



SAT: SEPARATION ANXIETY TEST

Uno strumento per la misura dell'attaccamento

Scheda tecnica

Modello teorico di riferimento: teoria dell'attaccamento elaborata da *John Bowlby*; *Strange Situation* elaborata da *Mary Ainsworth*; teoria legata agli *Internal Working Models* (Bowlby, 1969, 1988).

Durata somministrazione: dai 15 ai 30 minuti.

Cosa misura: la tipologia di attaccamento del soggetto sottoposto al test e la sua ansia da separazione rispetto alle figure di attaccamento (ovvero coloro che si prendono cura del soggetto, solitamente i genitori).

Ambiti di utilizzo: può essere somministrato in contesti differenti (scuole, asl, ambulatori privati...).

Qualifica del somministratore del test: Psicologo.

Destinatari: soggetti di età compresa tra 4 e 17 anni.

Modalità di somministrazione: presentazione al soggetto di 6 tavole (riferite a un soggetto ipotetico) + 6 semi-proiettive (le medesime di prima, ma riferite al soggetto reale) e relativa inchiesta.

Composizione del test: 6 tavole semi-proiettive (riferite ad un soggetto ipotetico) + 6 (le medesime di prima, ma riferite al soggetto reale).

Autore: Grazia Attili

Validità: sono state eseguite indagini statistiche per verificare la consonanza tra la versione originale del test e quella modificata (oggi in uso). Sono inoltre state verificate la validità e l'attendibilità statistica della nuova versione.

Sulla base di tutte le analisi eseguite, si riporta che risulta possibile affermare che *"l'ipotesi che al raggruppamento dei soggetti - effettuato sulla base dei punteggi totali al test - corrispondano differenti modelli mentali dell'attaccamento"* è confermata:

- sia dall'andamento della distribuzione percentuale delle classi di risposta in ciascun gruppo,
- sia delle differenze statisticamente significative per ciò che concerne tutte le classi di risposta nelle frequenze medie,
- sia dei pattern di intercorrelazioni che emergono tra le risposte a carico di ciascun gruppo,
- sia dell'andamento delle risposte alla domanda relativa alle reazioni alla riunione dopo la separazione.



Indicazioni: individuare precocemente la presenza di eventuali fattori di rischio che potrebbero pregiudicare uno sviluppo ottimale del soggetto, in particolare relativamente allo sviluppo della sua tipologia di attaccamento alle figure principali.

Controindicazioni: nonostante sia prevista la possibilità di somministrarlo anche agli adolescenti, in base alla mia esperienza si è rilevato poco utile in quanto le vignette presentate rappresentano scene troppo lontane dalla loro vita reale.

Punti di forza del test: rapida tempistica di somministrazione; le domande di inchiesta e la presentazione di "un soggetto reale" e uno "immaginario" permettono di sondare la parte emotiva del soggetto.

Punti di debolezza del test: il processo di scoring e la codifica finale richiedono molta attenzione e tempo.

INDICE:

Scheda Tecnica

Presentazione dello strumento: definizione ed evoluzione

L'ultima versione del SAT: la proposta di Grazia Attili

Come utilizzare il test

Il processo di codifica: dalla raccolta dei dati, alla loro classificazione

Il processo di scoring: attribuzione dei punteggi e inquadramento in una specifica categoria di attaccamento

Conclusioni

Bibliografia

Presentazione dello strumento: definizione ed evoluzione

Il *Separation Anxiety Test* è un test semi-proiettivo, indirizzato a bambini e adolescenti, che si propone di misurare le caratteristiche di personalità e i possibili **risvolti psicopatologici relativi a eventuali separazioni** dalle figure di attaccamento, ovvero coloro che garantiscono al bambino, e in generale al soggetto, la protezione e la cura. Solitamente le principali figure di attaccamento in età infantile sono considerate i genitori.

Il test nella sua versione originale è stato proposto dall'americano *Henry G. Hansburg* nel 1972, al fine di effettuare una valutazione delle reazioni dei soggetti preadolescenti e adolescenti (fascia di età compresa tra 11 e 17 anni) rispetto alla separazione dai loro *caregiver* (ovvero "coloro che si prendono cura" di loro).



Tale versione si componeva di dodici immagini realistiche (tipo fotografie), nelle quali venivano rappresentati episodi di separazione tra genitori e figli.

In alcune tavole venivano raffigurate scene di distacchi quotidiani, ad esempio il momento dell'ingresso a scuola, in altre invece scene particolarmente drammatiche, come ad esempio un'ambulanza che porta la madre in ospedale.

John Bowlby, Psichiatra e Psicoanalista inglese, e *Samuel C. Klagsbrun*, anch'egli Psichiatra, nel 1976, in un tentativo di perfezionamento dello strumento, apportarono alcune modifiche a tale versione, al fine di rendere il test adatto anche a soggetti più piccoli.

Per far ciò i due studiosi ridussero il numero di fotografie da dodici a sei, eliminando le situazioni eccessivamente drammatiche. Le modifiche effettuate prevedettero inoltre l'introduzione di due distinti set di immagini: uno per i maschi e uno per le femmine.

Anche questa versione tuttavia, così come la precedente, continuava a presentare alcuni inevitabili limiti in tema di misurazione della tipologia di attaccamento, derivanti dal fatto che all'epoca di questa revisione del SAT *Mary Ainsworth*, Psicologa dello sviluppo canadese, non aveva ancora creato la *Strange Situation* (1978), procedura necessaria per valutare in modo sistematico le reazioni messe in atto dai soggetti relative alle separazioni dalle loro figure d'attaccamento.

L'ultima versione del SAT: la proposta di Grazia Attili

Nel 2001 viene effettuata un'ulteriore revisione del test a opera della dottoressa *Grazia Attili*, docente presso l'Università la Sapienza di Roma.

In questa ultima versione il test si adatta a soggetti di età compresa tra 4 e 17 anni e le fotografie della versione originale sono state sostituite da vignette i cui protagonisti hanno espressioni del volto neutre, in quanto l'Autrice ha ritenuto che in tal modo si potesse maggiormente **favorire il processo proiettivo**.

La recente versione del SAT prevede, così come introdotto da Bowlby e Klagsbrun, due serie di immagini in base al sesso del soggetto, costituite da sei **vignette** ciascuna.

Di queste sei immagini, tre hanno per oggetto separazioni brevi, definite da Bowlby **situazioni moderate**, mentre le altre tre rappresentano separazioni più lunghe, definite **severe**.

Il test prevede che le due tipologie di scene vengano presentate alternativamente, al fine di non caricare eccessivamente il soggetto di emozioni negative e ansiogene.

Nello specifico le immagini che rappresentano situazioni moderate (M) sono le tavole 2, 4 e 6, mentre le altre tre, raffiguranti separazioni più lunghe, sono costituite dalle tavole 1, 3 e 5.



Sul retro di ciascuna tavola, al fine di agevolare il somministratore nell'utilizzo del test, sono fornite le indicazioni relative alla specifica scena rappresentata, che nella fattispecie sono:

Tavola 1: il papà e la mamma vanno fuori per la serata e lasciano il/la bambino/a a casa. Qui stanno uscendo e lo/la stanno salutando.

Tavola 2: questo è il primo giorno di scuola. Qui ci sono la maestra e i compagni. La mamma ha appena lasciato il/la bambino/a.

Tavola 3: il padre e la madre vanno via per il week-end, per due giorni, e la madre ha portato il/la bambino/a a stare dalla zia. Qui il/la bambino/a e la madre si stanno salutando.

Tavola 4: il/la bambino/a è andato/a al parco con il padre e la madre. Qui i genitori gli/le stanno dicendo di allontanarsi e di giocare un po' da solo/a, perché vogliono starsene per conto loro a parlare.

Tavola 5: i genitori stanno via per due settimane e lasciano il/la bambino/a a casa; prima di partire però gli/le fanno un bel regalo. Qui si stanno salutando.

Tavola 6: la mamma porta il/la bambino/a a letto, lo/la saluta e poi lo/la lascia nella stanza.

Come utilizzare il test

Dopo una breve conversazione col soggetto, avente come finalità quella di creare con lui un clima di familiarità, il somministratore, uno Psicologo che abbia effettuato un adeguato training, pronuncia la seguente frase:

«Vorrei che tu mi aiutassi a capire cosa provano i bambini/ragazzi della tua età quando qualche volta i genitori devono andare via e devono lasciarli per un po' di tempo. In genere alcuni bambini si sentono soli, altri sono comunque contenti, altri si arrabbiano, altri hanno paura. Ho qui dei disegni in cui c'è un bambino/ragazzo (una bambina/ragazza) della tua stessa età, e ora ti farò delle domande».

Al termine della presentazione di ciascuna tavola vengono poste due serie di domande.

1. Nella prima si richiede al soggetto di rispondere facendo riferimento alle **emozioni provate da un bambino/ragazzo ipotetico diverso da sé**.
2. Nella seconda si richiede di rispondere pensando a **come reagirebbe** la persona reale, quindi **lui/lei stesso/a**, nella medesima situazione.

Il fatto di porre due volte le stesse domande può risultare particolarmente utile nel caso di soggetti appartenenti a un campione clinico, ovvero presentante reali e già visibili problematiche di attaccamento.



A conferma di ciò esemplificativo è lo studio condotto da *John C. Wright*, esponente dell'Università Plymouth del Regno Unito (1995), in cui sono state confrontate le risposte fornite da un campione di individui clinici relativamente al soggetto ipotetico e a quello reale.

I ragazzi analizzati sono risultati non solo più evitanti nell'esprimere le emozioni, ma hanno mostrato anche la tendenza a fornire risposte differenti relativamente al bambino ipotetico e a se stessi.

In particolare, pare infatti che in questi soggetti sia presente una maggiore abitudine ad attribuire a se stessi emozioni riconducibili alla categoria dell'evitamento emozionale, mentre al soggetto ipotetico emozioni relative all'attaccamento (ad esempio: *sentirsi solo, triste*).

Tali differenze naturalmente, dal punto di vista dell'analisi delle risposte, vengono ad assumere un importante e indicativo valore diagnostico.

Le domande da porre relativamente al soggetto ipotetico e a quello reale sono leggermente differenti.

Nello specifico, le domande da porre nel primo caso sono:

1. *Secondo te, cosa prova questo bambino/a (ragazzo/a)?*
2. *Perché pensi che provi questo?*
3. *Che cosa pensi che faccia ora questo bambino/a (ragazzo/a)?*
4. *Secondo te cosa farà questo bambino/a (ragazzo/a)...*
 - ... *quando rivedrà la madre/i genitori?* (in riferimento alle tavole 1, 2, 3 e 5)
 - ... *quando si riavvicina ai genitori?* (in riferimento alla tavola 5)
 - ... *se la madre decidesse di rimanere nella stanza?* (in riferimento alla tavola 6)

Le domande relative al bambino reale sono invece:

1. *Cosa proveresti se fossi tu questo bambino/a (ragazzo/a)?*
2. *Perché pensi che proveresti questo?*
3. *Tu, ora cosa faresti?*
4. *Che cosa faresti al momento della riunione con i tuoi genitori /tua madre?* (relativamente alle tavole 1, 2, 3, 5)
 - ... *quando ti riavvicini ai tuoi genitori?* (tavola 4)
 - ... *se tua madre decidesse di rimanere nella stanza?* (tavola 6)

Grazia Attili, nella sua messa a punto, ha previsto anche l'evenienza che i soggetti possano avere difficoltà nel fornire le risposte ad alcune domande poste dal somministratore.

Per questo motivo ha proposto dei suggerimenti da consigliare al soggetto in difficoltà.

Ad esempio, relativamente alle domande di inchiesta in cui si ipotizza che la madre ritorni (riferimento al punto 4 sopra esposto), è possibile suggerire risposte quali: *"Fa finta di niente e continua a giocare"*, oppure *"Dice alla madre che si è sentito solo e si fa prendere in braccio"*.



Il processo di codifica: dalla raccolta dei dati, alla loro classificazione

Le risposte fornite da ciascun soggetto vengono trascritte su apposite tabelle (*Schede di risposta*), di cui ne esistono due versioni: una per il soggetto ipotetico e una per quello reale.

Una volta che i responsi sono stati raccolti e trascritti sulle apposite Schede di risposta, è necessario passare alla fase successiva, che consiste nel classificare le reazioni emotive in una delle diciassette categorie previste.

Alla base del presente processo di codifica, che **si fonda sulle categorie dell'attaccamento** rilevate dalla procedura di osservazione proposta dalla Ainsworth (la *Strange Situation*), vi è la necessità di tenere in considerazione tutte le categorie di risposta: relative cioè sia alle **emozioni riportate** dal soggetto e alla loro giustificazione, sia quelle volte a indicare la **modalità di fronteggiamento** (strategie di coping) della situazione indicata.

Le diciassette categorie individuate sono le seguenti:

1. **Solitudine** (es. *Si sente solo/Mi sento solo*).
2. **Tristezza** (es. *È triste/Mi sentirei triste*).
3. **Rifiuto** (es. *Pensa che i genitori non gli vogliono più bene*).
4. **Rimprovero per se stesso** (es. *Penso che se avesse fatto il bravo bambino tutto ciò non sarebbe successo*).
5. **Rabbia** (es. *È arrabbiato*).
6. **Colpevolizzazione di altri** (es. *Pensa che sia colpa di qualcuno*).
7. **Benessere** (es. *Pensa che starà bene anche senza di loro*).
8. **Incredulità** (es. *Crede che ciò che sta succedendo non possa essere vero!*).
9. **Evitamento** (es. *Fa finta di niente*).
10. **Evasione** (es. *Non ci pensa e va a mangiare qualcosa*).
11. **Paura generalizzata/ansietà** (es. *Teme che gli possa succedere qualcosa, oppure che possa succedere qualcosa alla madre mentre è fuori casa*).
12. **Reazione somatica** (es. *Gli viene mal di pancia*).
13. **Fame** (es. *Va a mangiarsi dei biscotti*).
14. **Paura di catastrofi/paura irrazionale** (es. *Ha paura che possa succedere qualcosa di terribile*).
15. **Preoccupazione inversa** (es. *Ha paura che la madre sia preoccupata per lui*).
16. **Risposte bizzarre** (es. *È contento che i genitori se ne vadano, perché li odia!*).
17. **Risposte confuse** (es. *Mah... forse sentirà la mancanza, però non prova nulla!*).



Tali categorie devono poi essere raggruppate in **otto classi**.

Queste sono costituite da:

1. **Attaccamento** (in questa categoria rientrano risposte che riguardano le categorie di solitudine e tristezza).
2. **Mancanza di autostima** (in questa categoria rientrano risposte che riguardano le categorie di rifiuto e rimprovero per se stesso).
3. **Ostilità** (in questa categoria rientrano risposte che riguardano le categorie di rabbia e incolpa altri).
4. **Fidarsi di se stesso** (in questa categoria rientrano risposte che riguardano le categorie di benessere).
5. **Evitamento** (in questa categoria rientrano risposte che riguardano le categorie di incredulità evitamento ed evasione).
6. **Ansia** (in questa categoria rientrano risposte che riguardano le categorie di paura generalizzata/ansia, reazione somatica, fame).
7. **Ansia incontrollabile/angoscia** (in questa categoria rientrano risposte che riguardano le categorie di paura di catastrofi/paura irrazionale, preoccupazione inversa).
8. **Confusione** (risposte confuse).

Anche le modalità secondo le quali il soggetto affronterà la situazione («*Come pensi che reagirà questo bambino?*») vengono codificate, e le categorie di riferimento sono:

1. **Attività appropriate** (indicano capacità di padroneggiare la situazione.
Es. si mette a giocare).
2. **Attività di controllo** (azioni messe in atto per mantenere il contatto coi genitori o come deterrente dall'essere lasciato solo. Es. va a cercare i genitori).
3. **Attività inappropriate** (azioni che indicano una sorta di ritorsione o di ricatto nei confronti dei genitori):
 - 3.1 Pessimismo irrealistico (Es. *Pensa che i genitori non torneranno mai più*).
 - 3.2 Ottimismo irrealistico (Es. *Pensa che i genitori non se ne andranno per davvero!*).
 - 3.3 Evitamento (Es. *Scappa via*).
 - 3.4 Mancanza di azione (Es. *Non fa niente*).
 - 3.5 Pessimismo catastrofico (Azioni che implicano l'immaginare catastrofi.
Es. *Cerca di seguire i genitori in bici, poi cade e muore*).



Il processo di scoring: attribuzione dei punteggi e inquadramento in una specifica categoria di attaccamento

Conclusa la classificazione e categorizzazione delle risposte, in base alla tipologia delle stesse, il metodo di scoring del SAT proposto dalla dottoressa Attili prevede l'attribuzione di uno specifico punteggio (G. Attili, 2001).

Viene assegnato un **punteggio -2** a tutte quelle risposte che fanno riferimento ad attaccamenti di tipo *disorganizzato* o *evitante*, riconducibili principalmente alle categorie di risposta di classe 2 (mancanza di autostima), classe 4 (fidarsi di se stesso in situazioni severe), classe 5 (evitamento), classe 7 (ansia incontrollabile/angoscia) e infine classe 8 (confusione).

Punteggio -1 viene assegnato a tutte le risposte che possono essere riconducibili ad attaccamenti di tipo ambivalente (classe 3: ostilità), o evitante, che facciano riferimento a un evitamento solo parziale (ad esempio risposte riconducibili alla classe 4 - fidarsi di se stesso - in situazioni severe).

Viene poi attribuito **punteggio +1** a tutte quelle emozioni che si prevede siano suscitate normalmente da una separazione. Se tuttavia risposte di ansia vengono attribuite a più di due tavole, tale risposta può essere indice di un'ansia potenzialmente patologica. In quest'ultimo caso il punteggio +1 verrà sostituito con il punteggio -1 per la terza e la quarta risposta ansiosa, punteggio -2 per la quinta e la sesta.

Infine, verrà attribuito **punteggio +2** a tutte quelle risposte che possono essere ricondotte a un attaccamento di tipo sicuro (classe 1: attaccamento in situazioni severe, classe 4: in situazioni moderate).

Per ciò che concerne lo scoring relativo alle modalità di coping, se il soggetto alla terza domanda - «Cosa faresti se questo bambino/ragazzo fossi tu?» - fornisce almeno tre risposte contenenti attività inappropriate alla situazione, il punteggio da attribuire sarà -1.

Se invece il numero di attività appropriate è superiore rispetto a quello di azioni inappropriate, la metodologia del test prevede che venga assegnato come punteggio 0 (G. Attili, 2001).

In base al punteggio complessivo è possibile definire lo stile di attaccamento del soggetto:

| Punteggio | Stili di attaccamento |
|-------------------------|---|
| Punteggio da +4 e oltre | Attaccamento Sicuro |
| Punteggio da +1 a +3 | Attaccamento Insicuro/Ansioso Ambivalente |
| Punteggio da -2 a 0 | Attaccamento Insicuro/Ansioso Evitante |
| Punteggio da -2 a 0 | Attaccamento a rischio Disorganizzato o Confuso |



Conclusioni

Nonostante l'apparente difficoltà della codifica dei risultati ottenuti dalla somministrazione di questo test, una volta eseguito un adeguato training, essa risulta essere di agevole esecuzione.

Ciò che può rendere stimolante l'uso di questo test, dal mio punto di vista, è la certezza di ottenere informazioni molto interessanti e valide in tema di comprensione della tipologia di attaccamento del soggetto esaminato.

Tale test può essere infatti impiegato in ambito clinico, con la finalità di comprendere eventuali angosce che possono affliggere il soggetto nel momento di allontanamento (reale o simbolico) dalle sue figure di attaccamento, con l'obiettivo di avanzare un adeguato intervento nella gestione delle emozioni durante tali episodi.

Bibliografia

- G. Attili, "*Separation Anxiety Test*", Unicopli, Milano, 2001
- Canis L., "*Aspetti psicologici e psicopatologici dell'obesità in un campione di adolescenti*", Tesi di laurea depositata presso l'Università degli Studi di Torino nel 2007

Altre letture su HT

- Vivona M., "*Attaccamento e Configurazione del Sé*", articolo pubblicato su HumanTrainer.com, Psico-Pratika nr. 32, 2007