σχέσεις, 2010).

Κατά συνέπεια, ο *αγχώδης αποφευκτικός* τύπος είναι επιφυλακτικός στο να εμπιστευτεί, αποφεύγοντας τις στενές σχέσεις γιατί τον αγχώνουν, αφού ως βρέφος έχει μάθει να μπλοκάρει και να καταπιέζει τα δυσάρεστα συναισθήματά του. Συχνά, δεν ανοίγεται εύκολα και αποφεύγει την κοινωνική επαφή. Δείχνει αποστασιοποιημένος και ανεξάρτητος, και δεν προσφέρει, αλλά ούτε δέχεται υποστήριξη. Οι σχέσεις του διακατέχονται περισσότερο από αρνητικά παρά από θετικά συναισθήματα, αλλά αυτά προέρχονται από τη δυσκολία που έχει με την εγγύτητα και όχι από εμμονή με τον/την σύντροφο. Ο *αμφιθυμικός* τύπος ενήλικα εκδηλώνει ανησυχία για την ειλικρίνεια των άλλων και πιστεύει ότι οι άλλοι διστάζουν να τον πλησιάσουν. Συχνά, παρουσιάζει την ανάγκη ελέγχου στις σχέσεις, γιατί φοβάται την εγκατάλειψη και αναρωτιέται για τη δέσμευση του συντρόφου του (Hazan and Shaver, 1987). Δίνει έμφαση στα αρνητικά συναισθήματα, στις συναισθηματικές υπερβολές, τη ζήλια και επιζητά την αποδοχή για απόκτηση αισθήματος ασφάλειας. Υπάρχει χαμηλή αυτοεκτίμηση, δεν εμπιστεύεται εύκολα, δύσκολα παρηγορείται και ανησυχεί μήπως οι άλλοι τον παρεξηγήσουν και δεν τον εκτιμούν. Επιθυμεί πάρα πολύ τη δέσμευση στη σχέση, αλλά γίνεται κυριαρχικός/η

(Rholes, Simpson and Stevens, 1998). Τέλος, κάνει πολλές φορές υπερβολικά πράγματα μέσα στη σχέση για να εξασφαλίσει τη φροντίδα και την υποστήριξη του/της συντρόφου, γιατί από βρέφος έχει μάθει ότι μόνο αν προσπαθήσει πολύ ο γονιός θα ανταποκριθεί.

Τα βρέφη με *Ανασφαλή Αποδιοργανωμένη Προσκόλληση*, ειδικά σε δείγματα ψηλού κινδύνου, ήταν πιο πιθανόν να αναπτύξουν προβλήματα συμπεριφοράς.

Με δυο λόγια, μια ασφαλής ή ανασφαλής προσκόλληση φαίνεται να επηρεάζει το πώς βλέπει το άτομο τον εαυτό του ως βρέφος αλλά και αργότερα ως ενήλικας.

Η έρευνα έδειξε, εξάλλου, ότι συγκεκριμένα χαρακτηριστικά του πρώιμου «δεσμού προσκόλλησης» αντανακλούσαν συγκεκριμένα χαρακτηριστικά της πρώιμης βρεφικής αισθητηριακής και κινητικής ένταξης, της μάθησης, της επικοινωνίας, των κινήτρων, καθώς και της ρύθμισης των βιοσυμπεριφοριστικών συστημάτων (Hofer, 2006).

Σύμφωνα με τον Bowlby (1973, 1977), λοιπόν, τα άτομα αναπτύσσουν εσωτερικευμένες αναπαραστάσεις των άλλων και του εαυτού τους - τα «εσωτερικευμένα λειτουργικά μοντέλα». Αυτά τα μοντέλα που χρησιμοποιούνται από το άτομο για να αξιολογεί και να κατευθύνει τη συμπεριφορά του σε νέες καταστάσεις και σχέσεις.

Στη θεωρία του «Δεσμού Προσκόλλησης» τα «εσωτερικευμένα λειτουργικά μοντέλα» διαδραματίζουν σημαντικό ρόλο. Αυτές οι δομές είναι ανεπαίσθητες νοητικές αναπαραστάσεις του εαυτού και των άλλων με βάση τις πρώτες εμπειρίες στην πρώτη σχέση. Θέτουν τη βάση για αλληλεπιδράσεις με νέους κοινωνικούς συντρόφους και έχουν μακροπρόθεσμες συνέπειες για τη διαμόρφωση της προσωπικότητας, την οργάνωση της συμπεριφοράς και την ανάπτυξη στενών διαπροσωπικών σχέσεων.

Η φύση και η ποιότητα αυτών των μοντέλων αναπαράστασης καθορίζεται σε μεγάλο βαθμό από την ασφαλή βάση της συναισθηματικής διαθεσιμότητας και δεκτικότητας του φροντιστή στις ανάγκες του παιδιού κατά τη βρεφική ηλικία (Shiakou, 2011).

Έχει, επίσης, υποστηριχθεί πως όχι μόνο η δυνατότητα να αναπτύξει στενές σχέσεις με άλλους ανθρώπους, αλλά ακόμη και η ανάπτυξης πίστης στο Θεό (Thompson and Randall, 1999) επηρεάζεται από την πρώιμη εκμάθηση ασφάλειας και εμπιστοσύνης από το περιβάλλοντος του (π.χ. ζεστό, ασφαλές και προστατευμένο σε αντίθεση με ένα περιβάλλον που προκαλεί πληγές, παραμέληση και κακοποίηση).

Αν το παιδί βιώσει σταθερή και συνεπή φροντίδα και στοργή, τότε είναι πιο πιθανό να αναπτύξει ένα αίσθημα εμπιστοσύνης και ασφάλειας σχετικά με το σύμπαν και με το θείο.

Αντίθετα, αρνητικές πρώιμες εμπειρίες μπορεί να προκαλέσουν μία δυσπιστία για τον κόσμο ή τον Θεό.

Έτσι, η πρώτη πίστη είναι η βάση της ανάπτυξης εμπιστοσύνης και ελπίδας για τη φροντίδα των άλλων και του Θεού.

Ο Erik Erikson έδωσε, εξάλλου, μεγάλη σημασία στο δυνητικό ρόλο της θρησκείας και της πνευματικότητας στην ανάπτυξη του ανθρώπου.

Για παράδειγμα, ανέφερε ότι η επιτυχής επίλυση του πρώτου σταδίου της ανάπτυξης σχετίζεται με τις αρετές της «ελπίδας», «πίστης» και της «εμπιστοσύνης».

Η αισιοδοξία, με την πάροδο του χρόνου μετατρέπεται σε ώριμη πίστη, επιτρέποντας έτσι να πιστεύει κανείς -χωρίς να έχει αναγκαστικά εξωτερικές αποδείξεις- για τον κόσμο ή τον Θεό. Έτσι, η φιγούρα προσκόλλησης, φαίνεται ότι αποτελεί κλειδί για την κατανόηση από το παιδί της εμπειρίας του Θεού, όπως πρόσωπο αγάπης, δύναμης, φροντίδας, διαπαιδαγώγησης ή τιμωρίας, και γενικά, κάποιου που βρίσκεται, κοντά ή μακριά ανάλογα, με τα πρώιμα βιώματα του βρέφους (Dickie et al, 1997; Tamminen, 1994). Για παράδειγμα, η έρευνα έδειξε συσχέτιση της εικόνας του Θεού που είχαν μεγαλύτεροι έφηβοι από τη μια, και της εικόνας της ανατροφής των γονιών με φροντίδα και αγάπη, από την άλλη (Dickie et al., 2006).

Εξάλλου, τα ευρήματα από το Early Child Care Research Network (NICHD, 2001) έδειξαν ότι η ταξινόμηση των βρεφών με βάση το «Δεσμό Προσκόλλησης» ήταν προβλεπτική των αναφορών που έκαναν οι μητέρες για τις κοινωνικές ικανότητες των παιδιών τους, καθώς και των αναφορών των εκπαιδευτικών για τη συμπεριφορά των παιδιών από την προσχολική ηλικία μέχρι την πρώτη τάξη.

Οι παραπάνω διαπιστώσεις φαίνεται να έχουν διάφορες εφαρμογές στην αναλυτικά προσανατολισμένη ψυχοθεραπεία και πρακτικές συνέπειες για όσους μελετούν την κοινωνικοσυναισθηματική ανάπτυξη του βρέφους και του μικρού παιδιού.

Μελέτες έχουν επίσης δείξει ότι το στιλ προσκόλλησης με τους γονείς ή κηδεμόνες είχε μακροπρόθεσμες συνέπειες στην ενήλικη ζωή μας.

Ειδικότερα, το στιλ προσκόλλησης μπορεί να χρησιμεύσει ως προγνωστικό μέσο των ρομαντικών μας σχέσεων ως ενηλίκων. Δηλαδή, τείνουμε να δημιουργούμε ερωτικούς δεσμούς με βάση τον τρόπο φροντίδας που πήραμε ως παιδιά.

Για παράδειγμα, ερευνητές διαπίστωσαν ότι οι γυναίκες με ασφαλή «Δεσμό Προσκόλλησης» είχαν πιο θετικά συναισθήματα, ως ενήλικες, στις ρομαντικές σχέσεις τους σε σύγκριση με άλλες γυναίκες που είχαν ανασφαλείς μορφές προσκόλλησης (McCarthy, 1999).

Ο Ganahl (2001), επίσης, αναφέρει ότι τα εγκαταλελειμμένα, στερημένα αγάπης παιδιά, ή αυτά που δέχτηκαν υπερβολικό έλεγχο, επαναλάμβαναν το ανασφαλές μοτίβο και στην ενήλικη ζωή τους - προκειμένου να μετριάσουν την οργή που βίωσαν- και μπορούσαν να κάνουν τα πάντα για να κρατήσουν ζωντανή μια σχέση, ακόμη και αν αυτή υπήρχε μόνο στη φαντασία τους.

Τα σωματικά συμπτώματα των τοξικομανών της αγάπης [obsessed love addicts (OLA's)], περιλάμβαναν μειωμένη όρεξη, δυσκολίες στον ύπνο, καθώς και εναλλαγές στη διάθεση- η οποία χαρακτηρίζεται μια από ενθουσιασμό και μια από κατάθλιψη (Hendrick and Hendrick, 1992).

Επιπλέον, το άτομο με εμμονή στην αγάπη, κάνει οτιδήποτε για να κατακτήσει ή να διατηρήσει το πρόσωπο του πόθου του, και είναι ανίκανο να δεχτεί την απόρριψη ή την αποτυχία. Το πρόσωπο αυτό θα συνεχίσει να προσπαθεί και να επιμένει ακόμη και αν το άλλο άτομο δεν είναι συναισθηματικά ή σεξουαλικά διαθέσιμο, και παραμένει σε μια σχέση με οποιοδήποτε κόστος, ακόμη κι αν το επιθυμητό αντικείμενο ασκεί βία και κακοποίηση (Peabody, 1995).

Επίσης, σύμφωνα με τον Burrig (1999) η «συνεξάρτηση» χαρακτηρίζεται από υπερβολική εξάρτηση στις σχέσεις, ιδιαίτερα με χειριστικά άτομα, ως μέσο για προσωπική ολοκλήρωση του ατόμου - ένα σύνδρομο που πιστεύεται ότι αναπτύσσεται, εν μέρει, λόγω δυσλειτουργικής ανατροφής των παιδιών.

Σε συντομία, οι «τοξικομανείς της αγάπης» αναζητούν απεγνωσμένα να συνδεθούν με κάποιον, απλά για ν' αποφύγουν τη μοναξιά τους και να αισθανθούν αξιαγάπητοι. Έτσι, μπορούν να δημιουργήσουν μια σχέση ακόμη και με ένα πρόσωπο που δεν αγαπούν, μόνο και μόνο για να «βρίσκονται σε μια σχέση». Αργότερα, αυτό το είδος των τοξικομανών έχουν τεράστια δυσκολία να εγκαταλείψουν τη σχέση, ακόμα κι αν αισθάνονται δυσαρεστημένοι μέσα σ' αυτήν, σε βαθμό που να επηρεάζεται η υγεία τους, ή ακόμη και να γίνονται θύματα κακοποίησης (Addiction to Love, 2004).

Μια πιο κρυφές μορφές των «τοξικομανών της αγάπης» είναι οι ναρκισσιστικά εξαρτημένοι, κύριο μέλημα των οποίων είναι η δική τους ευτυχία. Έχουν μια ψεύτικη αίσθηση μεγαλείου και αυτό χρησιμεύει για να κρύβουν τη χαμηλή αυτοεκτίμησή τους.

Βασικός στόχος τους είναι να ελέγχουν, και τα «όπλα» τους είναι η αποπλάνηση, η κυριαρχία και η παρακράτηση. Εδώ δεν υπάρχουν εμφανή σημάδια εθισμού, όπως στα άλλα είδη «τοξικομανών της αγάπης», και δεν μπορεί κανείς να αναγνωρίσει εύκολα ότι είναι εθισμένοι, επειδή φαίνονται απόμακροι και αδιάφοροι.

Το σημάδι με το οποίο ο εθισμός τους γίνεται εμφανής είναι όταν το άλλο άτομο τερματίσει τη σχέση ή προσπαθεί να φύγει, αφού ο χειρότερος εχθρός τους είναι η απειλή της εγκατάλειψης. Σ' αυτό το σημείο βιώνουν πανικό, και χρησιμοποιούν οτιδήποτε έχουν στη διάθεσή τους για να κρατήσουν τον σύντροφό τους (Addiction to Love, 2004).

