

## Il processo di crescita

# Appunti sull'adattamento creativo e sul bisogno di riconoscimento del bambino

Antonio Ferrara

*Pubblicato in: Merigar, Rivista di cultura tibetana e occidentale, n. 7, marzo 1991.*

***“Il bambino risponde alle influenze ambientali con un pensiero di tipo intuitivo, “magico”, che lo porta a prendere “decisioni esistenziali” volte a limitare al minimo la sofferenza.”***

Quando pensiamo a come educare un bambino è opportuno considerare alcuni aspetti relativi al suo processo di crescita e di sviluppo psicologico in relazione ai fattori ambientali che intervengono nella costruzione del suo "copione esistenziale", non dimenticando che ogni modello teorico è un'ipotesi sulla realtà e pertanto non è basato su nessuna verità assoluta. La sua validità sarà confermata dai risultati che produce, i quali saranno in ogni caso parziali e provvisori.

Così avviene naturalmente quando l'educatore si propone un modello e vuole applicarlo al figlio o all'allievo. Se non sarà disponibile a rivedere le proprie idee e convinzioni, incorrerà in delusioni e fallimento. Il bambino non si appropria passivamente di nessun modello e grazie alla sua creatività e forza vitale può sconvolgere e vanificare ogni teoria inventando continue e insospettite variabili.

Possiamo, per semplificare, ridurre le variabili fondamentali che interverranno nel processo di crescita ad alcuni specifici fattori. Il primo di questi è costituito dal patrimonio genetico del bambino, cioè da quell'insieme di caratteristiche e qualità che nascono con lui e che lo distinguono da ogni altro individuo. Gli altri fattori sono da una parte la sua vulnerabilità e creatività e dall'altra l'ambiente nel quale nasce, con i messaggi limitanti e con i permessi che fornirà. Il bambino è vulnerabile perché non ha nessun potere sul mondo che lo circonda. