



Associazione Consulta Diocesana
per le attività a favore dei minori e delle famiglie
ONLUS

Rete Madre Bambino/a

Percorsi di accoglienza e sostegno a valorizzazione
della famiglia tra protezione e autonomia



**“Effetti nell’adulto
del maltrattamento infantile
e fattori di resilienza dei minori”**

Cosa succede quando un evento drammatico interviene nel corso della vita di un bambino? Come sedimenta nel cuore, come cambia le relazioni e come trasforma la propria identità un abuso sessuale? Lo studio che si affronta in questi scritti afferisce all'analisi di queste variabili ma non si limita del tutto ad una fotografia dell'adulto che da bambino ha avuto esperienze negative.

Le domande poste sono anche rispetto ad un fenomeno strano, vitale per alcuni: come mai il dolore non si trasforma sempre in dramma ma, addirittura, può condurre una persona a rafforzarsi nella sua personalità?! Cos'è precisamente questa forza d'animo che alcuni hanno e altri invece no? La chiamano resilienza ma essa non è solo un fattore individuale e tanto meno solo innato, dipende anche dalla relazione e da come la comunità tutta reagisce a catastrofi creando contesti vitali e di risposta collettiva a drammi che colpiscono nel profondo la persona. Forza che trasforma il dolore in gioia. Possiamo dunque vivere senza il nostro passato? O non è forse proprio questo la chiave di volta della nostra esistenza tutta?!

In un percorso che si apre riflettendo sulla proiezione del passato nell'oggi, che passa attraverso l'analisi di ciò che succede nell'adulto che è stato un bambino abusato e che si conclude con l'analisi di ciò che possiamo definire forza d'animo, il testo sviluppa la sua riflessione intorno al tema fondamentale dell'approccio educativo.

Foto di copertina: Cecilia e Sofia adolescenti.

Pubblicata col permesso dei genitori

*Questo testo è dedicato a Luciano Gattullo, educatore.
Durante una giornata di lavoro, mentre preparava il pranzo ad alcuni dei
nostri ragazzi accolti, a Santa Caterina di Genova Prà, si è sentito male e
il giorno successivo è mancato.
A lui, al suo desiderio di educare, al suo modo di stare con i bambini,
prezioso fattore protettivo per la loro crescita,
tutti gli educatori della Consulta dedicano questa giornata formativa*

Genova, 28 maggio 2008

Seminari dell'Associazione

**Consulta diocesana per le attività a favore
dei minori e delle Famiglie ONLUS**

in collaborazione con la

Rete Madre Bambino

Genova

Anno 2008

**EFFETTI NELL'ADULTO
DEL MALTRATTAMENTO INFANTILE
E FATTORI DI RESILIENZA DEI MINORI**

A cura di Fabio Gerosa

Scritti di

Marco Grega

Fabio Gerosa

Stefano Cirillo

Anna Oliverio Ferraris

Franco Semino

Mara Ottonello

EVENTO PATROCINATO DA

Comune di Genova

Provincia di Genova

Regione Liguria

Si ringrazia la casa editrice

Rizzoli

Per la concessione dei diritti di stampa

La riproduzione è consentita a condizione di citare la fonte.

*La riproduzione dell'articolo tratto dal testo "La forza d'animo" edizioni
Rizzoli, Milano, 2003 è vietata in qualsiasi forma*

*Stampato in proprio presso
Associazione Padre Monti. Divisione Stampa Digitale.
produzione@padremonti.it
Maggio 2008*

INDICE

<i>Fabio Gerosa, Marco Grega</i>	1
<hr/>	
Non dimenticare i cavalli schiumanti del passato	
<i>Stefano Cirillo</i>	11
<hr/>	
Esiti nell'adulto del maltrattamento infantile	
<i>Anna Oliverio Ferraris</i>	37
<hr/>	
Resilienza individuale e collettiva	
<i>Anna Oliverio Ferraris</i>	51
<hr/>	
Resilienti si nasce o si diventa?	
<i>Franco Semino, Mara Ottonello</i>	81
<hr/>	
Educatori, psicologi, terapeuti: fattori protettivi nella cura di minori in difficoltà	

**«Non dimenticare
i cavalli schiumanti del passato!»**

Fabio Gerosa¹, Marco Grega²

1. Introduzione

“Un istante, un lungo istante, godere dello shock di questa frase. Le metafore ti colpiscono in una parte dell’essere dove non sei protetto.

Non sai nemmeno che cosa queste parole vogliono veramente dirti e già qualcosa d’antico, di dolcemente soave o amaro ti penetra e si ritrae in te. Tra le cose conosciute respira l’innominato. L’innominabile. Prima ancora che un senso abbia raggiunto le parole, esse ti hanno raggiunto e turbato.

Ricordati dei cavalli schiumanti del passato³...

*Dal fondo dei tempi essi hanno galoppato fino a te!
Sono sfiancati e coperti di sudore; le briglie e le cinghie li hanno feriti.*

Sbuffano frementi, le narici di fuoco e screpolate di secchezza.

Ti hanno raggiunto attraverso i deserti, i detriti di roccia e le steppe interminabili dei tempi.

Scendi a gettare gualdrappe sui loro fianchi grondanti!

Il passato fa sosta alla locanda dell’oggi.

Ignorare la sua presenza, chiudere le tettoie e le imposte sarebbe barbaro.

La pietà verso il passato non è di moda — e lo dobbiamo in parte a un triste malinteso. Uccidere la memoria è uccidere l’uomo. (In ebraico, il maschile e il ricordarsi hanno la stessa radice). Quando confondiamo il passato con i suoi disastri e i suoi fallimenti, la sua polvere e le sue rovine, perdiamo l’accesso a ciò che si nasconde dietro — al riparo dagli sguardi: il tesoro inesauribile, il patrimonio fertile.

¹ Pedagogista, Consulta Diocesana per le attività a favore dei minori e delle Famiglie ONLUS Genova

² Religioso Guanelliano. Presidente Consulta Diocesana per le attività a favore dei minori e delle Famiglie ONLUS, Genova

³ Detto giapponese.

Agiamo come bambini scontenti, i quali, sotto il pretesto d'un dissapore, rifiutano di adottare la lingua dei genitori, la sua sintassi, il suo vocabolario e i suoi fonemi, e si condannano ad abbaiare e a gorgogliare. Di buon grado o malgrado, viviamo infatti sull'esperienza multimillenaria di coloro che ci hanno preceduti. Calpestiamo la terra dei morti, abitiamo le loro case, molto spesso seminiamo le loro terre, terminiamo le frasi che hanno iniziato. Non un angolo di via, non una strada, non un ponte, non un paesaggio in cui non abbia operato una folla invisibile. Questa coscienza dell'intangibile, lungi dal pesare o appesantire, apre il cuore e l'intelligenza...

Amo dire ai giovani che ho il privilegio di incontrare nelle scuole e nelle università: «Chiudete gli occhi e sentite rumoreggiare la folla umana alle vostre spalle. Tutta quell'umanità da cui provenite! Sentite dietro di voi la lunga "catena di donne e uomini amanti" (non mi stancherò mai di questo verso di Eluard) di cui siete, in questo momento, le sole maglie visibili! Non hanno disperato del mondo e voi ne siete la prova vivente! Con questa coscienza troverete la forza e il coraggio di slanciarvi. Il passato non è ciò che ci tira indietro, ma ciò che ci ancora nella presenza e ci infonde lo slancio per progredire». Non dimenticherò quel ragazzo africano che ritrovò la propria regalità sentendomi parlare con foga del suo paese e di Soundyata Keita, il fondatore dell'impero del Mali, il quale, nel giorno della sua intronizzazione nel 1222, fece proclamare il giuramento del Mandé, una splendida professione di fede, la prima dichiarazione dei diritti dell'uomo. Raccontando questa cosa, ho colpito, senza averlo previsto, il giovane in pieno cuore. Vidi tutto il suo corpo raddrizzarsi in un fremito di memoria. Tutti i suoi compagni di scuola stavano in silenzio: un istante prima rannicchiati sulle sedie in posizione "fetale" (detta "relax"), si ergevano ora come campo di grano.

«Ricordati della tua nobiltà!» (Sant'Agostino).

Quando la coscienza arriva a questo, che non appartiene a nessuna persona in particolare e che tuttavia è in ognuno l'intimo

dell'intimo, allora il disprezzo dell'esistenza si scioglie immediatamente e la sensazione di non-senso e di solitudine perde il suo aculeo. L'oblio è la fine di ogni cultura e l'invito a dimenticare il segnale della riduzione in schiavitù...

Esiste un potente contro-veleno a questo macabro gioco. A portata di mano, a ogni istante: è la gratitudine. Essa soltanto sospende la nostra avida corsa. Solitamente essa apre l'accesso a un'abbondanza senza sponde. Essa rivela che tutto è dono e per di più dono immeritato. Non perché ne saremmo, secondo un'ottica moraleggiante, indegni, ma perché il nostro merito non sarà mai abbastanza grande per controbilanciare la generosità della vita! ... L'introito di ogni vita cosciente è proprio la gratitudine. Un fluido inarrestabile scorre da una generazione all'altra. Quando sviluppiamo le nostre antenne e impariamo a scoprire ovunque la traccia di altri passanti, di altri uomini vivi o morti, allora il nostro modo di essere al mondo si dilata e s'ingrandisce...

L'omaggio alle origini. Così inizia ogni processo di umanizzazione.

«Da mio nonno Verus ho ricevuto la nobiltà di carattere e l'equanimità.

Da mio padre, a quanto mi hanno riferito e a quanto io stesso so di lui, la modestia e il senso virile.

Da mia madre, il timore di Dio e la mano aperta... uno stile semplice...

Da mio bisnonno...

Dai miei maestri Rusticus... Apollonius... Sextus..., ecc.» ...

Rendere omaggio mette in moto un macchinario segreto che apre le prigioni.

Chinandomi dinanzi all'altro, non intendo dire che tutto ciò che lo costituisce è perfetto ma che ho scorto, per grazia, l'eternità che lo fonda, la parte indistruttibile del suo essere. Immediatamente, le apparenze, i tentativi non riusciti, i malintesi, i fallimenti e le ferite perdono virulenza e si sbriciolano sotto la calma azione del tempo...

Mi viene chiesto insomma un solo gesto per restare degno della vita — qualunque sia la sofferenza che abbia subito: chinarmi. Questa legge segreta sembra aver gioco in ogni vita... Quando, dopo una relazione infelice (genitori, sposi, amanti, ecc.), mi volto e mi allontano senza uno sguardo, la relazione è certamente troncata.

Ma ciò che rimane è la dipendenza. Anche se la relazione viva viene sezionata, l'ostinato legame dell'incompiuto, del malessere o della maledizione persiste. Molte biografie, umane avventure, imprese iniziano così: con una porta sbattuta sul naso del passato, e sono molto presto assalite da un herpes, un mal-essere immanifestabile.

La porta è certamente chiusa ma i rizomi invece trapassano i muri. Non c'è che una liberazione dalla dipendenza malefica: è l'uomo arreso..."

2. Lo stupore

Abbiamo voluto iniziare questa nostra riflessione con una lunga citazione delle bellissime parole di Christiane Singer tratte dal suo libro *“Non dimenticare i cavalli schiumanti del passato”*⁴ perché ciò di cui trattiamo in questo testo è esattamente la presenza del passato dentro la vita e quella dei nostri ragazzi in particolare. Ciò che forma la nostra vita, ora e adesso, è un filo continuo che lega tutti, noi compresi, non solo alla storia personale, alla biografia familiare, al chi sono i propri genitori, ma che ci lega al mondo intero.

Cosa succede dunque se le esperienze del passato sono traumatiche? Cosa può accadere all'adulto di domani? E ancora: cos'è quell'elemento decisivo che cambia la vita esplodendola nell'infinito dell'esperienza anche a fronte di traumi infantili?

Qui la psicologia si incrocia con la pedagogia ed entrambe si inchinano alla filosofia, cioè al senso della vita e, per chi è libero di ascoltare, tutto

⁴ Christiane Singer, *Non dimenticare i cavalli schiumanti del passato*, Servitium, Sotto il Monte BG 2007, 7-24

converge nello stupore della religione, della posizione dell'uomo di dipendenza dal mistero.

Possiamo dire, scavalcando gli specialismi e andando al cuore delle cose, che la relazione con l'altro è l'elemento decisivo per la vita delle persone. Definire cosa sia questa relazione è invece arduo e forse inutile. Ancora ci vengono in soccorso le parole della Singer quando dice:

“Quello che si deve trasmettere con assoluta urgenza è l'invisibile.

Poco fa, dopo una visita in una scuola, una ragazza mi aspettava sotto la pioggia. I suoi capelli e i vestiti erano inzuppati, ma non aveva voluto lasciare quell'angolo di marciapiede per paura di non vedermi. «L'ho attesa per prometterle di non attentare mai più alla mia vita.» Scopri il braccio nudo coperto di cicatrici. «Ho capito qualcosa ascoltandola. Non potrei più fare come se non avessi sentito...» Il suo viso gocciolante d'acqua e luminoso rimane scolpito sotto le mie palpebre. Ho ripensato tanto a quest'incontro e a lungo ho cercato quali fossero state le parole che l'avevano colpita a quel modo. Sbagliavo strada. Non erano parole particolari. Qualcosa in lei era entrato in risonanza con qualche cosa in me. E questo qualcosa era la qualità più universale e insieme più singolare di ciascuna di noi: la mia venerazione della Vita, la mia profonda emozione dinanzi ad essa. Questa memoria, risvegliata, l'ha agganciata e tirata fuori dalle nere acque della morte. Non dimenticare i cavalli schiumanti del passato. Per farsi sentire essi hanno solo il sudore e il battito del loro sangue impazzito per la corsa.

Dal fondo dei tempi...

Con un folle galoppo...

Vengono da così lontano...

Lo cosa strana è che non recano messaggio alcuno, nessun rotolo di pergamena infilato sotto i finimenti.

Il loro messaggio non ha parole, non contenuto, non si esprime, non è mai stato inviato né ricevuto, né inciso su un frontone.

È un fremito amoroso.

3. La contemplazione

Solo in poche altre espressioni abbiamo trovato una chiarezza così decisiva per dire il senso della relazione educativa, per dire cosa sia, in fondo, l'educazione, e una spiegazione esplicita di quello che, con intuizione semplice, i santi fondatori delle congregazioni religiose affermavano con l'espressione "l'educazione è cosa di cuore". Se dovessimo dire perciò quale sia l'elemento protettivo, l'elemento capace di trasformare la sofferenza in strumento di rivolta, di rivoluzione, per una vita, certamente diremmo che esso è l'altro. Ma non l'altro *sic et simpliciter*, quanto piuttosto "l'altro che vive", perchè la vita è suscitata solo dalla vita. Allora i cavalli schiumanti del nostro passato di uomini e donne, quelli che si rifanno alla nostra radice, a quella della nostra famiglia, sono forza per noi e per i nostri figli, per i nostri ragazzi, anch'essi figli nostri, che ci sono ugualmente affidati.

Il nostro compito di educatori è quello di suscitare il cambiamento attraverso una forza che riflette da noi, attraverso la possibilità che gli altri hanno di contemplare, insieme a noi, il mistero della vita.

Dentro questo orizzonte è facile capire come sia ricompresa la nostra debolezza umana: non è l'adulto sempre perfetto che agisce sul cambiamento educativo dell'altro; è invece l'adulto che contempla la realtà ed apre a se stesso gli orizzonti del senso della vita, della ricerca di un senso della vita. Esso ricompone un destino che non si affranca dal passato ma che lo supera inglobandolo.

4. Educare è un fattore protettivo

Da molto tempo l'educazione è caduta in disgrazia presso le scienze umane – se ancora così possiamo chiamare questo campo dell'agire – ma ciò non toglie che la forza dello stare insieme, del trasmettere la forza d'animo che un uomo ha con sé sia la fondamentale operazione protettiva rispetto ad una vita giovane.

La nostra esperienza ci conduce a dire che educare, sempre ma soprattutto quando ci troviamo di fronte a ragazzi e ragazze maltrattati dalla vita, è il primo fattore di protezione. La presenza dell'adulto sufficientemente buono – per parafrasare l'autore di un famoso testo⁵, è in grado di segnare per sempre la vita di una persona e questo segno possiamo vederlo anche presso quei ragazzi che sono cresciuti affiancati da adulti che non sono i loro genitori. Quando essi tornano a trovare questi adulti, i loro racconti sono pieni di frammenti del quotidiano, quando tornano il loro dire è mitico, aureo, dorato, come quello di un adulto che narra di sé e della sua infanzia. Certo, per questi ragazzi la vita avrebbe dovuto essere più generosa e offrire genitori buoni, almeno un po', ma anche con la nostra semplicità di educatori essi hanno potuto usufruire di stimoli e di compagnia alla crescita che ha funzionato.

Nei loro racconti si legge l'importanza dell'attimo, di quel momento che è stato vissuto intensamente dal ragazzo e magari che noi nemmeno ci ricordiamo “quante volte per altri è vita ciò che per noi è un minuto, diceva il poeta⁶, ed è così che il ricordo del passato fa riemergere il peso nella vita dell'altro, di chi siamo noi in quel momento.

Dunque l'adulto, dunque noi con la nostra storia e il nostro passato che ci rende ciò che siamo. Dunque noi educatori con le nostre fragilità e il peso immane di un compito che nei secoli è il compito della

⁵ B. Bettelheim, *Un Genitore quasi perfetto*, Feltrinelli, Mi. La traduzione letterale del titolo recita “un genitore sufficientemente buono.”

⁶ F. Guccini, *Antenor*, canzone tratta dall'album Metropolis, 1981

trasmigrazione ai giovani della forza della vita. Suscitare nell'altro questa forza come compito educativo, senza arrendersi all'idea che non ce la può fare chi è stato ferito e abbandonato. Certo, un compito pieno di idealità e forse anche utopico, la cui necessità di essere tale è però così essenziale alla vita dell'altro che possiamo dire essa è connaturata all'essere umano: senza idealità è come dire senza l'umano.

5. Dal dolore alla gioia

“... Da lontano vediamo avanzare una carovana lungo la pista del deserto della Giudea. Siamo vicini a Efrata, nei pressi di Betlemme. All'improvviso la carovana si ferma e in quel gruppo di persone vediamo un affannarsi e un agitarsi: un urlo squarcia il silenzio della steppa. La moglie del capoclan Giacobbe è stata colpita dalle doglie del parto e sta malissimo. Una donna la sta aiutando in questo parto molto difficile. La situazione precipita: la madre, che si chiama Rachele, entra in agonia. Ma ecco che la levatrice riesce a estrarre la creaturina, la esamina e vede che è un maschio. La pone, ancora insanguinata, sulla madre per darle coraggio. Essa, con un filo di voce, riesce a mormorare il nome da imporre a quel suo bambino: Ben-oni!, che in ebraico significa “figlio del mio dolore”. E, subito dopo, esala l'ultimo respiro.

Giacobbe, il padre, è travolto da due sentimenti contrastanti: l'immensa sofferenza per la perdita di questa donna che aveva amato più di tutte le altre e la gioia perché essa continuerà a vivere nel bambino che gli ha donato proprio nell'istante della sua morte. Ecco, allora, la sua decisione: questo piccolo non si chiamerà in modo così triste, come voleva la madre, bensì il suo nome sarà tutto un augurio festoso. E Giacobbe lo chiama Beniamino, in ebraico Ben-yamin, “figlio della destra”, ossia “figlio della fortuna, della prosperità, del buon auspicio”. La carovana ora si alza e, prima di avviarsi lungo la pista, assiste in silenzio al rito che il capoclan compie: sulla terra ove è sepolta Rachele viene eretta una stele

*commemorativa, cioè una pietra che ricorderà come in quel luogo vita e morte si siano incrociate.”*⁷

Quello che gli psicologi chiamamo “*life event*” cioè un momento tipico della vita, un momento di svolta, decisivo, può essere trasformato e letto dalla persona in modi diversi, opposti addirittura. Dal dolore subito, che ha la capacità potenziale di annientare la persona e di ridurla, alla forza d’animo che trasforma le cose. In questo processo non c’è nulla di magico né nulla che afferisce alla rimozione come concetto psicoanalitico. Non si tratta nemmeno di uno spostamento o una sublimazione sebbene tali processi intra psichici abbiano la possibilità di comparsa nella sfera emotiva della persona. Qui si tratta di prendere coscienza che la vita è una possibilità del bene e che ci sono attori, compagni di strada (Giacobbe, in questo caso) che non sono disposti a perdere questa possibilità né per sé, né per chi sta loro accanto.

Ancora una volta ci appare come fondamentale la qualità relazionale che un ambiente realizza intorno a sé. Essa permette a chi subisce dolori, di utilizzare la propria energia vitale per trasformare tali eventi in possibilità del bene per sé e per gli altri.

⁷ Gianfranco Ravasi, tratto da Novena.it , Questa vicenda è raccontata nel capitolo 35 del libro della Genesi, ai versetti 16-20. La storia di questo bambino continuerà con eventi pieni di colpi di scena

Esiti nell'adulto del maltrattamento infantile

Stefano Cirillo¹

1. Premessa

Numerosi studi hanno ormai dimostrato che le *esperienze infantili sfavorevoli* (E.I.S.) hanno effetti negativi a lungo termine, lasciando tracce significative non solo sulla psiche, ma anche sulla salute fisica dell'adulto.

Tra le esperienze studiate (ad esempio perdita di uno o entrambi i genitori per morte, abbandono della famiglia, carcerazione; grave malattia degli stessi e così via) non c'è dubbio che il maltrattamento, fisico e/o psicologico, la grave trascuratezza, l'abuso sessuale rappresentino una delle condizioni più deleterie. Molto spesso gli operatori che lavorano con bambini gravemente traumatizzati si interrogano su quale sarà il loro destino una volta diventati grandi, quasi a domandarsi se i loro sforzi riparativi riusciranno a prevenire lo strutturarsi di personalità più o meno seriamente compromesse.

Dal mio osservatorio di clinico, mi propongo di offrire una carrellata di situazioni terapeutiche che, sulla base di alcune ridondanze di tipo qualitativo, possano costituire dei punti di partenza per cercare una risposta al nostro quesito.

Per non disperdermi eccessivamente, ho deciso di concentrare il mio discorso su un solo tipo di maltrattamento, l'abuso sessuale, che è quello comunemente considerato più estremo e dunque devastante per lo sviluppo della piccola vittima.

Ancora, per focalizzare una casistica relativamente omogenea, ho scelto di esporre solo situazioni di vittime di sesso maschile: si tratta di una casistica relativamente poco conosciuta, sia per una minor diffusione di

¹ Psicoterapeuta, Centro Mara Selvini di Milano

questa aggressione nei confronti dei maschi (Green, 1994), sia probabilmente per una maggiore riluttanza degli stessi a rivelarla.

Poiché ho incontrato un certo numero (pur limitato) di pazienti adulti con i quali ho potuto analizzare il vissuto di tale evento traumatico, mi è parso interessante tentare di confrontare i loro destini, ben sapendo che le loro storie, per quanto certamente deviate nel loro corso naturale da un simile accadimento tragico, si sono costruite a partire dall'intersecarsi di mille fattori che non potremo mai rintracciare se non in forma estremamente semplificata, senza per questo voler mortificare la presenza della libertà umana, che può imprimere svolte e deviazioni a cammini che sembrano già disegnati.

Mi auguro che queste riflessioni possano fornire qualche indicazione operativa che consoli un po' chi oggi si dibatte nell'angoscia di come evitare che un dramma di questo tipo possa distruggere la vita di un proprio figlio o di un bambino di cui si fa carico professionalmente.

Una giovane coppia, figli di miei amici, mi chiede con urgenza un colloquio: hanno appena scoperto che il loro bambino di quattro anni è stato ripetutamente oggetto di molestie sessuali da parte del bidello della scuola materna privata che frequentava. I due genitori sono comprensibilmente in preda all'angoscia: come mai il figlio ha tardato a rivelar loro la cosa? Aveva paura? Non si è fidato di loro? In che cosa hanno mancato? Come è possibile che la loro preparazione (sono entrambi insegnanti) non sia riuscita ad evitare che fossero ciechi di fronte ai segnali di disagio del piccolo? E soprattutto, che succederà ora? E' rovinato per sempre? Cosa possono fare per aiutarlo?

2. Fattori che influenzano l'esito dell'abuso

Per illuminare una materia tanto ostica e misteriosa, che ci chiede di gettare uno sguardo nel futuro, la clinica ci dà scarse indicazioni, ben

lontane dall'averne la forza di un sillogismo (dati tali premesse, ne consegue che...). Si possono comunque elencare alcuni fattori che, *non certo in una relazione diretta*, influenzano l'esito dell'abuso:

1. la relazione con l'abusante.

Più stretto e significativo è il legame che intrattiene con la vittima, più doloroso dovrebbe essere il trauma;

2. l'età della vittima.

Più il trauma è precoce, più distruttivo può rivelarsi. Ma anche: più la psiche è plastica, più la ferita può rimarginarsi;

3. le modalità con cui l'abuso è stato agito.

Più invasivo è stato, più dannoso si rivelerà. Ma anche: più è stato subdolo, più difficile sarà per la vittima decodificarlo come abuso;

4. la durata.

Più il trauma si prolunga nel tempo, peggiori ne saranno le conseguenze. Ma anche un singolo gesto può avere esiti drammatici;

5. le reazioni della vittima.

E' un fattore importantissimo, a cui gli inesperti pensano raramente: più la vittima è riuscita a difendersi, a ottenere l'interruzione dell'abuso, a chiedere aiuto successivamente, a rivelare precocemente, meno intensi e pervasivi saranno i sensi di colpa;

6. i fattori di protezione intra ed extrafamiliari (Di Blasio, 2005),

il cui intreccio complessivo si somma alla dotazione di risorse individuali a determinare il fenomeno noto come *resilienza* (Cyrułnik, 1999).

Quando trattiamo in psicoterapia uno di questi pazienti, tutti questi fattori si affollano nell'animo della persona, che ci rivolge (e soprattutto si rivolge!) senza sosta sempre le stesse domande: perché io? Cosa c'era in me di sbagliato che ha fatto sì che l'abusante abbia scelto proprio me? (Malacrea, 1998). Perché non mi sono difeso? Perché non ho parlato prima? L'autosqualifica, il senso del proprio disvalore, è il primo

nemico di questi pazienti, e dunque il primo ostacolo che incontra la terapia.

Sentiamo cosa dice Anna, una donna eccezionale, da cui ho imparato tanto, la cui terribile vicenda ho raccontato nel libro *Cattivi genitori* (2005).

I bambini di Anna le sono stati allontanati perché la signora non ha efficacemente protetto la sua bambina più grande dopo la scoperta dell'abuso da parte di un vicino di pianerottolo, cosicché il fatto si è ripetuto. Quando la donna incontra l'assistente sociale, è furibonda per questo provvedimento che giudica ingiusto: "Come, il giudice è intervenuto perché è successo due volte? A me mi è successo una vita di seguito, quando ero piccola! Mio padre, mio nonno, un vicino... Sempre a me, alle mie sorelle mai! Chissà perché! Cosa avevo io che non andava? Da piccola, anche i cani si strusciavano vicino a me!"

Passando dal vissuto intrapsichico alla percezione dei rapporti significativi, vediamo che - se sondiamo le modalità delle rivelazioni dell'abuso da parte della vittima, parziali o efficaci, ascoltate o ignorate, o la sua incapacità di parlare - ci renderemo conto che ripercorrerle ci conduce direttamente al cuore delle relazioni familiari, il cui funzionamento spinge il bambino a fidarsi o a tacere, quasi come se l'abuso fosse un rivelatore della qualità dei legami in cui il bambino è immerso.

Quando Anna ha dodici anni, si rivolge alla mamma, per proteggere se stessa e la giovane zia, handicappata psichica, dagli abusi del padre e del nonno materno, che vive con loro. Gli abusi durano ormai da tre anni. La madre risponde: "Sai come sono gli uomini! Dovete imparare a starne lontane." E non fa nulla. Più tardi Anna scappa. La polizia ferroviaria la ritrova a 600 km. di distanza. La bambina racconta che padre e nonno le

danno fastidio. Viene riaccompagnata a casa: “Vedrai che la mamma metterà a posto le cose.” Ma niente cambia.

3. Prima evenienza: da vittima ad aggressore

L'atroce vicenda di Anna, che non essendo stata difesa è oggi incapace di difendere efficacemente sua figlia, ci introduce a un tema cruciale nel trattamento degli uomini abusati nell'infanzia: la ripetizione dell'abuso. Questa terribile eventualità, regolarmente citata dalla letteratura scientifica (De Zulueta, 1992), è ormai ampiamente divulgata, tanto da rappresentare una preoccupazione non minore nelle vittime ormai adulte che chiedono aiuto. Oggi infatti non è più eccezionale come un tempo che una persona, più spesso donne ma anche uomini, arrivi in consultazione con l'esplicita richiesta di elaborare una vicenda infantile di abuso, che ritiene connessa con le proprie difficoltà attuali, di solito nell'area sessuale (scarsa responsività o viceversa tendenza alla promiscuità, disturbi dell'identità di genere...), anche se è più comune che il racconto di un abuso occorso nell'infanzia emerga nel corso di un trattamento iniziato per un problema o una patologia specifici, di solito un disturbo borderline di personalità, che la letteratura riconduce con frequenza al trauma dell'abuso sessuale (Green, cit.; Smith Benjamin, 1996), con il suo corredo di condotte autolesive e di dipendenze da alcool o da sostanze stupefacenti. (Tra gli ospiti delle comunità di recupero per tossicodipendenti, la presenza nell'anamnesi di un'esperienza di abuso sessuale è frequentissima nelle donne, ma non eccezionale anche negli uomini.)

Per introdurci al mondo dei maschi abusati nell'infanzia inizierò con il racconto di un caso che non ho conosciuto personalmente, ma seguito solo attraverso la supervisione a un servizio specialistico sul maltrattamento, caso che presenta in maniera molto chiara le problematiche che dobbiamo affrontare.

Il sig.G., 30 anni, si rivolge al Tribunale per i Minorenni di Parigi per ottenere il ripristino del diritto di visita a suo figlio E., di 7 anni, che vive in quella città con la madre, il nuovo compagno di questa, pachistano, e il bambino di 1 anno della coppia. E. presenta un grave ritardo di sviluppo e trascorre la giornata in una scuola speciale. G. ritiene che la sua ex moglie e soprattutto il compagno (a suo dire severissimo come tutti i mussulmani) non se ne occupino appropriatamente. Vorrebbe poterlo tenere con sé per alcuni periodi nella città dell'Emilia dove vive con la giovane seconda moglie, incinta, o, in subordine, fargli passare le vacanze estive in Sicilia presso la nonna (la madre di G.), che lo ha accudito nei primi anni di vita.

Il provvedimento di sospensione delle visite del padre a E. è dovuta alla menzione che la ex moglie ha fatto, quando lo ha lasciato trasferendosi dalla Sicilia a Parigi, che non si fidava di lui perché G. aveva un precedente penale specifico: a 20 anni era stato arrestato e condannato per abuso sessuale su un bambino di 6 anni. In risposta alla domanda di G. di poter rivedere il figlio, il Tribunale incarica di un'indagine il Servizio Tutela Minori del luogo di residenza. Interrogato a proposito dell'abuso commesso, G. lo riconosce, pur minimizzando la portata del gesto, compiuto ai danni di un piccolo tunisino, lasciato a se stesso, che si aggirava nei pressi del cantiere dove G. lavorava. In un successivo colloquio racconterà, con molto disagio, di avere a sua volta patito la medesima esperienza alla stessa età e nelle identiche circostanze.

Non può non colpire in questo racconto la scissione tra l'idealizzazione che l'uomo manifesta di sé come padre (sono migliore della mia ex moglie e del suo compagno nell'affrontare la cura di un figlio difficile) e la banalizzazione della sofferenza inferta a un bambino approssimativamente della stessa età del suo. Vedremo all'opera il medesimo meccanismo di scissione nei due casi che seguono, di

pazienti che ho incontrato al Centro per il bambino maltrattato di Milano (CbM), entrambi padri maltrattanti e violenti inviati dal Tribunale per i minorenni dopo l'allontanamento dei figli, in tutti e due i casi collocati in comunità assieme alle rispettive madri. Si tratta di due uomini (le cui vicende, come quella di Anna, possono essere ritrovate in maniera dettagliata nel mio lavoro già citato) che hanno percorso la traiettoria da vittima ad aggressore.

Antonio è indagato penalmente per due gravissimi episodi di maltrattamento fisico nei confronti del figlio neonato, Loris, il quale ha riportato a pochi giorni di vita la frattura del cranio e, a qualche giorno dal rientro a casa dopo un lungo ricovero in ospedale assieme alla giovanissima mamma (anche il padre ha poco più di vent'anni) la frattura di una tibia. Il ragazzo, spaventatissimo all'idea di essere condannato e incarcerato, nega recisamente di essere stato l'autore delle violenze (ricondotte in modo fantasioso a una cuginetta che sarebbe entrata nella culla con gli scarponcini), per poi attribuirle ad un proprio preteso sonnambulismo.

Lo incalzo allora perché non si sia mai fatto curare, apprendendo che il giovane soffre durante le ore diurne di non meglio precisate perdite di coscienza, iniziate durante il servizio civile, che Antonio ha svolto come accompagnatore nello scuolabus dei bambini dell'asilo comunale: in quel periodo, racconta, quando riconsegnava i piccoli alle madri a volte era costretto a riprenderle quando queste erano brusche e sgarbate con i figli, ma veniva rimesso al posto suo ("cosa ne sai tu a diciott'anni di bambini!). Inoltre, con grande dispiacere, doveva rendersi conto che non tutti i bambini rispondevano alle sue premure, ma anzi alcuni ne erano spaventati: rientrato a casa si guardava allo specchio per capire cosa aveva da indurre timore. E lì sarebbero iniziati i suoi svenimenti (che potrebbero far pensare, in una persona gravemente disturbata e

sofferente come è evidentemente Antonio), ad un disturbo da stress post-traumatico.

Il ragazzo è l'ultimo degli undici figli di una famiglia multiproblematica, in cui due fratellini sono stati dati in adozione per l'intervento dei servizi, e un altro "ceduto" a parenti e mai più rivisto. Dopo lo choc dovuto alla perdita dei figli adottati, la madre di Antonio, contadina analfabeta, si ricongiunge al nord con il marito, anch'egli analfabeta, fin lì emigrato all'estero, e qui nascerà l'ultimo figlio. Le carenze e la trascuratezza di cui Antonio ha sofferto nell'infanzia, allevato alla bell'e meglio dal fratello e dalla sorella più grandi, sono nel suo racconto sepolte sotto il velo dell'idealizzazione. Solo a fatica menzionerà di aver iniziato fin dalla prima elementare a girovagare per il paese anziché andare a scuola, e di aver beneficiato di una sorta di affido spontaneo presso la moglie del sindaco del paese, che gli faceva fare i compiti, la merenda, e gli insegnava a non dire più le parolacce. A dieci anni, come già due fratelli maggiori anni prima, viene allontanato dai servizi sociali e messo in istituto ("ma solo per farmi studiare, non perché in casa c'era qualcosa che non andava").

Qui, racconta Antonio con grande imbarazzo, viene sottoposto a ripetuti abusi da parte di un sacerdote. Le prestazioni sessuali venivano estorte, ad Antonio come ad altri bambini, con estrema violenza, finché le vittime riescono a ribellarsi, rivolgendosi al direttore dell'istituto, e l'abusante viene allontanato (non però denunciato). Antonio non ha mai parlato a nessun altro dell'abuso ("se no mio padre avrebbe fatto un macello!"), se non alla moglie per accenni.

Sposatosi giovanissimo, Antonio desidera ardentemente un figlio, per riscattare una genealogia di padri impossibilitati a svolgere il proprio ruolo: suo padre perché emigrato, e il nonno paterno perché morto prematuramente, quando suo figlio aveva solo quattro anni. Allorché finalmente il ragazzo riesce a riconoscere i maltrattamenti commessi ai danni del bambino tanto atteso, li spiegherà così: "Io gli voglio bene, a

Loris, moltissimo, e volevo a tutti i costi essere un buon genitore, ma lui non me lo permetteva, perché non mi riconosceva! Appena nato, quando piangeva lo prendevo in braccio per calmarlo, ma lui niente, piangeva sempre più forte. Con mia moglie no, invece, con lei smetteva. E a me mi prendeva il nervoso.... e allora, forse...l'ho lasciato cadere...” “O forse – dico io – l’ha gettato per terra...”. E Antonio non dice di no.

Si tratta a questo punto di aiutarlo a confessare quel che ha fatto anche ai familiari, che gli stanno pagando con grandi sacrifici un avvocato per difenderlo da quella che considerano un’ingiusta accusa. Gli domandiamo se prima si sentirebbe di confidar loro l’abuso subito, per testare la loro capacità di schierarsi dalla sua parte. Antonio acconsente, pur con molte ritrosie: ma ho sentito con le mie orecchie suo padre domandargli, in risposta, che cosa aveva fatto per meritarsi questa punizione! Di accompagnare il figlio in una denuncia, neanche parlarne: l’uomo, sconfitto dalla vita, schiacciato dal timore verso l’autorità costituita, com’era ai suoi occhi il sacerdote abusante, nega decisamente: “Io non ho mai insegnato ai miei figli a fare queste brutte cose.”

Terminata la valutazione, Antonio verrà indirizzato ad un trattamento presso il servizio psichiatrico locale: ma non si presenterà mai. La moglie si riunisce a lui, lasciando in comunità Loris, che sarà collocato in affido. La coppia avrà dopo poco una bambina, che morirà a poche settimane di vita per un trauma cranico. Durante le indagini di polizia, emergeranno gli abusi sessuali compiuti da Antonio su due nipotine. Antonio oggi è in carcere.

Questa storia ci lascia scorgere all’opera il ben noto meccanismo di difesa dell’identificazione con l’aggressore: per non soccombere al trauma, il bambino vittima, inerme e impotente, sposta nel futuro una sorta di rappresaglia e di vendetta. “Non sarò sempre così piccolo e debole, diventerò grande e forte, e allora gliela farò vedere io”. Il meccanismo implica però un prezzo molto costoso per la psiche, perché

obbliga ad una scissione della mente: come abbiamo già visto per il sig. G., anche Antonio, nella propria idealizzazione di sé si vede come un ottimo padre ed educatore, che certo non vorrebbe sottoporre altri bambini, a maggior ragione i propri figli, ad una esperienza traumatica. D'altra parte la coazione a ripetere l'abuso risponde all'esigenza di rivivere il trauma vissuto, questa volta però controllandolo – e non più subendolo – grazie allo scambio di ruolo. Per farlo, deve per così dire uccidere una parte di sé, sopprimendo l'empatia per il bambino che diventa la sua vittima.

Il secondo esempio è rappresentato da Fausto, uno dei pazienti più ardui e impegnativi che abbiamo avuto al CbM, soprattutto per il carico emotivo che ci ha imposto. Anch'egli si è sposato giovanissimo, soggiogando con la sua personalità intrigante e magnetica una donna che resta agganciata alla sfida che lui le pone: "Curami dalla mia omosessualità, che non appartiene alla mia natura, ma è il frutto dell'abuso sessuale che ho subito". Il ragazzo è infatti stato abusato intorno ai tre anni dallo zio, e la relazione incestuosa si è protratta fino alle soglie dell'età adulta.

Dopo la nascita di due bambini, il matrimonio entra in crisi: Fausto, infelice e gravemente disturbato, aggrava la sua patologia (un disturbo borderline di personalità) sottoponendosi ad una dieta allo scopo di rendersi più attraente per gli uomini che adesca ogni notte, non riesce a rispettare le restrizioni alimentari che si impone e inizia ad abbuffarsi e a vomitare, poi a controllare la fame con farmaci anoressizzanti a base di anfetamine che si procura al mercato nero; si scompensa, tenta più volte il suicidio (con una lettera d'accusa ai genitori che non l'hanno protetto dall'abuso), non riesce più a lavorare. Ogni notte nel sonno è tormentato da paralisi isteriche. Tutte le sere si ripetono scenate sempre più violente, quando la moglie tenta di impedirgli di uscire per i suoi incontri nelle saune e nei locali gay, e i bambini sono sempre più spaventati, finché – in

risposta ad una richiesta d'aiuto della giovane donna - vengono collocati dal Tribunale in comunità assieme a lei.

Fausto, parzialmente consapevole della sua condizione, accetta un intervento, mettendoci però in guardia che se avessimo indotto la moglie a lasciarlo avrebbe ucciso tutti: lei, i bambini, gli operatori. L'incontro con i suoi genitori, esausti e diffidenti, disposti a collaborare solo nell'interesse dei nipotini, perché per il figlio non hanno più speranze, è molto difficile: si irrigidiscono di fronte al tema dell'abuso, non credono di meritare alcun rimprovero, e d'altronde con Fausto è impossibile fare un discorso serio. In effetti l'uomo è estremamente provocatorio, sempre su un registro sarcastico, offensivo e pronto a spararle via via più grosse, con l'effetto di squalificare tutto ciò che dice. Anche ricostruire i fatti sembra impossibile: i genitori ritengono che il figlio, adolescente, abbia sedotto lo zio, di soli 9 anni maggiore, e ritardato mentale; Fausto parla di una violenza iniziata nella prima infanzia da parte di un ragazzone di 12 anni più vecchio!

Finalmente le versioni si riavvicinano: i genitori sono condotti a ricordarsi del bambino che, nelle vacanze al paese dai nonni e dallo zio, non voleva fare la siesta con quest'ultimo, e protestava piangendo che "gli dava fastidio"; ricostruiscono poi che quell'autunno ritornarono a Milano con il figlio maggiore, lasciando il piccolo Fausto da solo con i nonni, perché la madre aspettava il terzo figlio; comprendono che le molestie si ripeterono tutte le estati seguenti. A questo punto è Fausto ad ammettere senza problemi che fu lui più tardi a proporre allo zio di passare a rapporti sessuali completi.

La madre, che all'inizio rideva incongruamente, si fa seria: "Ma allora ti ha proprio rovinato!". Si ripromette, quando scenderà al paese, di mettere alle strette il fratello. Anche il padre si rabbuia: si rende conto solo ora di quanto il figlio debba aver sofferto, e per di più in solitudine, e si rimprovera di averlo sempre e soltanto sgridato e punito di fronte ai suoi segnali di inquietudine e di malessere. Arriva a confessare che, per guarire il bambino dagli incubi che lo afferravano tutte le notti, si era

nascosto sotto il suo letto, con una calza di nylon sul viso, fingendo di essere un mostro che aveva divorato i suoi genitori e avrebbe sbranato anche lui...

Come nella situazione precedente, la soppressione dell'empatia di Fausto non può non colpirci: sembra ricercare coattivamente un'unica conferma del proprio valore, la capacità di sedurre uomini sempre diversi, in rapporti estremamente degradati, come la donna vittima di abuso che si dedica alla prostituzione riducendo i clienti ad oggetti sessuali da sfruttare economicamente, compiacendosi del proprio potere di adescarli e osservandone, distaccata e lontana, la dipendenza erotica da lei (e magari riservando ad altri l'intimità del bacio, come segno di reciprocità e di coinvolgimento amoroso). Colpisce altresì il registro della paura: come Antonio, spaventato non solo dall'abusante violento, ma probabilmente dal padre che lo considera responsabile dell'abuso che si sarebbe "meritato", e dalla madre che non protegge i suoi figli, ma ne ha "persi" tre, tra adozioni e affidi, alla stregua di Pollicino e dei suoi fratelli abbandonati nel bosco, così Fausto è stato terrorizzato non soltanto dalla sopraffazione dello zio, ma dall'intolleranza sadica del padre e dall'incomprensione stolidità della madre: e si industria, più esplicitamente di Antonio, a terrorizzare a sua volta gli altri.

Ha spaventato la moglie, convincendola a sposarlo con l'allusione ai suoi poteri paranormali, e ha a più riprese spaventato noi operatori, minacciando apertamente la nostra assistente sociale, gli educatori della comunità, e poi anche me, dichiarando di avere un coltello nascosto sotto la giacca, tanto che ho tolto il mio nome dall'elenco telefonico. Un'intera seduta è stata dedicata alla sua domanda insinuante e sfrontata assieme: "Cirillo, oggi, da uno a dieci quanta paura ha di me?"

Dopo un notevole miglioramento, conseguente al ripristino di rapporti più positivi con i genitori a seguito del lavoro congiunto che abbiamo svolto,

ha una grave ricaduta quando la moglie si separa e una ancora più seria quando lei si trova un nuovo compagno, che Fausto affronta con minacce a lui e ai figli di lui. A differenza però del dramma con cui si conclude il caso precedente, qui abbiamo avuto la possibilità di procedere ad un lungo e articolato accompagnamento, con il ripristino dei rapporti del paziente con i figli a seguito di un ritrovato benessere. Fausto è andato a vivere con un compagno nell'appartamento lasciategli dai genitori, riconciliatisi con la sua omosessualità.

Voglio aggiungere che anche Fausto presenta quell'elemento di idealizzazione di sé come difensore dei bambini che abbiamo già descritto a proposito di G. e di Antonio: al termine della terapia collaborerà a più riprese con la polizia, infiltrandosi nelle prime reti *on line* di pedofili, e contribuirà a farne arrestare diversi.

4. Seconda evenienza: per sempre vittima

Non tutti i bambini abusati, fortunatamente, si trasformano in aggressori: ce ne sono alcuni la cui triste sorte sembra essere la condanna a rimanere vittime. Questa seconda categoria di pazienti non li incontriamo quindi come genitori maltrattanti inviati dal Tribunale a servizi specializzati nella tutela, ma come soggetti che chiedono aiuto negli studi privati di psicoterapia o nei servizi consultoriali e psichiatrici, con domande di presa in carico per patologie depressive o ansiose, in personalità caratterizzate da scarsa assertività, dipendenza, insicurezza nella relazione con gli altri: tanto nel primo gruppo l'aggressività era ipertrofica e incontrollata, tanto qui è repressa e censurata, in una sorta di autocastrazione.

Quando conosco Raffaele, 35 anni, che mi viene portato, assieme ai genitori e al fratello, per un consulto da un mio allievo che lo segue, è

ricoverato per la seconda volta in casa di cura per un episodio depressivo. Il precedente risale a un anno prima, a seguito del fallimento dell'attività artigianale in proprio, sulla quale aveva esageratamente investito. Due crisi ansioso-depressive si erano già verificate a 21 anni, durante il servizio militare, quando si era sentito brutto e stupido, e a 26 anni, schiacciato dallo stress che gli richiedeva l'avvio della sua piccola azienda. Ha trascurato i rapporti di amicizia e non ha mai avuto una ragazza, ripiegando dopo i trent'anni su rapporti mercenari. Allo psicologo che lo segue riferisce di essere stato insicuro fin dalla scuola elementare, quando veniva umiliato e preso in giro sistematicamente dai compagni.

A 16 anni, quando frequentava l'oratorio, subisce delle molestie da parte di un sacerdote, che lo "toccava". All'inizio la cosa gli sembrò "normale": quando si rese conto che non lo era, pensò di denunciare l'abusante, ma non lo fece; serba un forte rancore verso il padre, a cui si rivolse in questa occasione per essere difeso e che non fece nulla, come già quando il figlio si lamentava con lui delle prepotenze dei compagni di scuola. Dopo l'abuso ebbe brevi esperienze omosessuali con dei coetanei.

Nei confronti della madre (che oggi ha un inizio di Alzheimer e segue solo parzialmente la seduta) ha sempre manifestato una dipendenza eccessiva: le chiedeva il biberon fino a 10 anni, di nascosto, e si faceva soffiare il naso da lei. Però nei fatti non è stato allevato dalla madre, ma dai due anziani zii di lei (che la avevano cresciuta in quanto rimasta orfana), uno dei quali cieco, perché i genitori lavoravano entrambi in campagna; la madre inoltre soffriva acutamente per la convivenza con i suoceri e le cognate, pazienti psichiatriche, nella stessa cascina, tanto da fuggire in bicicletta con i bambini per tornare dai suoi zii.

In seduta Raffaele, rievocando l'abuso, dice che il parroco, tra tutti i ragazzi dell'oratorio, aveva scelto lui per abusarne sia perché si era reso conto che era solo e indifeso, sia perché era "il più fesso". Il fratello, maggiore di cinque anni, sposato con figli, che ha sempre avuto con Raffaele un rapporto molto distaccato, svolge un buon ruolo di supporto

nella seduta, confermando la latitanza del padre, unita all'autoritarismo e alla prepotenza. Il padre si sforza sinceramente di comprendere i sentimenti del figlio e di riparare: considera anche l'idea di accompagnarlo dal vescovo a denunciare il sacerdote (cosa che però poi non farà).

La seduta si rivelerà fruttuosa: la rinegoziazione dei rapporti con i due uomini della famiglia aiuterà Raffaele ad affrontare nella sua terapia individuale i problemi legati alla stima di sé, con la ripresa di una traiettoria di vita soddisfacente.

Come si nota facilmente, siamo in un altro mondo rispetto alle vicende di Antonio e Fausto: un soggetto privo di valide figure di attaccamento (madre fragile, sofferente e assente; padre distante e impervio; sostituti genitoriali anziani e invalidi), precocemente consegnato al ruolo di perdente, a cui l'abuso appone un suggello definitivo, inducendolo a dubitare in modo radicale del proprio valore maschile (si veda la prima crisi sintomatica nel passaggio iniziatico del servizio militare), che cercherà poi di riscattare spasmodicamente attraverso il successo professionale. Non compaiono però specifiche caratteristiche di spavento, come nei casi precedenti, che rendano più acuti i traumi e più evidenti le carenze dei processi di attaccamento: le figure accidenti non hanno caratteristiche tali da renderle a loro volta terrifiche, ma anzi di fronte alla crisi conclamata rispondono sinceramente, e almeno in parte efficacemente, agli appelli dei curanti, mobilitandosi a sostegno del figlio.

Il caso che esporrò adesso confermerà questi elementi, arricchendoli con molti altri, trattandosi di un rapporto terapeutico molto più prolungato e quindi più istruttivo.

Una ex paziente a cui sono molto affezionato, Livia, di cui parlerò più avanti, che è stata da bambina abusata dal padre, ora che anima un

circolo culturale e politico ha sviluppato un sesto senso per riconoscere altre giovani donne che sono state passate attraverso lo stesso dramma, e a volte me le indirizza. Questa volta mi manda invece il suo miglior amico, Guido, che ha intuito essere anche lui un sopravvissuto all'incesto. Si tratta di un ragazzo di 31 anni, molto simpatico e gradevole, a cui mi è difficile rifiutare una presa in carico: gli spiego che io faccio solo trattamenti familiari e le eventuali prosecuzioni individuali, ma lui è già stato avvertito da Livia, ed è pronto ad assicurarmi che sarà più che disponibile a portarmi più avanti i genitori, se lo riterrò opportuno. La sua seduttività è evidente, ma così garbata e piacevole che cedo. E questo tratto di Guido si rivelerà ben presto l'eredità più vistosa dell'abuso paterno: Guido si è modellizzato sul piacere altrui, mai sul proprio. Paga le sedute in anticipo, mi fa un regalo per il suo compleanno, mi chiede sempre come sto, balza in piedi allo scoccare dell'ora per lasciarmi ai miei altri pazienti davvero importanti: un concentrato di compiacenza che però fa sorridere e ispira tenerezza, mai fastidio, e che rappresenta ovviamente il primo materiale su cui lavoriamo.

Guido ha parecchie aree di buon funzionamento: ha un lavoro di successo, ben remunerato, un passato di campione sportivo, molti amici, con cui condivide passioni e attività. Le aree problematiche sono un certo discontrollo (ha problemi alimentari, discreto soprappeso, saltuario abuso di alcool e di cannabis), i ripetuti fallimenti sentimentali, una tendenza alla permalosità per cui si offende e si distacca dagli amici che lo giudicano "pesante", l'incapacità di difendersi dalle persone a cui si consegna in modo eccessivo e che finiscono per sfruttarlo. Ma la domanda che lo porta in terapia è il bisogno di rielaborare l'esperienza dell'abuso sessuale, che intuisce confusamente essere all'origine dei suoi disagi.

Figlio unico, sperimenta ai sei anni la separazione dei genitori, rimanendo a vivere con la madre, assistente sociale, e ben presto con il nuovo compagno di lei. Molto legato al padre, lo vede come una vittima della separazione dalla ex moglie, che al bambino sembra troppo severa nel

rimproverarlo per i ritardi con cui le riconsegna il figlio: Guido vede la madre spalleggiata dal compagno e il padre mortificato che se ne torna nel suo squallido monolocale. Qui, al termine di fine settimana esaltanti, in cui il bambino viene introdotto dal papà ai segreti del bosco, dei funghi, della natura, si consumerà l'abuso, che viene sapientemente presentato come un gioco e come un'iniziazione che il padre offre al figlio, e che poi a questi toccherà ricambiare. L'abuso durerà cinque anni, con richieste sempre più pesanti, che il piccolo vive con disgusto e con dolore, ma senza mai avere il coraggio di rifiutarle all'amato papà, che altrimenti si mostra triste e sconcolato, e che si assicura la sua complicità definendole "il nostro segreto".

E' impressionante la fatica che fa ancora oggi questo giovane uomo, intelligente e preparato, a districarsi dalla ragnatela che il padre ha tessuto: malgrado abbia da qualche anno interrotto i rapporti con lui, ferito dal mancato rispetto della promessa di regalargli un appartamento, è ancora estremamente ambivalente nell'attribuirgli interamente la responsabilità dell'abuso, tanto da non aver mai contemplato la possibilità di una denuncia, perché prova ancora compassione per lui; si attiene all'assurda spiegazione che il padre abbia ricercato dei rapporti sessuali con il figlio in quanto spinto dalla solitudine, "tanto è vero che ha smesso quando si è trovato una donna", pur dichiarandosi in astratto paladino dei diritti dei bambini e desideroso di contribuire a una fondazione in loro difesa. Un giorno, rispondendo ad un annuncio su un giornale, si reca a casa di un uomo per acquistare una moto di seconda mano, e mi racconta, pieno di compassione, che il poveretto era agli arresti domiciliari (e allontanato dal suo bambino) per "le false accuse" di molestie sessuali da parte di due bambini, "sicuramente male interpretate dalle maestre". Solo a prezzo di molti sforzi riesce a mettere in discussione dentro di sé la versione dell'uomo.

Un punto di svolta è rappresentato dalla sua reazione alla visione del film "La bestia nel cuore", della Comencini, a cui assiste sentendosi

inchiodato sulla poltrona da una forza che lo schiaccia. Durante la scena in cui il protagonista, che assiste all'agonia del padre abusante, chiede all'infermiera di aumentare senza necessità la morfina all'uomo, accelerandone così la morte, viene preso da un entusiasmo incontenibile, tanto da sentire l'impulso di alzarsi ad applaudire.

A quel punto si spalancano le cataratte dei ricordi, che lo portano a rendersi conto delle sottili strategie di manipolazione del padre per assicurarsi la sua lealtà e il suo silenzio: le vacanze in campi nudisti loro due da soli, il patto di sangue che ha stretto con lui, con un taglietto sulle dita come gli eroi dei fumetti, il furto "sacrilego" delle offerte in una cappella di montagna, compiuto per comprare un giornalino pornografico al bambino di otto anni. Il lavoro sull'assertività comincia a dare i suoi frutti, con la scomparsa dei comportamenti autolesivi.

In parallelo, si sviluppa il tema della revisione della rabbia verso la madre, oscuramente sentita come responsabile della mancata protezione. Per la signora il trauma della rivelazione è sconvolgente. Si sforza di avvicinarsi ai vissuti del figlio e di partecipare al cammino terapeutico, ma le fatiche che avverte nella revisione autocritica della propria condotta provocano rapidamente il suo ritiro dalla terapia, e un aggravamento della sua insofferenza per le recriminazioni di Guido.

Questo assorbe con grande difficoltà questo nuovo colpo, anche se la ricostruzione fatta dalla madre del rapporto coniugale, segnato dalla violenza del marito, riesce a fare una certa breccia dentro di lui, che aveva sempre testardamente ritenuto che fosse stata la durezza della madre a provocare le reazioni del padre, magari esagerate: ma si rende conto che ancora oggi scatta in seduta a difenderlo quando lei racconta episodi di maltrattamenti violenti. Prende coscienza dell'istigazione subita dal padre, che gli aveva raccontato i dettagli del suo non programmato concepimento, e la volontà della madre di interrompere la gravidanza, per cui Guido era in vita solo grazie a lui.

Lentamente riesce ad accettare i limiti della madre, il cui accadimento infantile era stato adorante ma piuttosto formale, la dipendenza irrisolta di lei dagli anziani genitori, il suo investimento eccessivo nei confronti dei propri assistiti, quasi a compensare la solitudine dopo i ripetuti fallimenti sentimentali: ed anche a godere delle sue premure e gentilezze sul piano concreto, senza ogni volta tormentarla (e tormentarsi) pretendendo “qualcosa d’altro” sul piano dell’espressione emotiva.

Al lavoro psicologico, che dura più di due anni, si affianca la consulenza di un legale, con cui l’uomo studia la possibilità di ottenere dal padre un risarcimento del danno subito, essendo prescritto il delitto sul piano penale. Oggi Guido è felicemente sposato e in attesa del primo figlio. I timori di far ricadere sui propri figli le tracce del proprio passato si sono gradualmente dissolti.

Troviamo dunque nella vicenda di Guido una conferma a quanto abbiamo affermato a proposito di Raffaele: il trauma, i cui subdoli effetti sono stati lesivi nel processo di costruzione della personalità, in particolare rispetto all’assertività e alla sicurezza di sé nelle aree relazionali (non in quelle delle performances professionali e sportive), non è stato aggravato da intense caratteristiche di terrore e di spavento. L’abusante viceversa è vissuto come gentile e affettivo, tanto che la sua idealizzazione resiste alla delusione di fronte al tradimento rappresentato dall’abuso. L’altra figura di attaccamento, la madre, pur con le sue indubbie carenze, mantiene degli aspetti in buona parte positivi e non è comunque sollecitata oltre misura ad intervenire al di là delle sue capacità, come sarebbe avvenuto di fronte ad un figlio in una condizione di allarme ancora più elevato (ricordiamo che il sistema dell’attaccamento si attiva in risposta alla paura sperimentata dal bambino nella propria attività esploratoria). Il meccanismo di scissione del sé, che abbiamo visto all’opera nei casi in cui la vittima si trasformerà in aggressore, qui non è altrettanto presente, anche se se

ne nota qualche traccia (la giustificazione dell'uomo accusato di abuso in contrasto con l'aspirazione a creare una fondazione a favore dei bambini abusati).

In sintesi, possiamo dunque dire che il legame di attaccamento sia un fattore discriminante per predire gli effetti a lungo termine dell'abuso: tanto più intenso è il terrore associato al trauma, tanto più necessaria è la presenza di figure sicure e responsive, che salvino la piccola vittima dallo sprofondare nel vissuto di abbandono provocato dalla propria inerme solitudine, che porrebbe le premesse per l'identificazione con l'aggressore. Viceversa, attaccamenti comunque insicuri, ma privi di aspetti di spavento, e quindi non di tipo disorganizzato, indurranno probabilmente processi di costruzione di un Sé più integro, ma consegnato a un destino di disistima di sé e di autosvalutazione, che renderà più probabile la ripetizione di esperienze di vittimizzazione.

Per questa ragione, alla nostra domanda iniziale "che avverrà delle piccole vittime che incontriamo oggi, potranno uscire integre dal trauma che hanno patito?" possiamo con una certa ragionevolezza rispondere che la presenza di figure in grado di garantire un attaccamento sicuro diminuisce le probabilità di esiti infausti: le nostre riflessioni (ancora ad uno stadio provvisorio e dunque tutte da discutere) sono tratte da una popolazione clinica, ma l'estensione del ragionamento ci permette di pensare che esista una popolazione non clinica in cui le ferite dell'abuso si sono richiuse senza lasciare vistose cicatrici.

È perciò fondato orientare il nostro lavoro di prevenzione secondaria e terziaria non solo al sostegno diretto alla piccola vittima, ma anche a quello indiretto, che passi attraverso il supporto al genitore potenzialmente protettivo (Malacrea, cit.).

5. Terza posizione: lo spettatore

Vorrei dedicare un'ultima riflessione ad un personaggio troppo spesso dimenticato dai nostri programmi di cura, che si affannano a trovare le soluzioni riparative più idonee per i molteplici problemi presentati dalla vittima di abuso: il personaggio di suo fratello. Già in un lavoro collettivo ad opera dell'équipe del CbM di quell'epoca, un capitolo di Di Blasio (1990) metteva in guardia contro il rischio di trascurare i fratelli maschi della bambina abusata: infatti i nostri bene intenzionati progetti di intervento corrono il pericolo di riprodurre, in una sorta di perverso isomorfismo con il funzionamento familiare, una scena in cui la ragazza occupa il ruolo (drammatico) di protagonista principale, mentre il fratello è relegato sullo sfondo, come una comparsa rapidamente dimenticata.

La mia prima paziente abusata, Mercedes, una classica "principessina del papà", è stato oggetto delle attenzioni di lui dalla primissima infanzia ai 16 anni, quando l'abuso è stato incidentalmente scoperto. L'intervento ha luogo dopo la condanna del padre, un soggetto antisociale, con svariati precedenti penali, che partecipa in manette alle sedute, e si concentra sulla deformazione in senso narcisista della personalità della ragazza, provocata dall'innamoramento (così lui lo qualifica) incestuoso associato alla conseguente distruttiva gelosia della madre rivale, tutt'oggi intensamente dipendente dal marito. Ivan, il fratello di due anni minore, significativamente meno brillante della sorella, taciturno e isolato, fatica a raggiungere l'attenzione degli operatori: naturalmente è stato a sua volta protetto, dalla trascuratezza e dai maltrattamenti fisici del padre, e collocato in comunità (e lui lo vive come un'assurda carcerazione "per colpa della sorella") e partecipa anche lui agli incontri familiari, ma sempre in modo apatico e passivo.

Il lavoro nel contesto coatto naufraga miseramente, per l'inesperienza di tutti i membri della rete, ma anni dopo il padre, scarcerato, chiede il mio aiuto in un contesto spontaneo: anche se in modo un po' caotico, affronta alcuni aspetti non marginali del suo gravissimo disturbo antisociale, ridimensiona le sue attività illecite e, separatosi ormai da tempo dalla moglie, intraprende una relazione sentimentale più adeguata.

Qualche tempo dopo torna a trovarmi, preoccupato per i problemi di bulimia della figlia. Questa, 21enne, in rotta con la madre, ha interrotto l'università, e convive con il fidanzato, con cui ha messo in piedi un'attività artigianale. Mercedes accetta un trattamento individuale, e alcuni allargamenti al fidanzato. Dopo un discreto progresso della paziente, la terapia si interrompe.

Passano vari anni e il padre si ripresenta, questa volta per Ivan: mi dà notizie di Mercedes, che ha cambiato compagno, ha due bambini, sembra star meglio. L'ex moglie si è trovata un nuovo partner ed è tornata al paese, diradando drasticamente i rapporti con i figli. Ivan ora vive e lavora con lui, che ha lasciato la fidanzata "regolare" e ospita in casa per periodi più o meno lunghi giovanissime prostitute sudamericane. Il figlio è pesantemente alcolista e il padre lo ha costretto, dopo svariati incidenti in auto e alla guida dei camion della ditta, ad accettare un innesto sottocutaneo di Antabuse e una terapia con il sottoscritto.

Il ragazzo è ovviamente del tutto demotivato. Nei pochi colloqui che riesco a strappargli, mi lascia intravedere un quadro desolante: abbandonato dalla madre, ignorato dalla sorella, non gli resta che il padre, collerico e violento, ma in un suo rozzo modo anche affettivo, per non sprofondare nella depressione e nell'autodistruzione. Si è legato anche lui ad una prostituta salvadoregna, e progetta di sposarla e di fare venire in Italia i quattro figli di lei.

In un misterioso parallelismo, nello stesso periodo in cui ricevo Ivan, Livia, la mia ex paziente (che ho già menzionato come inviante di Guido) mi

“spedisce” in terapia suo fratello Claudio. Questi, che aveva otto anni all’epoca dell’abuso del padre sulla sorella di tre anni maggiore, e della conseguente presa in carico al CbM, era stato accidentalmente all’origine della scoperta dell’abuso, avendo chiesto ragione alla madre di strani movimenti di letti durante la notte. L’immediata denuncia della madre porta all’incarcerazione dell’uomo e alla sua condanna nei tre gradi di giudizio, malgrado le sue continue proclamazioni di innocenza.

A questo punto ha inizio il lavoro familiare (Livia ha ormai 14 anni e Claudio 11: vivono con la madre che si è subito separata dal marito), con sedute sia allargate (a tutti e quattro, a madre e figli, a padre e figli), sia individuali con ciascun genitore separatamente. Gli effetti sono notevoli: da un lato la ragazzina riesce a fronteggiare il padre, ottenendo finalmente il crollo delle negazioni e il riconoscimento dell’abuso, dall’altro si riavvicina alla madre, mettendo sì a fuoco i suoi aspetti di congelamento emotivo che gliela avevano fatto a vivere come fredda e distaccata (tanto da non averle rivelato l’abuso), ma apprezzandone anche la forza e la determinazione.

Claudio beneficia di un certo riavvicinamento al padre, che prima privilegiava sfacciatamente la figlia, frustrando continuamente il bambino che anelava ad un rapporto con lui: quando il padre viene scarcerato per motivi di salute (prima beneficiava della possibilità di uscire solo per le sedute), vengono organizzate delle visite protette tra lui e i figli, a cui Livia, coerentemente, decide di non partecipare, mentre Claudio le apprezza grandemente. Più tardi però la madre chiede di interromperle, preoccupata per un’eventuale cattiva influenza del padre sul ragazzo, che resta molto distante da lei, così come, del resto, lo è lei nei suoi confronti, concentrata sul recupero di una vicinanza con Livia. Le visite vengono così sospese, senza che il ragazzo protesti.

Livia chiede nel frattempo di usufruire anche lei di momenti individuali nella terapia, che le vengono accordati e che utilizza molto proficuamente. La stessa possibilità viene offerta a Claudio, che invece la rifiuta

decisamente. Quando alla fine il trattamento si conclude, con esiti largamente positivi per Livia e per ciascuno dei due genitori, restano notevoli preoccupazioni per Claudio, chiuso in se stesso e depresso, ma impervio ad ogni proposta.

Ritroverò Livia a 24 anni, desiderosa di mettere a fuoco le vicende infantili che ha attraversato per superare le sequele che l'abuso le ha lasciato. È stata per me un'esperienza emozionante riprendere contatto con questa giovane donna, che avevo lasciata adolescente, e accompagnarla in un percorso di consolidamento della sua personalità adulta, fiorita in modo davvero considerevole, fino al matrimonio e alla scelta professionale.

E quando questo percorso si avvia alla conclusione, Livia lascia il posto al fratello, che si dibatte in problemi esistenziali ben più drammatici di quelli della sorella. Il blocco globale del suo progetto di vita, senza un titolo di studio, né un lavoro, né un affetto, il suo sprofondare sempre più in basso in un gorgo depressivo, mi hanno posto seri quesiti. Che cosa aveva fatto sì che la vittima di un tempo fosse riuscita a riemergere dal suo incubo, trasformando – come lei stessa ha più volte detto – il suo dolore in un'esperienza di bellezza e di forza, e il fratello, che sembrava essere stato solo sfiorato dal dramma, stesse per soccombere? E ancora, come potevo essere un buon terapeuta per questo paziente se sentivo in me un movimento controtrasferale molto vicino alla dinamica originaria della loro famiglia incestuosa, essendo attratto e compiaciuto dalla brillantezza di Livia e dai rapidi progressi della sua terapia, e appesantito e respinto dall'opacità e dall'inerzia di Claudio, che mi appariva tanto meno dotato e stimolante della sorella?

La rivisitazione delle dinamiche dell'abuso, illuminate dalla presa di coscienza dei fenomeni transferali e controtransferali, ha condotto ad una confessione sconvolgente da parte di Claudio: “ Per quel bambino (l'unico modo con cui il ragazzo può riferirsi ai fatti di allora è descriverli come accaduti a un altro) l'abuso era una festa a cui lui non era invitato”. A

partire da questa condivisione la terapia ha trovato lentamente la sua strada.

Come si è visto, nei due casi in questione i fratelli maschi, esclusi sia dalla centralità patologica che il padre concedeva alla sorella, sia dalla attenzione riparatrice della madre, avevano finito per essere altrettanto periferici anche nello sguardo degli operatori.

Bibliografia

- Cirillo, S. (2005) *Cattivi genitori*. Raffaello Cortina, Milano
- Cyrulnik, B. (1999) *Il dolore meraviglioso*. Tr.it. Frassinelli, Milano 2000
- De Zulueta, F. (1993) *Dal dolore alla violenza*. Tr.it. Raffaello Cortina 1999
- Di Blasio, P. (1990) “Dinamica incestosa e rapporto tra fratelli”. In Malacrea, M., Vassalli, A. (a cura di) *Segreti di famiglia*. Raffaello Cortina, Milano, pp. 321-337
- Di Blasio, P. (2005) (a cura di) *Tra rischio e protezione. La valutazione delle competenze genitoriali*. Unicopli, Milano
- Green, A.H. (1994) “La violenza sessuale infantile: conseguenze immediate e a lungo termine e loro trattamento”. In *Terapia familiare*, 46, pp.15-38
- Malacrea, M. (1998) *Trauma e riparazione*. Raffaello Cortina, Milano
- Smith Benjamin, L. (1996) *Diagnosi interpersonale e trattamento dei disturbi di personalità*. Tr.it. Las, Roma, 1999

Resilienza individuale e collettiva

Anna Oliverio Ferraris¹

1. La forza d'animo

Fino a venti anni fa coloro che sopravvivevano a un attacco cardiaco pensavano di dover fare una lunga convalescenza, di dover evitare qualsiasi stress anche minimo, di essere costretti ad abbandonare l'attività lavorativa e condurre un'esistenza riparata tra le mura domestiche. Oggi, invece, con una supervisione medica appropriata, molti infartuati riescono a tornare in circolazione nel giro di breve tempo, a riprendere le proprie attività con la sensazione, spesso, di essere più sani di prima. Ciò è possibile perché oggi i medici non lasciano loro il tempo di adagiarsi nella condizione di malato, li spingono ad assumere una attitudine attiva, a fare esercizi fisici e ad adottare una dieta alimentare sana, adatta alla loro costituzione fisica. Intorno a sé, l'infartuato trova persone che hanno fiducia nella sua ripresa, danno per scontato che possa riprendere una vita normale e così alla fine il paziente può riemergere dalla crisi fortificato e con la sensazione corroborante di essere riuscito a vincere una grossa sfida. A seguito del rischio che hanno corso, gli infartuati imparano alcune norme di comportamento, igieniche e alimentari importanti per evitare una ricaduta. Imparano a fare più movimento, a prestare maggiore attenzione al loro fisico. Imparano anche a conoscersi, a prestare attenzione a certi aspetti del loro carattere che li portano a reagire impulsivamente, che sono controproducenti sia per le reazioni che suscitano negli altri, sia perché, mettendo in circolazione troppa adrenalina, hanno effetti negativi sulla loro salute. Imparano quindi a prevenire le situazioni rischiose per la loro salute e in questo modo

¹ Psicologa e terapeuta, Università La Sapienza, Roma

danno avvio ad un percorso personale di maggiore consapevolezza, di maggiore controllo di sé e della propria vita. Imparano cioè ad utilizzare una forza psichica che hanno dentro di sé, ma a cui non avevano mai prestato molta attenzione sino a quel momento. Questa forza ha un nome: alcuni, come Epitteto e Marco Aurelio, la definirono forza d'animo, altri resilienza, termine, quest'ultimo, mutuato dalla scienza dei materiali, che sta interessando sempre più tutti coloro che operano nel campo della salute fisica e mentale.

2. Perché le cose vanno bene quando dovrebbero andare male

Per molto tempo gli studiosi della psiche hanno posto l'accento sulle ferite che i colpi della vita possono lasciare nell'animo umano e così oggi esiste un'amplissima letteratura sugli effetti dei traumi (lutti, perdite, separazioni, maltrattamenti, abusi, aggressioni, stress dissesantanti) e una letteratura invece più ridotta sui fattori che consentono alle persone di resistere ai colpi della vita, di recuperare, di crescere e svilupparsi normalmente malgrado si trovino a vivere in condizioni di obiettiva difficoltà. In altre parole: per molto tempo è stata prestata grande attenzione al perché le cose vanno male, un'attenzione piuttosto scarsa al perché vanno bene e un'attenzione ancora inferiore al perché vanno bene quando "dovrebbero" andare male. Se è stata prestata assai più attenzione al primo tipo di fattori un motivo c'è: la psicologia clinica, la psicoanalisi e la psichiatria si sono concentrate sui risvolti negativi dei traumi e degli stress perché quelli erano considerati, dagli operatori della salute mentale, gli aspetti primari e più urgenti. Ma con lo svilupparsi della psicologia preventiva e della salute si è cercato anche di capire perché molti individui riescono a far fronte autonomamente a condizioni di forte svantaggio, ossia quali sono le

forze interne e esterne, legate all'istinto di sopravvivenza, che consentono alle persone di fronteggiare rischi e difficoltà, anche notevoli, riacquistando nel giro di breve tempo l'equilibrio perduto o comunque mantenendo inalterata la propria capacità di reagire, di sentire, di dare un senso alla vita e portare avanti un progetto. Perché ovviamente è diverso sopravvivere indurendosi o diventando insensibili e reagire invece mantenendo intatte le propria sensibilità e umanità. Molti sopravvivono ma con costi notevoli per il loro equilibrio mentale e la vita di relazione: possono diventare aggressivi, violenti, insensibili al dolore altrui; se aggrediti e maltrattati possono identificarsi con l'aggressore e assumere la sua filosofia di vita; oppure, reprimere i sentimenti, isolarsi, chiudersi in se stessi, diventare incapaci di amare, di compatire, di comprendere, di trovare un senso nelle cose che fanno. Si sta perciò riscoprendo e rivalutando la resilienza, ossia la capacità di proteggere la propria integrità sotto l'azione di forti pressioni; quella forza interiore che consente alle persone di reagire ai colpi della vita, di risollevarsi e di ricostruirsi. <<Tutto ciò che non mi fa morire mi rende più forte>> scrisse Friedrich Nietzsche, affermazione che può innervosire quanti guardano all'opera del filosofo tedesco come alla miccia di una cultura improntata all'esaltazione dell'individualismo e del totalitarismo. Non si può però non riconoscere che questa affermazione di Nietzsche ha la forza tagliente e intrinseca degli assiomi, ossia di quelle verità che non hanno bisogno di essere dimostrate perché si appellano a esperienze profonde e indiscutibili, soggettive e al tempo stesso universali.

La resilienza è per la psiche ciò che il sistema immunitario è per il corpo, però, siccome psiche e corpo lavorano insieme e non c'è una psiche separata dal corpo, i due sistemi possono potenziarsi oppure deprimersi a vicenda. Per tornare al caso degli infartuati, se il paziente considera che la sua vita è ormai spezzata, che per lui c'è soltanto un futuro "da malato", si deprime e questo ha effetti negativi non soltanto

sulla sua ripresa psicologica ma anche su quella fisica. Nelle persone stressate e qualche volta nei depressi c'è una produzione di cortisolo superiore al normale e cronica, il che ha effetti negativi anche sull'organismo. L'eccesso di cortisolo, l'ormone prodotto dalla corteccia dei surreni, porta a un aumento di peso e di grasso, può indurre il diabete per l'aumento di zuccheri nel sangue, ipertensione arteriosa per ritenzione di acqua e sali, perdita di proteine e distruzione del collagene (un tessuto di sostegno del nostro corpo), osteoporosi, incremento delle infezioni polmonari o di altro tipo a seguito delle diminuite capacità di difesa dell'organismo.

3. Dare senso ed essere pro attivi

Come il sistema immunitario reagisce mettendo in moto delle difese che consentono una ripresa e che immunizzano da ulteriori attacchi di virus e batteri, allo stesso modo i colpi della vita possono essere fronteggiati e rafforzare la psiche. Il colpo provocato da un'esperienza disastrosa può essere superato se si fa appello alle proprie energie interiori, se si trova chi ci sostiene in un momento critico, se non si rimane troppo a lungo in una condizione di precarietà e di crisi, se si riesce a dare significato agli accadimenti. <<Trovare un senso, un significato rende molte cose sopportabili, forse tutte quante diventano sopportabili>> ha scritto Carl Gustav Jung riflettendo sul potere delle nostre risorse cognitivo-emotive. I fattori alla radice della resilienza non sono sempre gli stessi in persone e situazioni diverse: serve avere vissuto un buon attaccamento nella prima infanzia; serve poter contare su persone amiche e fidate; serve essere flessibili, adattabili, curiosi; serve saper guardare gli accadimenti in prospettiva; serve assumersi delle responsabilità ma non le colpe altrui; serve avere senso

dell'umorismo, immaginazione, interessi; serve saper comunicare; serve avere una fede, un progetto di vita; serve anche aiutare gli altri; ma soprattutto serve prendere l'iniziativa, non restare passivi, non adagiarsi nel ruolo di vittima. Questa reazione attiva è il fattore che distingue la resilienza dalla semplice resistenza.

Un caso emblematico fu quello dei due ostaggi occidentali, Edward Tracy e John McCarthy, che nell'agosto del 1991 riemersero da cinque anni di dura prigionia in Libano. Durante quel periodo i due prigionieri avevano sofferto la fame e la sete, erano stati picchiati, minacciati molte volte di morte, tenuti per lunghi periodi in catene e bendati. Ma mentre al momento della liberazione uno era visibilmente provato e disorientato, aveva dei vuoti di memoria e delle percezioni confuse, tanto che fu poi ricoverato nel reparto psichiatrico dell'ospedale in cui era in osservazione; l'altro non diede alcun segno di disagio, mostrò di non aver perso il senso dell'umorismo e riprese immediatamente i ritmi della vita precedente alla segregazione. Rispetto al primo, il secondo aveva avuto per tutta la durata della prigionia una *attitudine proattiva*, aveva cioè cercato di vedere gli eventi in prospettiva, di tenere dei contatti con gli altri detenuti diventando per loro un punto di riferimento, di non perdere mai la fiducia nel fatto che i propri amici e familiari si sarebbero dati da fare per tirarlo fuori da quel buco nero in cui era sprofondata ed era anche riuscito a non lasciarsi spersonalizzare, a mantenere intatto il senso della propria identità.

Coloro che, di fronte alle difficoltà e ai colpi della vita assumono una *attitudine proattiva* hanno maggiori opportunità di risollevarsi e ricostruirsi. L'ambiente è una realtà che va presa in considerazione per quella che è, non illudendosi che tutto possa svolgersi secondo i propri desideri. L'approccio non è utopico ma realistico. Proprio perché non pensano di dover vivere nel migliore dei mondi possibili, coloro che

assumono una attitudine proattiva sono anche pronti a cogliere i segni dei cambiamenti e ad anticiparli in modo da non trovarsi spiazzati. Questa capacità consente loro di sviluppare una propria *zona di autonomia* interiore piuttosto ampia e quindi di estendere la propria *zona d'influenza* sull'ambiente. Ci si colloca al comando della cabina di pilotaggio, si tiene conto delle capacità dell'apparecchio, del bollettino metereologico, della propria esperienza di pilota, degli obiettivi e anche della capacità, qualche volta, di modificare il piano di volo.

L'opposto della attitudine proattiva è quella retroattiva. Quando una persona manifesta una *attitudine retroattiva*, vive essenzialmente il suo ambiente come un luogo ostile, che non gli consente di agire, di realizzare i suoi ideali, le sue scelte, di essere se stessa. Vive uno stato di frustrazione e di sofferenza che potrebbe essere riassunto in espressioni del tipo: "Ah! se mia moglie non se ne fosse andata!"; "Ah! se avessimo potuto prevedere!". L' "Ah! se..." dà l'idea di non poter scegliere né decidere alcunché. "Sono obbligato a...", "Non ho altra scelta...". Non tutto dipende da noi, ovviamente, ma chi vive ogni difficoltà in questo modo ha l'impressione che il mondo si sia coalizzato contro di lui, che l'ambiente e gli altri non gli consentano di progredire, di affermarsi e che anzi facciano di tutto per annientarlo. In queste condizioni gli spazi di autonomia si restringono ulteriormente e la persona diventa sempre più dipendente dall'ambiente su cui non riesce ad esercitare più alcuna forma di influenza. Il soggetto ha spesso una visione astratta del mondo, il che non gli consente di fare delle previsioni realistiche delle difficoltà che potrà incontrare.

Un altro punto di resistenza è, abbiamo detto, quello di non pensare a se stessi come a delle vittime, di rifiutare le etichette che a volte gli altri

vogliono attribuirci: di emarginato, di malato, di irrecuperabile. Un esempio istruttivo nella sua drammaticità è quello dei bambini delle *favelas* che in America Latina vivono in strada, in gruppi separati dal mondo degli adulti e basati sul mutuo soccorso. Sono bambini senza famiglia, o usciti da nuclei degradati e disgregati, esclusi dalla società ed esposti quotidianamente e molti rischi, che però riescono a sopravvivere, a solidarizzare, a non disprezzare la propria condizione e, per quanto sorprendente possa sembrare, a mantenere un'immagine positiva di sé e degli amici con cui condividono la sorte. È quanto emerge da questo brano tratto da Robert Coles (1989), che nei suoi studi ha cercato di scoprire il segreto della sorprendente resistenza dei *meninos de rua*. Il brano che segue è tratto da un colloquio tra Coles e un ragazzo che riflette sulla condizione di quelli come lui e dei ricchi che abitano nei quartieri residenziali.

Non abbiamo molto qui, e quando guardo la gente di Copacabana (la città ricca) so che noi non abbiamo nulla e loro tutto. Ma anche con nulla si può ridere, e si può avere degli amici. Guardo tutta questa gente di Copacabana ed è come se fossero pronti a pugnalarlo al cuore chi osa mettersi sul loro cammino anche solo per un istante, e non sorridono mai, neppure alle persone che conoscono. Io mi domando se il Signore (la statua del Cristo di Rio che sovrasta la collina) non sorrida, voglio dire alla misera gente di Copacabana e di Ipanema, che sebbene siano pieni zeppi di soldi ciononostante hanno l'aria di chi è stato duramente colpito da Dio e così hanno paura di sorridere, e non saranno mai capaci di rispondere con un sorriso....

In questa intervista si potrebbe vedere soltanto un tentativo auto consolatorio di un ragazzo sfortunato. In realtà, parlando della

manca di umanità e di allegria dei ricchi di Copacabana, il ragazzo rivela soprattutto il bisogno di non essere considerato inferiore, sfortunato o vittima del destino. Se lui è povero dal punto di vista materiale, gli altri lo sono dal punto di vista morale: una considerazione che rimette al centro l'ago della bilancia, restituisce fiducia e consente di non perdere la stima di sé. Un giovane ha di fronte a sé un futuro, o quanto meno ha la sensazione di averlo, anche se vive in condizioni misere. Questa sensazione soggettiva e interiore nasce dallo spirito di sopravvivenza e porta a rifuggire l'idea di poter essere confinato nel gruppo degli emarginati, o considerati tali. Essere considerati dei paria, anche se non se ne ha alcuna colpa, viene giustamente percepito come un grosso svantaggio sociale, una limitazione alla propria libertà personale, un sorta di stigma che rende vittime due volte: la prima volta perché lo si è realmente, la seconda perché si viene considerati tali. Se nel primo caso si può sperare nel cambiamento e lottare per realizzarlo; nel secondo invece, il fatto di essere etichettati dagli altri come sfortunati, paria o vittime, rende il cambiamento più difficoltoso: non bisogna modificare soltanto la propria condizione ma anche i giudizi degli altri.

Che un ragazzo rifiuti una definizione limitativa di sé è del tutto comprensibile, anche se può apparire irrazionale, perché il suo rifiuto è funzionale a quelle forze che può mettere in campo per resistere alle avversità, per non lasciarsi sconfiggere dalle congiunture negative. Se accetta di essere etichettato come vittima, magari nella speranza di essere aiutato, si troverà infatti ad affrontare un ostacolo in più, questa volta collocato all'interno di sé, incorporato come un'ombra nella sua mente e nel suo cuore: lotterà ma senza convinzione; agirà ma senza la speranza interiore di potercela fare; oppure attenderà dagli altri ogni tipo di aiuto e non riterrà di poter far alcunché per aiutarsi. La sua inventiva potrebbe essere bloccata dalla mancanza di slancio vitale e di fiducia in se stesso.

Questo è anche uno dei motivi per cui, a volte, le analisi lucide e razionali dei ricercatori sociali vengono vissute come ostili dai singoli, specialmente se tali analisi li collocano in una posizione di svantaggio sociale. Lo svantaggio c'è, ed è incontestabile (se lo studio è corretto), ma se l'analisi comunica ai diretti interessati un senso di ineluttabilità, questi potranno viverla come una limitazione alla propria libertà personale e saranno portati a considerare quell'analisi come minacciosa e ostile, in quanto le conclusioni a cui giunge nei loro confronti rischiano di inaridire quelle energie vitali che sono alla radice della resilienza stessa. Trovare dei limiti anche in coloro che sono obiettivamente più fortunati può essere, dunque, non soltanto un istintivo meccanismo difensivo, ma una necessità per riuscire a mantenere un livello sufficiente di autostima. Rifiutare le etichette è un'altra necessità psicologica per chi si trova in una condizione di svantaggio, accettarle infatti significherebbe eliminare ogni margine di manovra alle proprie azioni, all'intervento del caso, della fortuna e di tutta quella gamma di eventi che appartengono alla sfera dell'imprevedibile.

4. Resilienza individuale e di comunità

Sappiamo tutti che molti degli eventi della nostra vita non dipendono da noi, eppure in parecchie situazioni, anche estreme, abbiamo lo spazio sufficiente per assumere un ruolo attivo. Pensiamo alla condizione di due pazienti cui è stata diagnosticata la stessa malattia terminale. Per comodità esemplificativa, supponiamo che la diagnosi sia avvenuta per entrambi nello stesso giorno. Entrambi i pazienti hanno gli stessi sintomi, la stessa prognosi, la stessa attesa di vita. Uno crolla emotivamente, considera che la sua vita sia arrivata al capolinea e

aspetta di morire. L'altro decide invece di vivere il tempo che gli rimane nel modo più pieno e significativo possibile. In altre parole, il secondo paziente decide di assumersi la responsabilità di ciò che gli resta della propria vita e di viverla a suo modo.

Quando lo spazio di manovra è limitatissimo c'è chi si difende con l'immaginazione. Nel descrivere la propria esperienza nel campo di sterminio nazista di Buchenwald, lo psichiatra Viktor Frankl, allievo di Freud, descrive una delle sue svariate strategie per astrarsi e confortarsi, ossia il ricorso alla fantasia:

Obbligai i miei pensieri a cambiare argomento. Improvvisamente mi vidi sulla pedana di una calda, illuminata e gradevole sala per conferenze. Di fronte a me sedeva un pubblico attento. Io stavo tenendo una lezione di psicologia sul campo di concentrazione! Tutto quello che mi opprimeva in quel momento divenne obiettivo, visto e descritto dall'ottica distaccata della scienza. Con questo metodo riuscii a controllare la situazione, a ergermi sopra le sofferenze del momento e a guardare ad esse come si appartenessero già al passato. Io e i miei problemi diventammo oggetto di un interessante studio psico-scientifico intrapreso da me stesso (Frankl, 1962).

Ciò che può apparire un meccanismo di difesa patologico in situazioni normali (ossia chiudersi in un proprio mondo fantastico e tagliare i ponti con la realtà) può diventare un meccanismo di difesa normale quando ad essere patologico è l'ambiente. È importante tener presente questo aspetto, soprattutto quando si ha a che fare con persone che hanno subito gravi lutti o sono molto malate o sono parenti di malati terminali: gli schemi di riferimento che possono funzionare in situazioni normali improvvisamente appaiono inadeguati.

Non esiste soltanto una resilienza individuale ma c'è anche una resilienza delle comunità. Nel corso di calamità e disastri come un terremoto, un'alluvione, un bombardamento, sono assai più numerosi di quanto generalmente si immagini i sopravvissuti locali che riescono a mantenere la calma e ad organizzarsi per prestare aiuto a chi si trova in grave difficoltà. È quanto è accaduto per esempio a Chernobyl nel 1986, durante il bombardamento di Amburgo nel 1943 (in cui morirono 30.000-45.000 persone e 900.000 rimasero senza tetto) ad Hiroshima e in moltissime altre catastrofi; tanto che oggi si consiglia di rivedere le strategie dei gruppi di soccorso e di utilizzare molto di più di quanto non avvenisse in passato le forze locali. La tendenza a considerare "vittime" tutti i membri di una comunità colpita dalla tragedia, non consente di dare spazio a coloro che invece, conoscendo il territorio, le persone e le risorse locali, sanno muoversi molto meglio di chi viene da fuori. E naturalmente questa capacità di reagire e di non lasciarsi abbattere, di riconoscersi nella comunità e di entrare subito in azione, la ritroviamo anche in situazioni di minore drammaticità. Mettersi al servizio della comunità, riorganizzarsi in vista della ricostruzione è anche una strategia per evitare di ripiegarsi su di sé, prestare eccessiva attenzione alle proprie disgrazie e stati emotivi. Se in generale è positivo approfondire la conoscenza di sé e prestare attenzione alle proprie emozioni, questa attitudine può invece rappresentare un ostacolo quando bisogna mantenersi lucidi e muoversi più rapidamente possibile in vista di un obiettivo.

Gli effetti controproducenti del ripiegamento su di sé o dell'eccessivo distacco in un momento sbagliato sono illustrati, attraverso una metafora, in una fiaba molto antica dal titolo *Unocchio, Dueocchi, Treocchi* che parla di tre sorelle. In questo racconto la cui origine si

perde nella notte dei tempi, soltanto Dueocchi ha una visione realistica e obiettiva della vita. Unocchio vede soltanto un lato della medaglia, ha punti di vista rigidi e unilaterali che la inducono a nutrire passioni oscure e smisurate, proprio come il Ciclope descritto da Omero nell'Odissea, che aveva un solo occhio al centro della fronte. La mancanza di prospettiva porta Unocchio ad avere una visione paranoica dell'esistenza e a nutrire dei pensieri intensamente malevoli nei confronti di tutti coloro che si oppongono ai loro desideri o appetiti. Treocchi, l'altra sorella, ha, al contrario, una attitudine ipervigilante, eccessivamente preoccupata. Quando si hanno tre occhi, un occhio non dorme mai. Treocchi simboleggia la preoccupazione costante di sé. Il timore di poter essere attaccati e inattivati. Il porsi sempre al centro della situazione. La persona che (per motivi diversi) non ha sviluppato un Io sufficientemente forte, maschera la propria debolezza ostentando opinioni categoriche ed esercitando una vigilanza puntigliosa su di sé. Lo scopo di questo comportamento è quello di proteggersi da eventuali giudizi altrui così come da ogni possibile rischio. Le persone troppo preoccupate di sé, si comportano in modo da auto sabotare le proprie iniziative, anche se esse avrebbero, concretamente, i mezzi e le capacità per portarle a termine con successo o senza grossi danni. Altri invece sono capaci di mantenere un orientamento sul compito quando la situazione lo richiede, perché raggiungere un particolare obiettivo o soluzione è alla cima dei loro pensieri.

La resilienza o forza d'animo è un tratto della personalità complesso in cui convergono diversi fattori o attitudini: temperamentali, familiari, sociali, culturali, educativi, spirituali. E' legato all'istinto di sopravvivenza ma si sviluppa nel corso della vita assumendo modalità diverse a seconda delle circostanze, dei singoli individui, dei modelli di riferimento

e degli apprendimenti. Nella resilienza è possibile individuare tre dimensioni:

- ✓ una dimensione biologica, che sottolinea il ruolo del patrimonio genetico: alcuni hanno energie maggiori di altri;
- ✓ una dimensione psicologica che evidenzia l'importanza delle relazioni che si formano nell'infanzia e che consentono di strutturarsi come persona capace di reagire per far fronte alle avversità (attaccamento, comunicazione, competenze, modelli di riferimento);
- ✓ una dimensione sociologica che mette in evidenza l'influenza del gruppo, della cultura, degli apprendimenti, delle tradizioni familiari, della spiritualità, dell'etica sulla capacità dell'essere umano di attraversare le crisi dell'esistenza vivendo, malgrado tutto, una vita, non certo semplice, non priva di sofferenza, non sempre equilibrata, ma piena.

Bibliografia

Coles R. (1989), in Dugan T.F. E Coles R. (eds.), *The child in our Times. Studies in the Development of Resiliency*. Guilford Press, N.Y. , pp.44-55

Frankl V.E. (1962), *Man's search for meaning*. Simon & Schuster, N.Y. pp. 73-74

Furedi F. (2004), *Therapy Culture: Cultivating vulnerability in an uncertain age*. Routledge, London

Oliverio Ferraris A. (2003), *La forza d'animo*. Rizzoli, Milano

Resilienti si nasce o si diventa?¹

*Anna Oliverio Ferraris*²

Un colpo della vita è una ferita che si iscrive nella nostra storia, non è un destino.

BORIS CYRULNIK

Non tutte le realtà critiche che ci si trova ad affrontare sono realtà imposte dall'esterno. Il percorso dello sviluppo individuale di ciascuno è infatti contrassegnato da momenti traumatici e inevitabili mutamenti di situazioni: dall'ingresso, alla nascita, in un mondo complesso e spesso confuso, proseguendo nell'infanzia, nell'adolescenza, nell'età adulta fino alla tarda maturità e alla vecchiaia, i cambiamenti si susseguono. Alcuni non creano problemi particolari, altri generano invece delle crisi. L'adattamento a un cambiamento o il mancato superamento di una crisi possono influenzare l'adattamento a cambiamenti e crisi successive.

Numerose esperienze cliniche hanno mostrato che quando le crisi si verificano in determinati periodi sensibili dello sviluppo, i loro effetti possono avere conseguenze di notevole portata. È quanto accade, ad esempio, quando un bambino, per un qualche motivo, perde l'appoggio delle sue figure di attaccamento o incontra serie difficoltà di apprendimento. Nei due casi che seguono vedremo quali sono stati i fattori protettivi che hanno consentito ai protagonisti delle rispettive storie di resistere e, alla fine, di raggiungere, malgrado tutto, buoni risultati.

¹ Il presente capitolo fa parte del testo Anna Oliverio Ferraris, *La forza d'animo*, ed. Rizzoli, Milano, 2003. Si pubblica per gentile concessione dell'editore

² Psicologa e terapeuta, Università La Sapienza, Roma

1. Orfano di padre e di madre

Gianni sostiene di non sapere come sia riuscito a farcela nonostante l'infanzia difficile. Non ama compiangersi né rivangare gli avvenimenti dolorosi. Guarda avanti, non indietro. Ma la sua vita è stata un successo e questa è la sua storia. Persi entrambi i genitori, privato di una guida autorevole e di modelli cui ispirarsi, solo con il fratello Michele... tutto lasciava prevedere un'evoluzione verso la devianza. Gianni invece è riuscito a costruirsi una brillante carriera e a formarsi una famiglia. Dirige un'azienda di medie proporzioni di cui è anche proprietario. Nel tempo libero gioca a calcio, si trova con gli amici e suona la chitarra. Ha due figli ed è felicemente sposato. Il padre morì in un incidente poco prima che Gianni nascesse. Finché visse, la madre cercò di non far mancare nulla ai figli, anche se le condizioni di vita della famiglia erano oggettivamente difficili. Affettuosa e attenta alle esigenze dei bambini, cercò di sopperire alla mancanza del padre e alla scarsità di risorse economiche. Morì però di cancro quando Gianni aveva soltanto sette anni e Michele otto. I due fratelli furono per un certo periodo affidati a una zia, sorella della madre, la quale però, avendo tre figli suoi ed essendo separata dal marito, non era in grado di tenerli. Quando Gianni e Michele stavano cominciando a inserirsi nel nuovo ambiente furono affidati alla nonna paterna; una donna molto anziana, piena d'acciacchi, incapace di farsi obbedire. Arteriosclerotica, la nonna soffriva di vuoti di memoria (dimenticandosi spesso di fare la spesa, di spegnere il gas, di svegliare in tempo i nipoti ecc.) che la rendevano bisognosa dell'assistenza dei ragazzi, più che in grado di assisterli... Per alcuni anni i due fratelli crebbero in un clima disordinato. Nonostante tutto, però, Gianni, che imparava facilmente, ottenne sempre buoni risultati scolastici. In più era bravo negli sport. In particolare era molto apprezzato, dai coetanei, per la sua abilità nel gioco del calcio. In comune con il fratello Michele aveva anche la

passione per la musica. I due riuscirono a procurarsi una chitarra e rapidamente impararono a suonarla. Privi di una guida, abbandonati a loro stessi, negli anni dell'adolescenza Gianni e Michele si inserirono in una banda che eseguiva scippi e furti d'auto su ordinazione. Gianni vi entrò al seguito di Michele, che all'epoca aveva su di lui un forte ascendente; ma al contrario del fratello, rifiutò sempre di far uso di droghe, in quanto gli era rimasta impressa una frase che la madre aveva detto poco prima di morire: «Sembra che ti facciano star bene, ma dopo un po' ne diventi schiavo e ti mangiano il cervello». Considerando il cervello la sua risorsa maggiore, Gianni istintivamente rifugiava da tutto ciò che avrebbe potuto danneggiarlo. Colto in flagrante dalla polizia mentre rubava, trascorse un paio d'anni in un istituto. Sebbene soffrisse molto per la lontananza dal fratello, Gianni seppe però utilizzare il tempo leggendo e studiando. La separazione forzata da Michele ebbe l'effetto di raffreddare i rapporti tra i due. Michele andò a trovarlo una sola volta e quando alla fine Gianni tornò a casa, la tensione tra loro era tale che non riuscirono più ad andare d'accordo. Gianni non tollerava di essere comandato; inoltre, era ormai convinto che il fratello sbagliasse. Le discussioni su ciò che fosse bene e ciò che fosse male si fecero sempre più frequenti e spesso finivano a botte. Il dissidio con Michele ebbe l'effetto di allontanare definitivamente Gianni dalla banda di delinquenti di cui aveva fatto parte e di consolidare in lui quei principi morali che la madre era, in qualche modo, riuscita a trasmettergli. Conclusi gli studi, Gianni riuscì a farsi assumere da una ditta, dove ben presto si fece notare per le capacità organizzative e imprenditoriali. Le sue prestazioni sul campo da calcio e come chitarrista furono altri punti a suo favore. Oggi Gianni è un quarantenne che sa quello che vuole e che conduce una vita serena e gradevole. Lavora. Sa godersi la vita in famiglia e con gli amici. Sostiene che dall'infanzia difficile ha imparato molto, anche se avrebbe di gran lunga preferito crescere con un padre e una madre accanto.

Recentemente si è riconciliato con Michele che, dopo anni di turbolenza, ha ripreso gli studi e ora lavora nel settore dell'informatica. Quali sono i fattori che hanno aiutato Gianni a sconfiggere la sfortuna?

Tratti di personalità. Gianni è stato aiutato da due aspetti importanti della sua personalità. Il primo è che non si è mai considerato differente dagli altri ragazzi. Non ha mai pensato a se stesso come a una vittima. Sebbene consapevole di non avere avuto la vita facile, Gianni ha sempre rifiutato l'etichetta di «sfortunato». La sua filosofia si basa sull'assunto che ognuno ha la vita che gli capita e che da quella deve saper trarre il meglio. «Per valutare un uomo», spiega, «non bisogna considerare il punto di arrivo, ma quello di partenza. C'è chi parte con un incredibile vantaggio ma poi non riesce a sfruttarlo. Altri invece riescono a fare, con pochi mezzi, lunghi percorsi.» Il secondo aspetto è collegato al primo. Gianni non ama rivangare il passato. La maggior parte delle notizie sulla sua vita le fornisce la moglie, la quale le ha avute a sua volta da Michele. Gianni non ha mai voluto soffermarsi a lungo sulle sue disgrazie ma ha sempre preferito guardare ai lati positivi della sua vicenda esistenziale. Altri fattori protettivi intervenuti sono:

L'influenza a distanza della madre. Fino a quando visse, la madre seppe dare ai propri figli supporto, affetto e comprensione. Sebbene orfani di padre, non voleva che si considerassero diversi dagli altri bambini. Gianni fece proprio questo messaggio. Altri messaggi assunti dalla madre furono la consapevolezza relativa ai danni della droga e la distinzione tra bene e male.

Musica e attività sportive. Musica e attività sportive hanno rappresentato per Gianni zone franche in cui ritempersi e accumulare energie. Insieme alle attività scolastiche, la musica e il calcio hanno riportato ordine e disciplina in un'esistenza che per molti anni si è svolta all'insegna del disordine e della casualità.

Doti intellettuali. Gianni è sempre andato bene a scuola. Le sue doti intellettuali lo hanno molto aiutato nell'ottenere gratificazioni sia in classe sia in altri ambiti. Il che, probabilmente, gli ha consentito di mantenere un buon livello di autostima anche quando in famiglia le cose andavano male.

Vedremo tra breve un caso molto diverso e per vari aspetti opposto a quello appena descritto: quello di Piera che, durante tutta la sua carriera scolastica, ha avuto problemi di apprendimento e di rendimento. Il rischio per lei era quello di sviluppare un forte senso di insicurezza e di inferiorità.

Paragonando il caso di Piera a quello di Gianni risulterà evidente come il cocktail di ingredienti all'origine della resilienza vari da caso a caso.

2. Difficoltà di apprendimento

È a partire dagli anni Settanta che si è sviluppata una consapevolezza crescente delle cause della cosiddetta difficoltà di apprendimento. Prima di allora questo handicap veniva assimilato tout-court al ritardo mentale. Oggi sappiamo invece che esistono forme specifiche di difficoltà di apprendimento, che possono riguardare settori diversi, come il linguaggio scritto o orale, il calcolo aritmetico, la percezione delle immagini e dei suoni.

L'espressione «difficoltà di apprendimento» include condizioni quali disturbi percettivi, disfunzioni cerebrali minime, dislessia, discalculia, disgrafia, afasia. Non ne fanno, invece, parte quei problemi che risultano da handicap motori, visivi e uditivi, da ritardo mentale, da disturbi emotivi o da svantaggi ambientali, culturali ed economici.

Ad accomunare tutti i casi in cui si riscontrano difficoltà di apprendimento è la discrepanza tra il potenziale dell'individuo e il livello delle sue prestazioni. I soggetti sono in grado di riflettere e ragionare,

ma a causa di una o più anomalie specifiche imparano con molta difficoltà. Devono perciò applicarsi assai più dei loro compagni nei compiti scolastici, fare esercizi supplementari e cercare di non scoraggiarsi. Frustrati dallo scarso rendimento scolastico, i bambini che presentano questo tipo di difficoltà possono diventare apatici e sviluppare una scarsa autostima oppure dare sfogo alla frustrazione e optare per la violenza, perdere qualsiasi interesse per lo studio e unirsi a bande di giovani disadattati. Come si possa sviluppare una resilienza nei confronti di questo handicap è il quesito a cui risponde il caso di Piera.

Fin dalla seconda elementare Piera si era resa conto di avere un rendimento molto inferiore a quello dei suoi compagni. Quando gli altri bambini cominciavano a leggere in modo fluido e rapido, lei continuava a inciampare a ogni singola parola. Nello scrivere era lentissima e spesso non riusciva a finire i compiti che altri svolgevano con facilità. Ben presto la scuola divenne per lei luogo di tortura. Al mattino cercava in ogni modo di ritardare l'entrata in classe finché un giorno, dopo un estenuante capriccio, chiese a sua madre di non mandarla più a scuola.

I genitori ne parlarono alla maestra, che cercò di non metterle fretta e di farle fare esercizi supplementari. A quell'epoca, però, la dislessia non era nota e l'insegnante era convinta che Piera fosse ritardata. In terza elementare Piera fu inserita nel gruppetto dei bambini più lenti, ma poiché non progrediva la maestra consigliò ai genitori di farle ripetere l'anno. Come capita in questi casi, cambiando classe Piera avrebbe perduto gli amici a cui era molto legata. Il padre, allora, si impegnò a seguirla nei compiti, tutte le sere al rientro dal lavoro.

Grazie a questo tutoraggio giornaliero, il padre si rese conto che Piera capiva, rifletteva, sapeva collegare, generalizzare, comprendere e utilizzare a proposito tanti diversi concetti. Divenne sempre più chiaro ai genitori che la bambina aveva handicap specifici circoscritti alla

lettura, alla scrittura e in parte anche al calcolo. Così, in quinta elementare, essi le affiancarono un insegnante che quattro giorni su sette l'aiutava nei compiti. Inoltre, furono anche molto attenti nel non fare mai paragoni con il fratello, che aveva un rendimento scolastico decisamente superiore.

Ma soprattutto il padre e la madre riuscirono a comunicare a Piera un messaggio fondamentale: che non era per nulla inferiore agli altri e che prima o poi avrebbe raggiunto i suoi compagni. Non per questo, però, accettavano scuse o falsi malesseri quando si trattava di alzarsi e andare a scuola. Inoltre, da bravi educatori e con sottile psicologia, premiavano gli sforzi, non i risultati. Durante le medie Piera seguì, in privato, corsi per migliorare la lettura, mentre con il padre o con la madre continuava a fare esercizi di scrittura e calcolo. Naturalmente questi esercizi richiedevano un'applicazione supplementare, ma i genitori ebbero il buon senso di non ridurre il tempo del gioco, bensì quello trascorso davanti alla tv. Poiché queste difficoltà accompagnarono Piera per tutta la carriera scolastica, le frustrazioni furono senz'altro numerose, tuttavia il supporto dei genitori fu fondamentale nel preservarla da altri tipi di problemi e le consentì di raggiungere discreti risultati. Oggi Piera lavora in un centro per la riabilitazione degli handicappati motori ed è soddisfatta del proprio lavoro. Ecco in sintesi i fattori che hanno sostenuto Piera nel suo difficile percorso scolastico in anni in cui la dislessia veniva ancora assimilata al ritardo mentale.

Influenza dei genitori. Piera ha potuto avere la meglio sui suoi problemi grazie al ruolo svolto dai genitori, che non soltanto le hanno dedicato molto del loro tempo, ma hanno anche investito denaro per consentirle di portare a termine gli studi. Papà e mamma si sono assunti un compito impegnativo, convinti però che ne valesse la pena. Vedendola crescere e avendo avuto modo di osservarla in contesti diversi, si erano convinti che Piera non fosse ritardata come invece ritenevano alcuni dei suoi insegnanti. La fiducia da essi riposta nelle capacità della figlia fu uno degli ingredienti alla radice di quella resilienza che le consentì di non abbattersi e di continuare ad avere un'immagine positiva di sé nonostante il grosso divario di rendimento tra lei e i suoi compagni.

Fattori di personalità. Piera è sempre stata una bambina curiosa, con diversi interessi, acuta nell'individuare i punti deboli delle persone. Dai suoi compagni era considerata spiritosa e simpatica. Spesso sfruttava i suoi handicap con sottile umorismo, per far ridere gli altri. Alle scuole medie e superiori era considerata la buffona della classe e veniva apprezzata per le sue battute di spirito fulminanti e per le imitazioni degli insegnanti. Fiduciosa e aperta Piera ha sempre avuto, nonostante gli insuccessi scolastici, molti amici.

3. Invulnerabilità o resilienza?

Gianni e Piera dimostrano come vicende infantili potenzialmente debilitanti e distruttive possano essere affrontate e superate se nella persona o nel suo ambiente di vita ci sono fattori protettivi sufficienti a mobilitare energie e organizzare forme efficaci di resistenza.

Da bambini, Gianni, Piera e anche altri non erano molto diversi dai loro coetanei e non erano certo speciali o invulnerabili. Sono cresciuti resilienti, però, grazie a una serie di circostanze favorevoli.

La persona invulnerabile, così come ce la immaginiamo, è una specie di Superman: un semidio, con doti speciali fin dalla nascita. La persona resiliente, invece, lo diventa nel corso di un processo di crescita, passo dopo passo, in funzione delle esperienze e degli incontri che fa, delle paure e delle frustrazioni che riesce a superare, dei risultati che ottiene, dell'amore che riesce a ricevere e a dare, degli schemi di riferimento che via via struttura, della capacità di mantenere viva la fiducia in se stessa, di costruire un'immagine di sé positiva e di intravedere una via d'uscita anche in condizioni precarie. La resilienza non va considerata come un monolite che o c'è o non c'è, ma come un processo complesso, il risultato di un percorso: l'effetto di un'interazione, nel tempo, tra l'individuo e il suo ambiente. Il prodotto di molteplici fattori, in cui rientrano certamente le doti personali, ma non soltanto quelle. Altri elementi vi svolgono un ruolo fondamentale, come le relazioni che si stabiliscono con i famigliari a partire dai primi anni di vita, il supporto sociale, la capacità di interiorizzare tale supporto, di individuare un progetto, di immaginare soluzioni. Scrive a questo proposito Bertrand Cramer (2000), autore di un saggio sulle ferite precoci e i modi per superarle:

Numerosi fattori individuali, che vanno dalla genetica alle neuroscienze fino all'organizzazione psichica individuale del soggetto, predeterminano la resilienza. E vi contribuiscono molti fattori ambientali: il tipo di ecologia culturale, il livello socio-economico, il funzionamento della famiglia e della scuola svolgono tutti un ruolo. Il punto di vista della psichiatria infantile nel campo della resilienza è intersecato in due direzioni principali: 1) il ruolo delle relazioni familiari, la qualità dell'attaccamento, la resistenza dell'amore; 2) lo sviluppo da parte del bambino di uno spazio di gioco, di immaginazione e di pensiero propri che garantiscono per ciascuno un potenziale creativo (pp. 197-8).

Dello stesso parere è anche George Vaillant (1993), uno dei maggiori studiosi della resilienza. Per Vaillant sono importanti sia le fonti di resilienza reperibili nel soggetto (temperamento, intelligenza, creatività, maturità, attrattiva, senso dell'umorismo...) sia quelle reperibili

nell'ambiente (supporto emotivo e sociale, stile educativo, apprendimenti, fede, ideali, filosofia della vita, stile cognitivo...): le seconde si mescolano alle prime a partire dall'infanzia, si potenziano e vicendevolmente si plasmano. Le fonti di resilienza non sono un numero infinito, ma non sono neppure sempre le stesse in persone diverse. Il comportamento non è soltanto la risposta allo stimolo che sollecita un intervento, ma è anche il risultato della valutazione complessiva che il soggetto elabora della situazione; valutazione che, a seconda dei casi, può limitarsi a generare ansia, depressione, collera oppure attivare la ricerca di soluzioni efficaci. Questa valutazione (spesso implicita, inconsapevole e rapida) è il prodotto di un insieme di variabili che dipendono dalla personalità del soggetto e dalla sua storia, dalle esperienze che fa e memorizza. Una qualità come l'abilità di affrontare una situazione problematica (guardando al presente e al futuro), invece di andare in pezzi o deprimersi (guardando al passato e anticipando insuccessi), si lega certamente al temperamento e alle caratteristiche innate; ma è anche fortemente connessa allo sviluppo della personalità nel corso degli anni, al tipo di schemi interpretativi con cui il soggetto inquadra le esperienze e le valuta e al quadro delle relazioni sociali ed emotive.

4. La forza dell'attaccamento

Tutti gli studi sull'attaccamento hanno dimostrato che a ogni età gli esseri umani sono più contenti, ottimisti e in pace con se stessi se sanno di avere accanto persone disposte ad aiutarli qualora emergano difficoltà. Queste persone di fiducia, a cui in genere si è legati emotivamente, rappresentano una «base sicura» da cui trarre energia e costituiscono quel supporto sociale che consente di far fronte a molte e diverse difficoltà. Gli astronauti, ad esempio – che vengono scelti non

soltanto in base alla loro perfetta salute fisica ma anche per la fiducia che nutrono in se stessi e la grande capacità di adattamento con cui riescono a fronteggiare situazioni imprevedute e ad alto rischio senza lasciarsi prendere dal panico –, provengono da famiglie che, quando essi erano bambini e adolescenti, sono riuscite a fornire loro un clima supportante: stimolante sul piano intellettuale, prevedibile e stabile sul piano emotivo (Ruff e Korchin, 1967). Al contrario, studi condotti su adulti depressi hanno rivelato che, in un numero consistente di casi, costoro avevano una storia di separazione precoce dalla madre o di assenza o inconsistenza di una figura primaria di attaccamento. Oltre alle conseguenze immediate, infatti, questo tipo di mancanza può avere effetti anche a distanza di anni; e non è difficile comprenderne il motivo se si considera il ruolo strutturante che ha il legame di attaccamento nelle prime fasi della vita; un legame da cui nasce la prima forma di fiducia negli altri e nel mondo. L'attaccamento è stato definito come la relazione tra le persone che consente di sentirsi accettati e significativi agli occhi dell'altro. La reciprocità è fondamentale nel dare inizio a quel processo che, lentamente e gradualmente, porta il bambino a sentirsi sicuro, a introiettare il senso di sicurezza che proviene da chi gli fornisce cure e affetto e a rendersi autonomo in tanti settori della propria vita. L'accettazione di cui i neonati e i bambini piccoli hanno bisogno è un'accettazione indipendente dal loro comportamento: è accettazione del bambino, senza riserve e senza giudizi. Quarant'anni fa, lo psicologo e psicoterapeuta Carl Rogers (1961) descrisse questo tipo di accettazione come «uno sguardo positivo incondizionato». Il che non significa che il genitore e/o un altro adulto debba sospendere ogni giudizio sulle azioni del bambino in questione; significa soltanto che l'accettazione incondizionata del bambino per quello che è non è minacciata da giudizi sul suo valore. I bambini hanno bisogno di sentirsi accettati per riuscire a interessarsi a ciò che succede intorno a loro e a imparare. Quando ancora sono nella culla i bambini capiscono

di essere accettati attraverso le esperienze che vivono giorno per giorno. Ogni volta che il papà gli sorride, ogni volta che la mamma arriva quando lui chiama, il piccolo «sa» di essere accettato. E quando la mamma non arriva è meno sicuro, e più il tempo passa più l'insicurezza aumenta... Alcuni piccolini fronteggiano questa incertezza con calma, mentre altri la trovano intollerabile. Ognuno ha un temperamento unico, con una gamma di risposte variabili in rapporto alle emozioni che vive. E naturalmente, giorno dopo giorno, un bambino impara anche - grazie alla carica innata di resilienza che possiede e ai riscontri che riceve - come suscitare il sorriso, come ottenere la vicinanza delle persone che alimentano il suo senso di sicurezza e di benessere.

Sono numerosi gli studi che hanno dimostrato come la formazione di un legame di attaccamento saldo nella prima infanzia sia alla base della fiducia in se stessi e dell'autostima. I bambini che hanno un buon rapporto con le prime figure di attaccamento interiorizzano le sensazioni piacevoli e il senso di sicurezza che hanno provato accanto a loro, diventando via via più autonomi. Possiamo dire che un ambiente rassicurante, accettante e incoraggiante nell'infanzia è una buona base per la formazione della resilienza, anche se ovviamente altri fattori rafforzanti o fragilizzanti potranno intervenire in seguito. I bambini che crescono in un ambiente sereno, protettivo ma non iperprotettivo, sono incoraggiati a esplorare il mondo, ad apprendere le abilità necessarie per fronteggiarlo e a fare affidamento sulle proprie competenze.

All'inizio il neonato è incapace di difendersi dalle insidie dell'ambiente. È inerme e da solo non potrebbe sopravvivere. Il suo corpo si fonde con quello della mamma, da cui trae sicurezza e benessere. Egli può anche considerare (in realtà è una sensazione, non un pensiero) che il latte sia il prodotto dei suoi pianti e sentirsi onnipotente quando le sue necessità vengono soddisfatte. È una parte della diade fusionale che forma con la madre. Piacere, frustrazione, angoscia e benessere sono le parole chiave di questo periodo, e sono veicolati principalmente attraverso il contatto

fisico e l'alimentazione.

Molto presto, però, a partire dai sei-sette mesi, la dimensione relazionale e affettiva prende il sopravvento. Tra i dieci e i venti mesi il bambino acquista gradualmente consapevolezza della propria immagine, distinta da quella degli altri e, in particolare, da quella della madre, e progressivamente si distingue da lei. La fase dei «no», tra i due e i tre anni, indica che questo processo si sta realizzando.

Nei primi tempi la mamma è talmente disponibile nei confronti del neonato che è portata a rispondergli immediatamente. Così, ogni volta che il piccolo piange arriva, come per magia, il seno o il biberon. Ma una madre «sufficientemente buona» – per riprendere l'espressione dello psicanalista inglese Donald Winnicott – sa anche essere «sufficientemente cattiva», sa cioè fare anche attendere un po' il suo bambino lasciando un intervallo tra le sue richieste e la loro soddisfazione. Attendendo la gratificazione, il piccolo ha il tempo di desiderare e di immaginare il biberon (o altro oggetto) prima che questo arrivi e di realizzare mentalmente la mancanza prima e la soddisfazione poi.

I brevi intervalli interposti tra il desiderio e la soddisfazione diventano per il neonato la molla per crescere, prendere l'iniziativa, diventare autonomo, sviluppare l'immaginazione. Sono anche la molla che lo spinge a gattonare per allontanarsi ed esplorare nuovi spazi. Se però la mamma – via via che il figlio sviluppa nuove abilità (afferrare, spostarsi, manipolare...) – continua a fare tutto al posto suo; se continua a mediare continuamente tra lui e il mondo senza lasciargli la possibilità di prendere iniziative, non lo aiuta a differenziarsi e il figlio non avrà alcun motivo per crescere. Affinché la naturale evoluzione verso l'indipendenza possa avere luogo, è dunque necessario che il bambino si senta amato e accettato senza riserve dalle sue figure di attaccamento, ma anche incoraggiato a conquistarsi progressivamente una relativa autonomia. Chi è amato nei primi anni di vita, dunque, si sente salvo.

Se, grazie al rapporto con le sue «basi sicure», ha introiettato a sufficienza il senso di sicurezza e di autostima, il bambino saprà tollerare periodi di separazione dalle figure di attaccamento e nutrirà anche l'intima convinzione che le difficoltà si superano.

5. Attaccamenti insufficienti

Un buon attaccamento nei primi anni di vita fa dunque sentire salvi e sicuri e ha effetti positivi, fisici e psichici, sia immediati sia a lungo termine. Gli effetti psichici immediati sono uno stato di benessere generale che consente al bambino di crescere, gli infonde la voglia di interagire, il desiderio di esplorare un ambiente per lui ancora sconosciuto, gli trasmette un senso generalizzato di ottimismo e di fiducia. In altre parole, crea una buona base di partenza. A lungo termine, un buon attaccamento ha i seguenti effetti:

- aiuta il bambino a osservare il mondo che lo circonda e a prendere iniziative
- incoraggia lo sviluppo del pensiero logico
- facilita la socializzazione
- promuove la formazione di una coscienza
- aiuta a reagire agli stress, a fronteggiare le frustrazioni, i dolori, le paure
- favorisce il raggiungimento di un giusto equilibrio tra dipendenza e indipendenza
- favorisce la formazione dell'identità
- aiuta a superare più facilmente i conflitti
- fornisce la certezza che si può trovare una via d'uscita
- favorisce lo sviluppo di relazioni affettive sane negli anni a venire

Poiché siamo creature sociali, traiamo vantaggio dallo stringere legami. I bambini si sentono sicuri quando sentono di essere «nella mente» della loro madre o di un'altra figura di attaccamento. Se vivono un'esperienza traumatica la superano più agevolmente se possono riparare in un porto sicuro... Si può avere un buon attaccamento con un genitore e non con l'altro, ma è necessaria almeno una base certa per evitare di cadere preda dell'insicurezza, dell'angoscia che incombe quando non si hanno punti di riferimento. La sopravvivenza e lo sviluppo dei bambini dipendono in gran parte dalla capacità di ottenere che gli altri prestino loro attenzione: da questa attenzione e dalla relazione che si instaura emerge anche la possibilità di dare un senso all'esistenza.

Ma che cosa succede quando l'attaccamento è carente, inesistente o insufficiente? In assenza di attaccamento un bambino cresce stentatamente, cade preda della depressione che lo rende apatico, si ammala facilmente perché le sue difese immunitarie sono indebolite, apprende lentamente, non parla o parla poco, non risponde agli stimoli come un bambino che invece si sente circondato dall'affetto, ha paura di tutto e di tutti, non si fida di nessuno. Ciò accade quando un bambino perde la sua figura di attaccamento nei primi mesi di vita e non trova un sostituto, oppure quando passa di mano in mano e non riesce a stringere un legame forte con nessuno.

Effetti delle carenze nel legame di attaccamento sono riscontrabili fin dal secondo anno. A sedici-diciotto mesi si possono già descrivere quattro grandi tipologie di attaccamento in base al modo in cui i bambini reagiscono alla separazione e alla presenza della loro figura di attaccamento principale, che generalmente (ma non sempre) è la mamma:

– Nella grande maggioranza dei casi, i piccoli riescono a

sopportare senza drammi le progressive assenze della mamma e non protestano quando vengono lasciati con altre persone che conoscono. È *l'attaccamento sicuro*.

– Un secondo gruppo comprende bambini che hanno bisogno della presenza continua della mamma anche se danno l'impressione di essere autonomi. Il legame è molto forte ma mascherato. Sarà soltanto in seguito che si manifesteranno le difficoltà, nel momento cioè in cui il bambino dovrà dare prova di reale autonomia, ad esempio nel momento dell'ingresso a scuola e nell'adolescenza. È *l'attaccamento evitante*.

– Il terzo gruppo comprende alcuni bambini affettuosi che non sopportano di non avere sempre accanto la mamma (di vederla e sentirla) e che si allarmano non appena lei si allontana. Sono in genere bambini molto ansiosi. È *l'attaccamento ambivalente*.

– L'ultima categoria comprende un gruppetto di bambini molto disturbati dall'assenza della mamma e impauriti dalla sua presenza. Questo comportamento rivela delle carenze a partire dai primi mesi di vita: i bisogni di base del bambino – amore, affetto, calore, accettazione – non sono stati soddisfatti. Le mamme di questi bambini sono depresse, drogate o disturbate al punto da maltrattarli e trascurarli (sotto l'effetto di un trauma mai superato spaventano i loro figli). È *l'attaccamento confuso*, che può dar luogo a disturbi della personalità se il piccolo non riesce a stabilire un legame affettivo con un'altra fonte di attaccamento.

Le prime fasi della vita sono dunque critiche per la formazione del legame di attaccamento e il relativo senso di sicurezza. Alcune carenze, però, diventano evidenti soltanto a distanza di tempo, come nel caso che stiamo per raccontare.

6. Paure non superate

Non soltanto la madre, ma anche il padre può avere un ruolo centrale

nel rafforzare o nell'indebolire il senso di sicurezza di un bambino.

Nel corso della prima infanzia, apparentemente, Riccardo non ebbe alcun problema. Il suo rapporto sia con la sorella minore sia con la mamma era affettuoso, caldo e sereno. La relazione con il padre, però, fu sin dall'inizio improntata a una rigida disciplina e a freddezza. E quando, con l'avvicinarsi dell'adolescenza, il ragazzo divenne più assertivo e incominciò a dare segni di maggiore indipendenza, il padre, che aveva avuto genitori violenti e si irritava per un nonnulla, prese a punirlo sempre più di frequente, picchiandolo con un frustino (come faceva suo padre con lui) e chiudendolo a digiuno nella sua stanza per intere giornate (come faceva sua madre quando lui, bambino, disobbediva).

Poiché la moglie disapprovava questi metodi disciplinari e tra lei e il marito continuavano a scoppiare litigi che li stavano portando alle soglie della separazione, fu deciso, per il bene di tutti, di affidare Riccardo a uno zio materno, sposato con figli, che abitava in un'altra città. Riccardo si adattò bene alla vita nella nuova famiglia, anche se all'inizio stentò a riprendere gli studi e a ritrovare la concentrazione. Conseguito il diploma di geometra cominciò a lavorare nell'azienda dello zio, si sposò ed ebbe un figlio. Insomma, tutto sembrava andare per il meglio e il periodo di turbolenza con il padre pareva completamente superato e dimenticato. In realtà, in qualche piega della sua psiche, erano rimaste tracce dell'infelice rapporto con il genitore; in particolare, Riccardo non aveva mai imparato a reagire alle persone dogmatiche e autoritarie: invece di opporsi in modi adeguati, si limitava a sottrarsi alla loro presenza. In più, lui, che aveva tanto sofferto per l'incomprensione e la crudeltà del padre, si ritrovò a comportarsi nello stesso identico modo con suo figlio, come spinto da un'incontenibile coazione a ripetere. Alla fine la moglie, spaventata per la violenza con cui Riccardo reagiva alle marachelle anche piccole del figlio, decise di rivolgersi a uno psicologo.

La vicenda di Riccardo evidenzia due importanti principi relativi agli

effetti che le esperienze infantili possono avere sullo sviluppo successivo. Primo: sebbene la figura di attaccamento principale, che nella maggior parte dei casi è la madre, abbia un ruolo centrale nella vita di un bambino, altre figure possono avere – e di fatto hanno – un ruolo preminente. Ognuno di noi stabilisce svariate relazioni nel corso della propria vita: con il padre, con la madre, con i fratelli, con i compagni di giochi, i nonni, gli insegnanti, i parenti, gli amanti, il coniuge e così via; ognuna di queste relazioni può controbilanciare o anche contrastare gli effetti di altre.

Secondo: la storia di Riccardo dimostra che la continuità tra infanzia ed età adulta può essere notevole quando gli adulti vengono a trovarsi in un contesto simile a quello della relazione infantile. Riccardo aveva imparato, molto presto nella vita, che poteva stabilire buone relazioni con le donne (sorella, madre) e di poter avere lo stesso tipo di relazioni con uomini non autoritari (zio). Aveva anche imparato ad aspettarsi che nascessero problemi nelle relazioni tra uomini, qualora vi fosse una netta discrepanza di potere. In seguito, quando ormai era adulto, queste implicite attese e convincimenti si attivarono in lui nel momento in cui si ricreò una condizione simile a quella vissuta nell'infanzia a contatto con il padre (a sua volta reso nevrastenico dai maltrattamenti subiti da bambino). Una chiave di lettura per comprendere lo sviluppo del modo in cui le persone guardano a se stesse è che le esperienze possono essere sì generalizzate ma anche compartimentalizzate. Nel corso dell'età evolutiva, Riccardo non ha imparato soltanto che alcuni tipi di relazioni sono positive (fratello-sorella, madre-figlio) e altre negative (padre-figlio), ma ha anche avuto modo di osservare dei contro esempi, come quello dello zio, che aveva un rapporto positivo sia con lui sia con i propri figli (cugini di Riccardo). Tuttavia, Riccardo si è formato l'opinione (almeno in modo implicito) che lui non avrebbe mai potuto avere una relazione padre-figlio calda e affettuosa, anche se i rapporti con le donne erano armoniosi e anche se aveva visto interagire bene lo zio con i suoi figli.

All'origine di questa convinzione c'era probabilmente la paura, mai superata, delle reazioni eccessive e ingiustificate di suo padre.

Riccardo aveva dunque imparato a evitare gli uomini violenti e a cercare donne o uomini non autoritari. Tuttavia, nel momento in cui si è ritrovato in una situazione che riproponeva il rapporto vissuto nell'infanzia con il padre (e mai risolto), è ricaduto nello stesso schema comportamentale: questa volta nel ruolo non di vittima ma di aggressore. Il caso di Riccardo ci ricorda che quando nell'infanzia si vivono forti carenze o traumi, dietro a una normalità apparente possono nascondersi trabocchetti che rivelano una vulnerabilità.

7. Angeli protettori

Nelle prime fasi della vita, è stato detto, un bambino ha bisogno di persone amorevoli, di sentirsi in un «contenitore sicuro» (holding environment secondo un'espressione di Winnicott): solo così si creano i presupposti per lo sviluppo di un senso del Sé maturo. A un certo punto, il calore delle relazioni primarie si installa all'interno dell'individuo che, da quel momento, è abbastanza forte per reggere le delusioni e i momenti difficili senza lasciarsi deprimere o distruggere.

Nell'età adulta, il supporto proviene all'individuo sia dalla base sicura primaria incorporata nel proprio Sé sia da altri aspetti dell'ambiente esterno in sintonia con i suoi gusti, la sua sensibilità e la sua cultura. Un adulto è appagato quando si sente riconosciuto, approvato, supportato, trattato con gentilezza dalle persone con cui vive. Il suo benessere psicologico aumenta quando si sente «parte» di un contesto significativo (dalla famiglia alla squadra del cuore...). L'appartenenza è fonte di sicurezza. Uno dei motivi per cui alcune persone quando vanno in pensione si deprimono e muoiono nel giro di breve tempo è il fatto di

avere improvvisamente perduto il supporto psicologico di un ambiente significativo – quello del lavoro e dei colleghi – in cui avevano un ruolo, un'identità, obiettivi, relazioni sociali, ritmi che scandivano le giornate, e di non avere trovato una compensazione a queste perdite.

Il supporto sociale ha effetti positivi in ogni ambito. Alcuni ricercatori hanno svolto uno studio sui fattori connessi alle complicanze nel corso della gravidanza (Nuckolls, Cassell e Kaplan, 1972). Le donne del campione studiato furono divise in due gruppi: quelle che avevano scarso supporto sociale e rapporti instabili e quelle che invece avevano legami con persone cui erano affezionate e su cui sapevano di poter contare in caso di necessità. Le donne di questo secondo gruppo ebbero assai meno complicanze di quante ne ebbero le donne del primo gruppo. La differenza risultò particolarmente rilevante per quelle donne che negli ultimi tempi avevano vissuto molti cambiamenti esistenziali. In questo sottogruppo, il 91% ebbe complicazioni nel corso della gravidanza e del parto, a fronte del 33% delle donne che pur sottoposte anch'esse a cambiamenti esistenziali avevano però goduto di maggiore stabilità e supporto sociale durante tutto il periodo della gravidanza.

I legami sociali e amicali rappresentano un fattore protettivo importante in tutti i contesti. Se prendiamo un caso completamente diverso dal precedente, come è quello dei soldati impegnati in azioni di guerra, vediamo ad esempio che le unità rimaste incolumi sono quelle che hanno il morale più alto, che scherzano di più, che sono più fiduciose nel buon esito delle missioni; la perdita di uno o più compagni crea quasi sempre demoralizzazione all'interno dell'unità e aumenta la sensazione di insicurezza.

Il caso dell'astrofisico Stephen Hawking, è un altro esempio di come la presenza di un affetto (nel caso specifico la prima moglie) possa cambiare completamente la vita di una persona. Senza quel sostegno, molto probabilmente le doti intellettuali di Hawking si sarebbero disperse nel buco nero della depressione. D'altro canto, nello studiare il

percorso esistenziale delle personalità creative, lo psicologo Howard Gardner (1994) si accorse che nel periodo di maggior impegno intellettuale ed emotivo, quando corrono il rischio di entrare in contrasto con le credenze consolidate e condivise dalla maggioranza, i soggetti innovativi, per poter andare contro corrente, si avvalgono spesso del supporto morale di almeno una persona, a loro vicina (famigliare, amico, maestro, partner), in grado di capirli e sostenerli quando potrebbero sentirsi isolati, emarginati, disapprovati. Lo stesso può accadere a chi si trova a essere solo nel sostenere un'idea o nel prendere un'iniziativa in cui crede.

Fiducia in se stessi e supporto sociale non sono soltanto compatibili, ma anche complementari. Alcune relazioni hanno una valenza terapeutica. Individui cresciuti in famiglie disgregate e quartieri difficili possono risollevarsi perché incontrano persone che li valorizzano, li incoraggiano e forniscono loro un modello positivo. Antonia, ad esempio, nata in un quartiere degradato, cresciuta in una famiglia dedita alla criminalità e trascorsa l'infanzia tra le botte di un padre alcolizzato e le urla di una madre nevristenica, all'età di tredici anni ha «deciso» di impegnarsi con tutte le energie per uscire dalla precarietà della sua condizione. La sua ancora di salvezza è stata una cugina, di otto anni più vecchia di lei, con cui Antonia aveva stretto un intenso legame di amicizia fin dall'infanzia e che, unica del clan, era riuscita a lasciarsi alle spalle la mentalità e lo stile di vita del quartiere in cui era nata.

Per una bambina rimasta orfana di padre all'età di otto anni il ruolo di angelo protettore è stato invece svolto da una suora, come emerge dal racconto della protagonista, ormai adulta:

Quando il mio papà morì, il clima in casa cambiò. Da un giorno all'altro, all'improvviso, tutti quanti provammo paura. Come sarebbe stato il nostro futuro? Eravamo quattro sorelle e un fratellino piccolo.

Nessuno di noi aveva mai lavorato fino a quel momento e mamma sembrava aver perso completamente la testa. I parenti ci aiutarono, all'inizio, ma poi si dimenticarono di noi. Le mie due sorelle maggiori lasciarono gli studi ed entrarono in fabbrica. Mamma faceva dei lavoretti in casa che cercava di vendere. Di notte la sentivamo piangere. L'altra sorella e io, quando tornavamo da scuola, ci occupavamo della casa e del fratellino. Mi sembrava di avere subito un grave torto e mi chiedevo come mai il buon Dio avesse voluto castigare me e la mia famiglia. Alcuni amici di un tempo ci salutavano a malapena perché eravamo diventati poveri... Per fortuna incontrai una suora che divenne la mia seconda mamma. Appena fatti i compiti e sbrigata le faccende di casa correvo da lei. Ricamava e mi parlava con dolcezza. Io le sedevo accanto e l'ascoltavo. Mi raccontava che anche lei aveva perduto il padre da piccola, che il suo papà la proteggeva dal cielo e che la stessa cosa stava facendo il mio... Mi assicurava che avrei avuto una vita felice. Le cose non possono andare male sempre – diceva – e per cogliere le occasioni propizie bisogna essere aperti alla speranza. Io le credevo e ciò mi diede una grande forza.

8. Il percorso del lutto

Si sente spesso dire che coloro che hanno subito un lutto devono poter dare sfogo alle emozioni e che i lutti vengono superati più facilmente se possono essere «elaborati» attraverso riti collettivi. Ma nella società contemporanea i riti della morte hanno perduto buona parte del loro carattere collettivo e oggi l'elaborazione del lutto è un processo che avviene in molti casi in solitudine, a contatto di pochi intimi, spesso con il supporto di un religioso, qualche volta di uno psicoterapeuta.

Il lutto è una delle esperienze più dolorose che un essere umano possa

affrontare e il suo superamento dipende da fattori di varia natura legati alla storia di ognuno. Le reazioni delle persone colpite da un lutto sono eccezionali ma (tranne qualche caso) del tutto normali. Sono manifestazioni di dolore che però rientrano in un normale percorso di confronto con la morte e di graduale accettazione del cambiamento. Esistono diverse descrizioni psicologiche delle fasi di elaborazione del lutto. Integrando tra loro queste descrizioni è possibile individuare otto tappe fondamentali.

La notizia. Spesso si accompagna a uno shock psico-fisico. Si provano sensazioni intense e violente, diverse da persona a persona (senso di freddo interiore, vista annebbiata, sensazioni di pesantezza, di vuoto improvviso, riso incontrollato, perdita di conoscenza...).

Il rifiuto. La morte viene negata («È impossibile...», «Non è vero...») e con essa possono essere negate anche le emozioni che ne derivano. In questo modo non si riesce a dare subito sfogo al proprio dolore.

A livello razionale si apprende che la persona è deceduta, ma ci si comporta come se fosse ancora viva. Qualcuno cerca di trovare un «colpevole» (il medico, un familiare, un collega...). Qualcun altro continua ad attendere, in cuor suo, un ritorno impossibile. In certi momenti si può avere l'impressione di udire la voce del defunto, i rumori abituali prodotti dai suoi movimenti (una porta che si apre, un campanello che suona...). Gli oggetti del defunto diventano oggetto di culto (nessuno può toccarli o spostarli).

In questa fase c'è chi assume farmaci antidepressivi o calmanti.

Nei casi patologici questa fase può durare a lungo. In qualche occasione può addirittura accadere che il sopravvissuto pensi di sostituirsi alla persona morta per portare avanti la relazione che aveva con lei: nel film *Psycho*, di Hitchcock, il figlio, dopo avere ucciso la madre, si identifica in lei e prende il suo posto.

L'espressione delle emozioni. È il momento in cui la persona in lutto ha

maggiormente bisogno di aiuto. Emergono sentimenti intensi, violenti, contraddittori, colpevolizzanti, tristi e a volte disperanti. Il defunto può essere rimpianto, invocato e al tempo stesso accusato di aver lasciati soli coloro che ora lo piangono. Le accuse diventano comprensibili se si considera che la morte di una persona cara può significare la perdita di una parte di sé, in quanto è nel defunto che il sopravvissuto trovava accettazione, riscontri positivi, conferme alla propria identità.

I farmaci bloccano la percezione di questi sentimenti, ma non aiutano l'elaborazione del lutto. Sono invece di aiuto famigliari, amici o altri disposti ad assistere la persona colpita. L'assistenza consiste soprattutto nell'ascoltare o nell'incoraggiare la persona a parlare di ciò che prova e che pensa: nel consentirle cioè di dire ciò che le passa per la mente, senza minimizzare o esprimere giudizi. Vicinanza e contatto fisico sono in genere confortanti quando la persona in lutto sente che nel suo interlocutore può trovare sincerità e genuina accettazione.

I compiti legati al lutto. Organizzazione dei funerali, questioni pratiche ed economiche, abiti, oggetti personali, eredità... qualche volta bisogna mantenere una promessa... altre volte concludere un affare rimasto a metà... insomma, volenti o nolenti, ci si trova a dover «chiudere» delle questioni: ci si trova nella necessità di portare a termine compiti che possono essere dolorosi, ma la cui esecuzione aiuta a entrare nell'idea che è in corso un cambiamento irreversibile. Occupandosi dei problemi pratici si ha anche la sensazione di svolgere il proprio dovere nei confronti del defunto, di rispettarne la volontà e la dignità. Ecco perché può essere opportuno coinvolgere anche i bambini in alcune di queste attività: i bambini che partecipano ai funerali o che si occupano di alcune incombenze pratiche hanno, come gli adulti, la sensazione di fare il proprio dovere nei confronti del defunto.

Dare senso al lutto. Cerchiamo sempre di dare un senso alle cose che facciamo o che ci capitano; ma non è facile dare senso alla morte di una

persona cara. È perciò normale, in questa fase, riflettere sulla morte, sulla vita e soprattutto sul significato della sofferenza. Dalle riflessioni può emergere una ristrutturazione del proprio modo di pensare, di vivere e di relazionarsi agli altri.

Quando la perdita è molto dolorosa, come nel caso della morte di un figlio, spesso i genitori riescono a sopravvivere soltanto se trovano un motivo per continuare a vivere: se si dedicano, ad esempio, a un'attività legata ai giovani e al ricordo del proprio figlio.

La madre di una bambina di tredici anni, uccisa da un automobilista ubriaco, ha creato un'associazione contro la guida in stato di ebbrezza che negli Usa conta ormai 600.000 membri. Prendere l'iniziativa, decidere di modificare le cose, fare nascere l'ordine dove c'è il caos, anche nelle questioni più semplici e quotidiane: ecco una dimensione della resilienza.

Lo scambio del perdono. Quando l'evento è stato improvviso e brutale si vivono emozioni come la collera, la tristezza, la paura. Collera contro chi o che cosa riteniamo responsabile (medici, membri della famiglia, se stessi e a volte anche il defunto); tristezza per essere rimasti soli, per l'impossibilità di rivedere la persona morta, il suo sorriso; paura dell'avvenire, di restare soli, di impazzire. Si possono vivere anche sentimenti complessi, come la nostalgia, la depressione, il senso di colpa.

Tra tutti, il senso di colpa è forse il sentimento più doloroso. Chi si rimprovera (a torto o a ragione) di non avere fatto o detto qualcosa di importante, di essere stato causa di sofferenze per la persona defunta o addirittura di averne provocato la fine, si scontra con l'ineluttabilità della morte; il che può dar luogo a un tormento senza vie d'uscita. Tanto più che, col passare del tempo, l'immagine del defunto subisce nella memoria dei suoi cari un processo di trasfigurazione, che lo rende quasi sovrumano e privo di difetti.

Come fare per riconciliarsi con il defunto? La religione prevede questa

eventualità e infatti con la mediazione di un sacerdote il credente può trovare il perdono che cerca. Ma anche chi non è credente può realizzare «lo scambio del perdono». Si tratta di una modalità, tutt'altro che inconsueta – messa in atto da molti spontaneamente e da altri nel corso della psicoterapia –, che risponde al bisogno naturale di essere perdonati.

Colui che ha qualcosa da rimproverarsi si immagina un dialogo con il defunto. Nel corso di questo dialogo immaginario la persona va alla ricerca delle cause che l'hanno portata ad agire in un modo piuttosto che in un altro. Può allora scoprire che anche il defunto ha una parte di responsabilità, che nessuno è perfetto e tutti siamo soggetti a compiere degli errori.

Se tuttavia il peso della colpa è comunque troppo difficile da tollerare, può essere necessaria l'assistenza di una persona preparata a fornire un aiuto adeguato. Non è facile, infatti, essere al tempo stesso giudice e accusato in una questione che ci riguarda, in quanto un sentimento di colpa molto forte ha l'effetto di bloccare la nostra capacità di giudizio e ci fa dubitare della sua validità.

Raccogliere l'eredità. Si assumono cose o comportamenti del defunto. Ad esempio, si continua la sua attività lavorativa, si accetta di dedicarsi a un hobby che il defunto coltivava, si cerca di assomigliargli in una qualità che si apprezzava, si incontrano i suoi amici. Appropriarsi di alcuni aspetti della sua personalità o della sua vita non è un obbligo, ma qualcosa che fa sentire bene, in pace con se stessi. È un modo per mantenerne viva la memoria.

L'uscita dal lutto. Dal lavoro psicologico realizzato nelle tappe precedenti emerge una nuova organizzazione di sé che consente di continuare a vivere. Ora si può cominciare a pensare alla persona morta soffrendo di meno. La si sogna ancora, ma in situazioni più serene. Il ricordo non si focalizza più sulla sola perdita ma sull'insieme della relazione. Il defunto

viene ricordato da vivo. La fine non è più il pensiero prioritario che sommerge tutto il resto, non ci sono solo nostalgia e dolore, emergono altri ricordi, momenti felici, buffi...

Questa descrizione per tappe fornisce un quadro di quello che può essere un percorso di lutto, anche se i tempi e i modi variano da persona a persona e anche se chi è colpito da un lutto ha una percezione soggettiva, dall'interno, del proprio dolore e difficilmente pensa a come esso evolve. Qualcuno può «saltare» delle tappe o non riconoscersi in alcune di quelle sopra descritte. Ad esempio, se il decesso di un familiare era previsto da tempo, lo shock iniziale può essere assente e il rifiuto meno evidente. In più, ognuno vive il dolore nei modi che gli sono consoni per temperamento, età e tipo di educazione ricevuta. Ciò che va tenuto presente è che il lutto non è una malattia ma una prova dolorosa, un percorso interiore alla ricerca di un nuovo equilibrio dopo un dramma che tocca le persone in ciò che hanno di più caro: l'attaccamento e gli affetti. Ne consegue che la persona resiliente non è quella che non è toccata dalla sofferenza o, peggio, che diventa insensibile per non soffrire; al contrario è quella che riesce a ritrovare la voglia di vivere nonostante la sofferenza.

Riconoscere i sentimenti e autorizzarne l'espressione. I bambini devono sentire che è normale essere tristi, arrabbiati e anche impauriti quando si perde qualcuno, si vive o si sente parlare di un disastro. Negare questi sentimenti non ne consente un'espressione adeguata e rende lo stress ancora più pesante. Condividere i sentimenti. È bene che gli adulti esprimano i propri sentimenti apertamente ma in modi contenuti, non tali da traumatizzare o spaventare i bambini. Dare ai figli una prospettiva resiliente. Aiutare qualcuno a mettere in prospettiva un lutto o un disastro non è affatto un compito semplice. Come primo passo bisogna capire che cosa pensa o sente il bambino. Alcuni si colpevolizzano per quanto è avvenuto. In questi casi si tratta di spiegare

come sono andate realmente le cose (ad esempio il fratellino è morto a causa di un incidente, non perché avevano litigato). Altri pensano che la stessa cosa possa accadere a loro. Il ricordo degli scomparsi deve essere un incentivo ad andare avanti. Partecipazione. Non soltanto gli adulti, ma anche i bambini si sentono meglio se possono partecipare agli sforzi per risolvere la crisi, per superare il dolore. Il grado di coinvolgimento, ovviamente, varia in base all'età e alla maturità del bambino. Dalla partecipazione ai riti collettivi alla risistemazione degli oggetti in casa, alle discussioni per pianificare il futuro. Un esempio. Il padre di Aldo (dodici anni) e di Simona (sette anni) è morto dopo una lunga battaglia contro la leucemia. La mamma coinvolge i bambini nelle questioni pratiche che riguardano il funerale. Simona realizza un disegno che papà porterà con sé in cielo. Aldo recita una preghiera per il suo papà nel corso del rito funebre.

9. L'uguaglianza salvifica

Molti riescono a fronteggiare un mondo duro se hanno la percezione che le condizioni sono uguali per tutti e loro non sono vittime di ingiustizia. Detto in altri termini: i favoritismi feriscono più delle botte.

Uno studio condotto in Québec su un campione di circa duecento ragazzi, il cui obiettivo consisteva nel comprendere quali sono le esperienze familiari negative che maggiormente interferiscono con un sano sviluppo psicofisico, ha evidenziato, confermando altri studi, come la negligenza, l'indifferenza, l'iperprotezione, la disciplina esagerata, un clima conflittuale, l'abuso fisico e psicologico siano associati a una maggiore frequenza di psicopatologie infantili (Tousignant, 1997).

L'aspetto più originale di questo studio, però, riguarda il favoritismo, una variabile che nelle ricerche precedenti non era stata presa in considerazione. Non soltanto molti ragazzi affermarono di essere stati

feriti e umiliati dalla disparità di trattamento rispetto ai fratelli; ma il favoritismo risultò essere causa di patologia in misura superiore rispetto a un controllo eccessivo dei genitori e alle stesse botte. In altre parole, se un ragazzo è vittima dei due ultimi tipi di cattivo trattamento parentale non subisce necessariamente conseguenze disastrose per la sua salute mentale a condizione che egli veda o sappia che tutti i bambini della famiglia (o della comunità) vengono trattati nello stesso modo.

La conclusione è dunque che la presenza di una legge uniforme, seppure inadeguata (e a condizione che non trascenda certi limiti), costituisce un fattore protettivo. Se ne può dedurre che se un bambino deve affrontare uno stile disciplinare duro, ne verrà fuori meglio se ha la percezione di non essere discriminato. Se la sua condizione è comune a quella degli altri (fratelli, sorelle, amici, compagni di classe), il principio di uguaglianza è salvo e la stima di sé resta intatta: egli sa che non è il solo a essere colpito. La sensazione che il mondo è duro, ma non ingiusto, è un motivo di resilienza.

Già a partire dall'età di quattro anni i bambini avvertono il peso psicologico delle disparità di trattamento e tollerano meno le difficoltà se hanno la percezione di essere discriminati (Haan, 1989). In seguito, la mancanza di un sistema di regole comuni e condivise su cui poter contare è all'origine di sentimenti di impotenza. Ci si sente più vulnerabili se si ha la sensazione di essere ignorati, discriminati o non riconosciuti nei propri diritti.

Una discriminazione ingiustificata in famiglia prima, e in seguito nell'ambiente di lavoro, durante un concorso o in qualsiasi altro ambito significativo della propria esistenza, è all'origine di stati di disagio, depressione, recriminazioni, proteste oppure reazioni violente. La moralità di una comunità è quindi un altro fattore di resilienza, tanto per i bambini che per gli adulti.

Un ambiente è psicologicamente sano nella misura in cui riesce a

trasmettere a ogni suo membro la sensazione che i conflitti possono essere risolti alla luce di alcuni principi condivisi e che i diritti personali di ognuno sono riconosciuti. Una componente della resilienza in un dato contesto sociale è quindi la sensazione di potersi fidare delle regole, di una giustizia uguale per tutti. Se una società non riesce a garantire questi principi elementari, intere fasce sociali possono trovarsi in posizione di maggior vulnerabilità rispetto ad altre.

Educatori, Psicologi e terapeuti: fattori protettivi nella cura di minori in difficoltà

Franco Semino¹, Mara Ottonello²

1. Introduzione

Sia in ambito *formativo* - dove il bisogno di cambiamento viene espresso da educatori che cercano vie migliori per operare con ragazzi/e portatori di difficili storie familiari - sia *educativo* - dove sono questi minori a chiedere a degli adulti risposte al proprio disagio - sia *terapeutico* - dove il singolo o il gruppo si rivolge allo specialista per affrontare ciò che per lui/lei costituisce un problema - fatte le debite differenze di ambito di intervento, possono essere individuate assonanze e differenze che in questo articolo proveremo ad approfondire.

Ogni educatore, come anche ogni persona che opera nel campo della cura e della tutela dei minori, si porta quotidianamente appresso una duplice esperienza: quella di essere chiamato a giocare ogni giorno nella relazione con minori portatori di disagio e quella di persona costantemente inserita all'interno di un percorso di formazione permanente nel quale poter assumere anche la parte di "curato".

L'esperienza comune per gli "addetti ai lavori" di questo settore è proprio quella di essersi trovati a giocare in entrambi i ruoli. E' poi particolare prerogativa di chi svolge l'intervento della psicoterapia quella di dover affrontare su di sé, prima che verso altri, un lavoro di analisi personale, a riprova dell'importanza di mettere mano al bagaglio della propria esperienza, come ingrediente principale nella formazione di chi opera nelle relazioni di aiuto.

"Il formatore-osservatore costituisce un sistema con l'educatore oggetto della sua osservazione; così come, ricorsivamente, l'educatore-

¹ Psicologo terapeuta, Consulente Comune di Genova

² Educatrice, counselor, Casa dell'Angelo, Opera don Guanella Genova

osservatore costruisce un sistema con il ragazzo che ha in carico ed il terapeuta costruisce il sistema terapeutico con i propri pazienti.”³

“Se la formazione pone al centro del suo servizio più che il sapere o lo stesso saper fare, il saper essere, valorizza le dinamiche di coinvolgimento e di cambiamento in cui vengono ad interagire quanti vi partecipano.”⁴

In questo senso la formazione si avvicina ad ambiti dove la richiesta di aiuto appare più esplicitata e i piani tra chi offre un servizio e chi lo riceve più distanti. Insomma, il saper essere è cosa che si apprende, ma non solo tramite un mero percorso formativo o di aggiornamento, bensì attraverso la propria storia e l'intenzione di lasciarsi un po' affascinare e cambiare dall'incontro con l'altro che divenga compagno di viaggio e non solo utente a cui offrire un servizio. Occorre allora “comprendere come conosciamo e come utilizziamo ciò che conosciamo in un'ottica non lineare ma circolare e ricorsiva.”⁵

Per fare un esempio di ciclicità nel processo di crescita, presente in qualsiasi individuo ed in qualsiasi età della sua vita, pensiamo a quel valido campo di prova costituito da chi, divenendo genitore, torna a fare i conti con il proprio passato, rischiando dunque di riprodurre ora, da genitore, gli errori subiti a sua volta nel ruolo di figlio. “La capacità di comunicare in maniera efficace e di creare sicurezza nei figli è strettamente correlata alla capacità di dare un senso agli avvenimenti che hanno caratterizzato i nostri primi anni di vita, di capire ed integrare le nostre esperienze infantili, positive o negative, e di accettarle come parte della nostra storia. Non possiamo cambiare ciò che ci è successo da bambini; possiamo però cambiare il nostro modo di

³ Costa C., Marcucci G.F., Semino F., *Formazione e educazione: un unico percorso?* Animazione Sociale 2, 1993, p. 75

⁴ Costa C., Marcucci G.F., Semino F., *Formazione e educazione: un unico percorso?* Animazione Sociale 2, 1993, p. 73

⁵ Costa C., Marcucci G.F., Semino F., *Formazione e educazione: un unico percorso?* Animazione Sociale 2, 1993, p. 73

pensare a quegli eventi.”⁶ L'esempio dell'esperienza del diventare genitori fornisce concretamente la misura della necessità di un coinvolgimento a tutto tondo nella scommessa dell'educazione.

2. In che modo conosciamo: il sistema di riferimento

Ogni persona ha un proprio modo personale di percepire il mondo che è una particolarissima sintesi compiuta sommando i propri aspetti innati con gli elementi che sono filtrati ed appresi nell'ambiente in cui vive; una struttura di risposte (connessioni nervose) associate (condizionate) che integra i vari aspetti dell'io in risposta a stimoli specifici. Esso fornisce all'individuo “...un insieme globale percettivo, concettuale, affettivo e d'azione che è usato per definire se stessi, gli altri, il mondo...”⁷. Insomma un filtro della realtà che consiste in definizioni del mondo, di noi stessi e degli altri che sono tutte apprese, non innate. Ciò che è buono, cattivo, giusto, sbagliato, spaventoso, rassicurante, facile, difficile, sporco, pulito, giusto o ingiusto non è vero in assoluto ma soggettivamente. Scoprire che quella determinata cosa che i propri genitori volevano venisse fatta solo in quel determinato modo può essere svolta altrettanto bene, se non meglio, utilizzando altre differenti modalità è liberatorio e amplia le possibilità e le opzioni di cui la persona può disporre. Inoltre, la decisione di trasgredire ai dettami ricevuti porta con sé il rischio di perdere l'amore che l'adesione pareva garantire. Scoprire che si può essere amati anche facendo di testa propria o seguendo un nuovo esempio o comunque in modo diverso dal primo modello interiorizzato apre la strada di una possibile autonomia. “Il far prendere coscienza che ognuno possiede un proprio insieme di

⁶ Siegel D., Hartzell M., *Parenting from the Inside Out*, Penguin Group, 2003, (tr. it. di Maria Luisa Madeddu, *Errori da non ripetere*, Milano, Raffaello Cortina, 2005, p.7

⁷ Schiff J.L., (1980) trad. it., *Analisi Transazionale e cura delle psicosi*, Roma, Astrolabio, p.114

valori, di pregiudizi, di abitudini, di capacità di sentire che costituiscono le caratteristiche specifiche della propria organizzazione interna, permette di capire che ognuno utilizza i suoi modi di relazionarsi che sono quelli disponibili nel suo “repertorio”, e non altri. Obiettivo del formatore, ed a sua volta dell’educatore, diventa allora quello di indurre dei cambiamenti in queste procedure attraverso scambi reciproci che veicolino nuove idee e nuove prospettive ed, in ultima istanza, dei cambiamenti nei comportamenti.”⁸

3. Cambiare prospettiva, certo, ma da dove partire?

Permettere alla persona di lavorare sull’uso della creatività per avere nuove idee, fare ipotesi e nuove connessioni consente di cambiare prospettiva e modo di leggere le situazioni di impasse e gli eventi di crisi, passando da una riflessività lineare ad una circolare tra educatore ed adolescente, formatore e formato, terapeuta e paziente che diventano reciprocamente influenzabili attraverso le relazioni tra diversi significati all’interno dei reciproci sistemi di credenze. Va poi considerato come, in relazione alla qualità delle prime cure che la persona riceve nei primissimi anni di vita e al tipo di attaccamento alle figure primarie acquisito, il suo livello di compromissione o di successo relazionale va attentamente valutato al fine di pianificare un intervento che sia su misura della persona in oggetto. Tanto più la vastità di stimoli sarà stata ricca e variegata tanto maggiori saranno le opzioni di scelta di chi crescendo e si affaccia alla vita a partire da ciò che ha appreso. Anche dal punto di vista neurologico recenti studi spiegano come il corredo biologico delle nostre cellule neuronali è già stabilito al momento in cui veniamo al mondo; ciò che cambia nel tempo è la complessità dei legami sinaptici, cioè dei prolungamenti ed i contatti tra le cellule neuronali. Il

⁸ Costa C., Marcucci G.F., Semino F., *Formazione e educazione: un unico percorso?* Animazione Sociale 2, 1993, p. 73

numero di neuroni presenti alla nascita non aumenterà più, ma già a partire dai primi mesi di vita si assiste ad un notevole incremento delle sinapsi e ad una demolizione successiva di quelle già formate. All'inizio il cervello del neonato stimolato dall'ambiente esterno produce un gran numero di contatti che vengono successivamente demoliti. A sei mesi i collegamenti sinaptici sono così fitti che questa circostanza non si verificherà mai più nel resto della vita. Infatti da questa età in poi decresceranno secondo il principio "o lo usi o lo perdi". Ecco perché alcune potenzialità del soggetto vengono perse in quanto non riconosciute dall'altro, in primis dalla madre. "Partendo da uno stato indifferenziato il bambino attraverso il riconoscimento del suo ambiente si riconosce; e attraverso l'attaccamento reciproco con l'adulto, dapprima in sistema diadico poi ternario, può introiettare modelli comportamentali identificatori con cui confrontarsi fino alla definizione del sé e poi dell'io... In tale identificazione solo alcune potenzialità del soggetto sono privilegiate: quelle riconosciute dal suo ambiente." Se ne deduce come più l'ambiente risulterà stimolante ed affettivamente significativo, più ampie diverranno le opzioni di scelta e meno costrittiva la scelta disfunzionale del soggetto.⁹

4. Differenze tra i vari campi d'intervento

Per evitare di creare confusione nell'assimilare tra loro i vari campi di intervento formativo, educativo e terapeutico occorre però fare qualche precisazione. Va considerata la presenza di un versante precipuamente clinico, il cui obiettivo è la guarigione e il cui procedimento è la terapia ed un altro versante educativo il cui obiettivo è l'autonomia ed il cui procedimento è la crescita. La diversità dei

⁹ Vella E., *La memoria dell'attaccamento nel rapporto diadico privilegiato*, aT Rivista italiana di analisi transazionale e metodologie psicoterapeutiche, n. 10, 2004, p.12

bisogni e l'acquisizione dei relativi strumenti per il loro soddisfacimento distingue i contenuti dei diversi settori.

Berne sostiene che le esperienze dell'individuo vengono a costituire la natura mentale, cioè la sostanza degli organi psichici e lo sviluppo naturale si modifica in base alle esperienze stesse (le risposte si adattano all'ambiente). Quindi ogni esperienza è cambiamento ogni cambiamento cambia la struttura. "Se si accetta la tesi che ogni esperienza produce cambiamento strutturale e non solo funzionale, la differenza tra i vari campi speciali non sta nella natura del cambiamento ma nella causa, cioè nel bisogno che lo ha stimolato".¹⁰

Appare anche interessante in questo contesto la definizione di metodologia proposta su un testo di M. Novellino in cui viene chiarito che: "La metodologia consiste nella descrizione teorica delle fasi del processo terapeutico, ossia degli stadi che in termini concettuali la relazione terapeuta-paziente dovrebbe attraversare in un percorso efficace".¹¹ Tali stadi vanno intesi come tappe mentali. Ciò vale in ogni caso anche quando il lavoro non sia specificamente psicoterapeutico; vi è infatti comunque bisogno di procedere secondo una logica consequenzialità di interventi che non può fermarsi al semplice buon senso.

Se, schematicamente, provassimo ad elencare le tappe di quanto fino ad ora descritto potremmo usare questa scansione:

✓ *Raccolta dei dati e loro sistematizzazione in ipotesi coerenti e dimostrabili.* Tale elemento conferisce scientificità all'intero lavoro e deve continuare anche oltre l'approccio iniziale, "la raccolta dei dati e del materiale anamnestico va

¹⁰ Giovannoli Vercellino C., *A.T. e campi speciali: metodologie e linee filosofiche*, in Rivista di Analisi Transazionale, 20-21, giugno dicembre 1991, p. 101

¹¹ Giovannoli Vercellino C., *A.T. e campi speciali: metodologie e linee filosofiche*, op. cit.

infatti continuamente aggiornata”.¹²

- ✓ *Costruzione di un'ipotesi.* Tale lavoro implica una organizzazione dei dati per pervenire ad una diagnosi.
- ✓ *Conferma dell'ipotesi.* E' fornita o meno in base ai dati che l'educatore continua a raccogliere. Va posta qui attenzione a non forzare i nuovi dati per farli collimare con l'ipotesi già formata.
- ✓ *Intervento.* Sulla base di uno scrupoloso lavoro di raccolta dati e loro sistematizzazione può adesso essere applicata una tattica, o tecnica, o intervento, o operazione ritenuta opportuna. Novellino sollecita in proposito che va tenuto presente come: “Tutto il processo descritto consiste in realtà in una dinamica continua e circolare”.¹³
- ✓ *Verifica dell'esito.* Per fornire una garanzia della pregnanza delle ipotesi fatte andrà anche verificato l'esito del proprio intervento. Lo si potrà apprezzare se si andrà incontro ad un cambiamento in termini di comportamento e di comunicazione. La guarigione però, precisa Woollams, “va intesa in senso relativo”. Non è infatti concepibile realisticamente un prima e un dopo come se la guarigione o il cambiamento consistesse in un processo del tipo tutto o niente. Egli propone come concetto teorico che sostanzia quest'idea la scala decisionale. Quest'ultima descrive come, rispetto al problema che fornisce il tema del cambiamento, la persona migliori la propria capacità di reagire allo stress in quell'area, per cui su un continuum ipotetico la

¹² Montuschi F., *Oltre il copione attraverso la relazione educativa*, A.T. Rivista italiana di analisi transazionale e metodologie psicoterapeutiche, n. 10, 2004, p. 68

¹³ Steiner C., *Script people live*, New York, Grove Press ,1974 (tr. it. di Claudia Chiaperotti, Copioni di vita, Milano, La Vita Felice, 2005), p.244

guarigione e il cambiamento vanno viste come un progredire del paziente dal polo del malessere verso il polo dell'autonomia".¹⁴

- ✓ *Il risultato.* Il risultato dell'intervento educativo sarà quindi individuato nei cambiamenti percettibili che si raccolgono in itinere e nella progressiva autonomia dell'individuo da condizionamenti vecchi e nuovi.

5. L'alleanza con le parti sane della persona

Coinvolgersi ed entrare sempre più profondamente in relazione con la persona che si ha di fronte permette di approfondirne la conoscenza e di individuarne i punti di forza e i punti di maggiore fragilità. La comprensione dei bisogni più profondi che la persona manifesta può divenire chiave di lettura per comprendere in che modo intervenire. Stabilire un'alleanza con le parti sane della persona piuttosto che contrastare quelle disfunzionali risulta allora un metodo maieutico all'interno del quale l'educatore in formazione o il terapeuta in supervisione, il ragazzo in crescita o il paziente in terapia scoprono progressivamente di poter fare fronte alla difficoltà che vivono a partire da altri punti di vista allargando gli spazi di riuscita e le opzioni di scelta e dotandosi così degli strumenti necessari ad essere i primi artefice del proprio maggiore benessere dinanzi a situazioni critiche che in precedenza costituivano un blocco o una difficoltà. Non esiste perciò la ricetta preconstituita da acquisire a tavolino come una formula matematica; per fare fronte al disagio, a qualsiasi livello si presenti, è necessario coinvolgersi quanto basta per suggerire alla persona su quali delle sue peculiari risorse fare leva per aiutarla a scoprire dentro di sé

¹⁴ Giovannoli Vercellino C., A.T. e campi speciali: metodologie e linee filosofiche, op. cit, p. 99

come fronteggiare il problema che sta vivendo.

Occorre imparare a prendere in considerazione con l'attenzione che merita, cercando di farne esperienza concreta senza troppo prenderne le distanze, la possibilità di guardare il disagio di cui le persone che incontriamo sono interpreti, attraverso una logica di pensiero evolutivo, cercando di lavorare per cogliere e valorizzare le "parti sane" dell'interlocutore, le parti su cui fare leva per proporre un cambiamento, un passo in avanti. Parallelamente considerare con maggiore sincerità la nostra inadeguatezza...emergerà spesso una fatica: rimane sempre molto difficile avere presente una idea di "sano" che non sia in contrapposizione a quella di "malato". Poter considerare la sanità altrui a partire da tale differenza, (io sono la persona sana...) pone l'operatore al sicuro da pensieri "fastidiosi", ma, alla lunga impedisce spazi al pensiero creativo e costruttivo.

6. Formazione permanente

In ogni momento della vita si può tornare a mettere in discussione ciò che fino al giorno prima pareva appreso, sedimentato e fatto proprio: la ciclicità del processo di crescita porta ad affrontare gli stessi compiti di sviluppo, ma ad un livello via via più complesso. La tendenza sarebbe quella di ripetere ciò che si ritiene già sperimentato e perciò sicuro, ma a qualsiasi età avvenga una riorganizzazione, talvolta magari anche in relazione ad eventi più o meno destabilizzanti, questa implica la necessità di affrontare sconforto e disorganizzazione, in quanto rompere un ordine e ricostituirne uno più congeniale al qui ed ora è compito necessario ma doloroso che riguarda qualsiasi persona viva.

Se nel corso dell'infanzia e dell'adolescenza è sano abbandonare le proprie differenze individuali a beneficio dell'assunzione delle caratteristiche che rendono accettabili al gruppo di appartenenza,

l'evoluzione successiva della mente è caratterizzata invece dal riconoscimento sempre più profondo della propria differenza dagli altri, fino a riconoscersi nella costanza portante della propria unicità bio-psico-sociale di persona umana.¹⁵ Ciò permette l'aumento dell'autonomia. La relazione è la nostra essenza e non vi può essere percorso formativo che non ci coinvolga e non ci cambi, la crescita è cambiamento o non è. "Senza l'intervento di una mente superiore esterna che interagisce per prima con lui, l'essere umano non giunge a sviluppare in sé i percorsi del pensiero consapevole".¹⁶

Volendo tracciare una sintesi è come dire che gli apprendimenti significativi, le acquisizioni faticosamente raggiunte da un individuo o anche da un gruppo di lavoro, non avvengono per sovrapposizioni progressive, vale a dire con la semplice aggiunta di nuovi elementi alla struttura originaria (come potrebbero essere gli scaffali e i ripiani di una libreria, per esempio); succede invece che ad un certo punto le cose che si vanno sperimentando e imparando in maniera circolare costringono la nostra struttura a modificarsi al punto tale, probabilmente, da non riconoscerla più (o solamente) nella "libreria" che ci sembrava di stare costruendo. Un elemento determinante di questa "nuova" costruzione è proprio l'aver deciso di avvalersi di un confronto per realizzare insieme al nostro interlocutore (formatore o ragazzo/a in difficoltà, ad esempio) uno spazio di osservazione reciproca.

7. Rendere presente un pensiero evolutivo

Il vivere contemporaneo ci propone, con continuità ed in modo più o meno silenzioso l'idea di considerare i momenti di disagio come delle sfortunate parentesi della vita: tale apprendimento ce lo portiamo

¹⁵ Romanini M.T., (1999), *Costruirsi persona*, Milano, La Vita Felice, Tomo I, p.229

¹⁶ Romanini M.T., (1999), *Costruirsi persona*, op. cit., p.242

spesso dietro e dentro di noi (magari come difesa personale) anche se magari non ci sentiamo di dividerlo.

Quando incontriamo una persona in un momento di disagio, di pesantezza, di fatica ed abbiamo un po' troppo in testa questa idea della "sfortunata parentesi", rischiamo di vedere di fronte a noi più un fragile oggetto da proteggere, da ricostruire secondo una nostra logica, che non un soggetto da ascoltare; diventiamo paurosi per le sue fragilità, a cui contrapponiamo le nostre certezze e ci risulta difficile cogliere la curiosità di sperimentare un rapporto nuovo che anche a noi può dare e dare qualcosa.

Allora, esercitarsi attraverso la formazione permanente per combattere questa tendenza, non lasciare che essa ci prenda la mano, ci permette una maggiore possibilità di relazione reciproca, un allenamento ad un pensiero che produce spazi di espansione; ed è naturale che quanto più diventiamo portatori, sperimentatori in prima persona di questa possibilità di rapporto incentrato sul riconoscimento di una flessibilità creativa, tanto più saremo poi in grado di proporlo come modalità di incontro con l'altra persona, sia essa figlio, coniuge, amico, utente od altro ancora.

Intendiamoci, tutto questo non comporta la magica sparizione della situazione di disagio, di sofferenza, però può impedire che siano solo paura e controllo a guidare la nostra attenzione, il nostro pensiero, il nostro agire. Il sintomo di un disagio, di una sofferenza, va preso in considerazione con delicatezza e rispetto; è necessario accogliere, di tale comunicazione, ogni aspetto, anche il valore creativo: dietro a quel segno, a quella espressione c'è una storia che chiede di essere ascoltata, c'è una spinta alla crescita che cerca di farsi strada.

Tutto ciò richiede una risposta: occorre costruire uno spazio da riconsegnare alla persona; attraverso il rapporto passargli una idea di competenza, che non vuol dire "passargli la nostra competenza" bensì proporgli che è in grado di trovarne una sua.

Il tentativo, lo sforzo di riempire dei vuoti con la nostra verità sulle cose serve solo per una momentanea tranquillizzazione (per l'operatore sociale, l'insegnante, l'educatore, lo psicologo, il genitore, ecc.): si anestetizza il disagio ma, se non si va "oltre" ¹⁷, non si produce né crescita né sviluppo alcuno.

Tutto questo processo dinamico per cercare di rendere presente un pensiero evolutivo si costruisce prevalentemente a partire dal nostro stile di vita, dal nostro modo di pensarci come persone-soggetti che espandono le proprie competenze, le proprie esperienze, la propria realtà.

Di fronte a questo percorso così complesso, faticoso, un minimo di "crisi di identità" è inevitabile; ma ciò succede in ogni realtà viva, vitale; e la crisi contiene una carica evolutiva che, se colta, permette possibilità di crescita quali la differenziazione, l'individuazione, la separazione, cioè opportunità di riconoscere ed organizzare nuove ipotesi, nuovi percorsi di identità.

L'ulteriore incombente rischio è poi quello di pensare che si cambiano le cose modificando i termini; allora il disadattato non è più il minore, ma è la famiglia, o il contesto sociale ad essere disgregato o inesistente....il risultato però non cambia: cercare come inquadrare qualcuno prima ancora di conoscerlo (di fatto evitando di conoscerlo), sottraendosi al mettersi in gioco. Se non perdiamo di vista queste premesse di pensiero, possono farsi strada nella nostra avventura professionale e personale delle idee, delle connessioni prima non considerate.

Spesso basta seguire le persone nel loro racconto, ascoltarle per accorgersi che si può fare un po' di strada insieme, accompagnarle senza sostituirsi per proporre loro che hanno delle possibilità, anche se faticano a tirarle fuori, o anche solo ad immaginare che ciò è possibile

¹⁷ Semino F., *Oltre il disagio: rendere presente un pensiero evolutivo*, atti del Convegno Internazionale "Oltre il disagio - esperienze a confronto per un percorso di prevenzione " (Genova febbraio 1992), ed. 1994.

ed utile...proporre una reciprocità di relazione, una esperienza da molti di loro sconosciuta o malamente sperimentata, e provare ad evitare il concretizzarsi di una inguaribile mancanza di fiducia in se stessi.

8. Privilegiare la relazione

Nei diversi ambiti in cui gli educatori od operatori sociali si trovano ad esercitare il proprio intervento, ritrovano sempre più spesso presente una situazione di rischio, quella di persone il cui problema è legato ad una loro storia di "autoallevamento", di crescita accelerata, di presenze adulte che si sono sostituite anziché accompagnare fiduciosamente; ed è sempre più evidente che nel contesto del nostro vivere quotidiano, "l'organizzazione sociale tende a privilegiare più i contenuti che non un'attenzione alle relazioni. I bambini fanno nuoto, pianoforte, fanno tante cose e questo, in genere viene commentato con un «non c'è proprio tempo». In realtà questo tempo da vivere è riempito di contenuti, di oggetti."¹⁸ L'incontro, lo spazio condiviso fra le persone va progressivamente perdendo quelle caratteristiche di stupore dell'altro, di gratuità della relazione, di spazi e tempi da condividere. Tutto questo a favore di una situazione sempre più piena di cose da fare e da possedere, di precisi ed improrogabili obiettivi da raggiungere, spesso secondo tempi già prestabiliti da altri. Questa idea ci dice in che misura la proposta che sta dentro alla "cultura" dell'autoallevamento (in cui non ci sono spazi evolutivi per sperimentare una buona dipendenza, una efficace appartenenza) può diventare fonte di trasmissione, di diffusione del disagio. Se i rapporti, le relazioni, diventano luoghi ingombranti, sempre più pieni di cose, svuotati evidentemente del loro vero significato, allora

¹⁸ Soccorsi S., *Il lavoro istituzionale nel processo di formazione del terapeuta: l'esercizio alla non rigidità*, in *La Formazione Relazionale*, ed. ITF s.r.l. Roma, 1985, p. 351

l'incontro diventa impossibile o comunque contorto, intricato.

Non solo ma viene passata, e facilmente prende campo, l'idea che, di fronte alle difficoltà, alla fatica del crescere, occorre legarsi a soluzioni esterne, perdendo di vista quanto una presenza, una relazione di ascolto in armonia con l'altro può permettere a ciascuno di trovare spazi e risorse di soluzione dentro di sé, dentro la storia della propria esperienza; consentire cioè di rendere attuali le potenzialità che si hanno e che sono quelle che ci appartengono, non quelle "giuste" o quelle "buone" o quelle che "vanno per la maggiore", semplicemente quelle che abbiamo a nostra disposizione per crescere.

Permettere a chi incontriamo e anche a noi stessi, nella nostra esperienza quotidiana, questo pensiero, riporta a quella idea, che ancora piace a molti e che, se sperimentata veramente rende la vita affascinante, sul significato della parola "educazione" che vuol dire "tirare fuori": tirare fuori tutte le potenzialità della persona, in un dialogo che è reciproco, che permette il cambiamento di entrambe le persone coinvolte nell'incontro, nella relazione.

Allora sarà importante coltivare e custodire nel proprio agire di operatori che incontrano la sofferenza e la fatica di bimbi e bimbe, di ragazzi e ragazze e delle loro famiglie, un pensiero evolutivo, uno sguardo evolutivo, cioè poter sperimentare la possibilità di leggere il fenomeno di crisi, dalla più grave, patologica, fino a quella che avviene all'interno del ciclo vitale in modo fisiologico (penso alle nascite, alle perdite, alle separazioni, ecc.), come un evento portatore comunque di elementi evolutivi all'interno dell'esperienza della persona. Questo permette di poter cogliere differenze nuove, aspetti nuovi, sostenendo elementi di cambiamento, in cui è possibile riappropriarsi di parti di sé e della propria storia senza troppo bisogno di trasformarle in sintomi per esprimerle, poiché non è più necessario sovraccargarle di conflittualità esasperata.

Se si riesce a proporre tutto questo nel nostro lavoro di accoglienza

dell'altro, l'incontro, l'ascolto, diventano interventi permanenti di prevenzione umana "del e nel" quotidiano e le persone potranno più facilmente affrontare la paura invece che trasformarla in angoscia, accogliere la tristezza anziché vivere la depressione, sperimentare l'amore e l'odio più che confusi sentimenti di ambivalenza, potendo anche arrivare ad accettare la sofferenza anziché doversene difendere negandola. "Un giorno Gisella mi dice: « Oggi mi sento molti giù, credo che questa volta non ce la farò a sbloccare la mia situazione». Nella storia di quel processo terapeutico per me questo significava un passo molto grosso verso quella depressione che io consideravo un obiettivo fondamentale. Gisella continuava dicendo « Ho anche pensato di rifarmi, ma nemmeno l'eroina mi interessa più, sento che questa volta non ho niente per sbloccare la mia situazione ». A questo punto io le dico: « Credo di capire cosa dici, mi sembra che tu non voglia più fare come una persona che sta nell'acqua e per non annegare si muove, si muove, si muove ». Gisella riprende: « Sì, questa volta è vero, io voglio vedere se questa volta imparerò a nuotare o se annegherò ». Poi dice: « Ma uno impara da solo a nuotare o c'è qualcuno che gli insegna a nuotare ? » Io le rispondo « Io credo che tu sappia nuotare da sempre; il tuo nuotare è un nuotare per non annegare. Esiste un'altra possibilità, quella di nuotare per andare a vedere i pesci, le barriere coralline, per arrivare sulla spiaggia, tuffarsi in acqua e, in caso di pericolo, anche per non annegare. Questo altro modo di nuotare è quello possibile quando qualcuno ti ha insegnato a nuotare ». Finisce la seduta e Gisella mi chiede: « Ma non è possibile fare delle sedute un pochetto più sistematizzate? » A questo punto io le fisso un incontro a una settimana. Lei è figlia unica di due impiegati che l'hanno sempre affidata a qualcuno, ha cominciato molti anni fa a fare fughe da casa, lei è «l'orfana» per eccellenza.»¹⁹

¹⁹ Soccorsi S., *Il lavoro istituzionale nel processo di formazione del terapeuta: l'esercizio alla non rigidità*, in *La Formazione Relazionale*, ed. ITF s.r.l. Roma, 1985, p. 353.



**Consulta Diocesana di Genova
Comunità Educativo Assistenziali**



Minori e Famiglia

Seminari 2003



**Consulta Diocesana di Genova
Comunità Educativo Assistenziali**



**La tutela del minore
tra famiglia e comunità**

Seminari 2004



**Consulta Diocesana di Genova
Comunità Educativo Assistenziali**



**Ad un passo
dalla chiusura degli istituti**

Prassi di tutela dei neo maggiorenni e della maternità fragile

Seminari 2005



**Associazione Consulta Diocesana
per le attività a favore dei minori e delle famiglie
ONLUS**



**Chiudono gli Istituti,
allarghiamo lo sguardo**

**La tutela del minore in Europa e dei minori extra
comunitari non accompagnati**

Seminari 2006



Associazione Consulta Diocesana
per le attività a favore dei minori e delle famiglie
ONLUS

Rete Madre Bambino/a

Percorsi di accoglienza e sostegno a valorizzazione
della famiglia tra protezione e autonomia



QUESTI GENITORI, QUESTA FAMIGLIA COSÌ FRAGILE...

LA TUTELA DEL MINORE QUANDO I GENITORI SONO DEBOLI

Seminari 2007

Seminari 2007

*Finito di stampare nel mese di maggio 2008
presso la Divisione di Stampa Digitale*

Associazione Padre Monti
info: produzione@padremonti.it



Comune di Genova



Provincia di Genova



Regione Liguria



Consulta Diocesana

Rete Madre Bambino/a

Percorsi di accoglienza e sostegno a
valorizzazione della famiglia tra protezione e
autonomia