Τέλος, έχουμε τους «αμφίθυμους τοξικομανείς της αγάπης» -ο όρος δημιουργήθηκε από τη Susan Peabody. Η «Αμφίθυμη Εξάρτηση» δημιουργείται από την αμφίθυμη προσκόλληση, η οποία καταλήγει σε μια διαταραχή της προσωπικότητας. Αυτό το είδος «τοξικομανών της αγάπης» ονομάζεται επίσης «συναισθηματικά ανορεκτικοί». Ο φόβος της οικειότητας τους εμποδίζει να δεσμευτούν σε μια σχέση ή να αφήσουν τους εαυτούς τους να μοιραστούν ελεύθερα την αγάπη, ακόμα κι αν το επιθυμούν βαθιά. Γι' αυτούς είναι εύκολο να εγκαταλείψουν μια σχέση, αλλά είναι εξαιρετικά δύσκολο να προχωρήσουν μετά στη ζωή τους.

Συνοψίζοντας, οι «τοξικομανείς της αγάπης», παρά το γεγονός ότι είναι εξαρτημένοι από τους συντρόφους τους, συχνά τους εκμεταλλεύονται ή παρουσιάζουν εγωιστική/χειριστική και αμφίθυμη συμπεριφορά, ενώ αποφεύγουν την αληθινή συναισθηματική οικειότητα / σύνδεση, παρόλο που ποθούν την αγάπη, την οποία, όμως και φοβούνται ταυτόχρονα.



Άλλωστε, όλοι αυτοί οι «τοξικομανείς της αγάπης» έχουν κάποια κοινά χαρακτηριστικά, όπως η χαμηλή αυτοεκτίμηση κι η ανασφάλεια, ενώ αυτό που αισθάνονται δεν έχει τίποτα να κάνει με την πραγματική αγάπη.

Φαίνεται από τα πιο πάνω πως η ποιότητα της σχέσης του βρέφους με τους γονείς (φροντιστές) και κυρίως με τη μητέρα στα πρώτα χρόνια της ζωής επηρεάζει σε μεγάλο βαθμό το άτομο ψυχολογικά, συναισθηματικά, κοινωνικά καθ' όλη τη διάρκεια της ζωής του.

Σε μια εποχή κρίσης, θεσμών και αξιών, η ανάπτυξη και διατήρησης ενός βασικού συναισθήματος ασφάλειας και εμπιστοσύνης, μπορεί να αποτελέσει ένα γερό θεμέλιο της προσωπικότητας δίνοντας στο άτομο ένα γερό αντιστάθμισμα για να αντιμετωπίσει τις όποιες αντιξοότητες και «κρίσεις», χωρίς να καταρρέει.

### **Αναφορές**

#### **Ελληνικές**

*Πρώιμες και Ενήλικες Σχέσεις*. Δημοσιεύτηκε στις 12 Νοεμβρίου, 2010, στο: <http://woman.pathfinder.gr/relations/1386214.html>.

#### **Αγγλικές**

Ainsworth, M. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the Strange Situation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Bartholomew, K., and Horowitz, L.M.(1991). Attachment Styles Among Young Adults. *Journal of Personality and Social Psychology*. Copyright by the American Psychological Association. 61(2): 226-244. doi: 10.1037/0022-3514.61.2.226

Bowlby, J. (1969). *Attachment: Attachment and loss* (Vol. 1). New York: Basic Books.

Bowlby, J. (1973). *Separation: Anxiety and anger: Attachment and loss* (Vol. 2). New York: Basic Books.

Bowlby, J. (1982). *Attachment* (2nd ed.). New York: Basic Books.

Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss, Vol. 3: Loss, sadness and depression*. New York: Basic Books.

Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss. Vol 3: Loss: Sadness and depression*. New York: Basic Books (reissued, 1999).

Burris, C. T. (1999). Stand by your (exploitive) man: Codependency and responses to performance feedback: *Journal of Social & Clinical Psychology* Vol 18(3) Fal 1999, 277-298.

Byng-Hall, J. (1995). Creating a Secure Family Base: Some Implications for Attachment Theory, for Family Therapy, *Family Process*, 34(1): 45-58.

Carlson, E. A., & Sroufe, L. A. (1995). Contribution of attachment theory to developmental psychopathology. In D. Cicchetti & D. Cohen (Eds.), *Developmental psychopathology: Vol. 1. Theory and methods* (pp. 581–617). Oxford, England: Wiley.

Collins, N.L., and Read, S.J. (1990). Adult Attachment, Working Models and Relationship Quality in Dating Couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58: 644-663.

Dickie, J. R., Eshleman, A. K., Merasco, D. M., Shepherd, A., Vander Wilt, M., & Johnson, M. (1997). Parent-child relationships and children's images of God. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 36, 25-43.  
Erikson, E.H. (1964). *Insight and responsibility*. New York: Norton.  
Feeney, J.A., and Noller, P. (1996). *Adult Attachment*. London: Sage.

Dickie, J., Lindsey, V.A., Kobylak R. and Nixon K. (2006). Mother, Father, and Self: Sources of Young Adults' God Concepts. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 45(1): 57-71.

Thompson, R.A.. and Randall, B. (1999). A Standard of Living Adequate for Children's Spiritual Development. In A.B. Andrew's & N. Kaufman (Eds.) *Implementing the U.N. Convention on the Rights of the Child* (p.87-104.) Westport, CT: Praeger,

Ganahl, J. (2004) "Sean Penn's Outspokenness off Camera Earns Him Steinbeck Award." [San Francisco Chronicle](#) (13 Sept. 2004)

Griffin-Shelley, E. (Ed.). (1993). *Outpatient Treatment of Sex and Love Addicts*. Westport, CT: Praeger Publishers.

Hazan, C., and Shaver, P. (1987). Romantic Love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3): 511-524.

Hendrick, S. S., and Hendrick, C. (1992). *Liking, loving and relating*. (2nd ed.), Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.

Hofer M. A. (2006) Psychobiological Roots of Early Attachment in Current *Directions in Psychological Science*, 15(2), pp.84-88.

Kyriakides, S. (2011). *Typical Styles of Love Addicts*. Essay submitted for the course PSY411: Psychology of the Family, EUC.

Mccarthy G. (2010). *Attachment style and adult love relationships and friendships: A study of a group of women at risk of experiencing relationship difficulties*. Article first published online: 16 DEC 2010. doi: 10.1348/000711299160022

Mellody, P. (1992) . *Facing Love Addiction: Giving Yourself the Power to Change the Way You Love*. (1st Ed.), Harper One Press.

NICHD Early Child Care Research Network. (2001). Child care and family predictors of preschool attachment and stability from infancy. *Developmental Psychology*, 37: 847–862.

NICHD Early Child Care Research Network. (2006). Child care effect sizes for the NICHD Study of Early Child Care and Youth Development. *American Psychologist*, 61(2): 99-116.

Peabody, S. (2004). *Addiction to Love*. Retrieved from [www.loveaddicts.org](http://www.loveaddicts.org).

Roehlkepartain E. (2006). *The handbook of Spiritual Development in Childhood and Adolescence*. California: Sage.

Rholes, W.S., Simpson, J.A., and Stevens, J.G. (1998). Attachment Orientations, Social Support, and Conflict Resolution in Close Relationships. In J.A. Simpson and W.S. Rholes (Eds.), *Attachment Theory and Close Relationships*. pp. 166-188. New York: Guilford Press.

Shiakou, M. (2011). Representations of Attachment Patterns in the Family Drawings of Maltreated and Non-maltreated Children. *Child Abuse Review*. Published online in Wiley Online Library ([wileyonlinelibrary.com](http://wileyonlinelibrary.com)). doi:10.1002/car.1184.

Simpson, J. (1990). Influence of attachment styles on romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59: 971–980.

Simpson, J.A., and Rholes, W.S. (2002). Fearful-avoidance, disorganization, and multiple working models: Some directions for future theory and research. *Attachment and Human Development*, 4: 223-229.

Sroufe, L. A. (2005). Attachment and development: A prospective, longitudinal study from birth to adulthood, *Attachment & Human Development*, 7(4): 349- 367.

Sroufe, L. A. (1990). An organization perspective on the self. In D. Cicchetti & M. Beeghly (Eds.), *The self in transition: Infancy to childhood* (pp. 281–307). Chicago: University of Chicago Press.

Sroufe, L. A., Carlson, E. A., Levy, A. K., and Egeland, B. (1999). Implications of attachment theory for developmental psychopathology. *Development and Psychopathology*, 11: 1 – 13.

Tamminen, K. (1994). Religious Experiences in Childhood and Adolescence: A viewpoint of Religious Development Between the Ages of 7 and 20. *International Journal for the Psychology of Religion*, 4(2): 61-85.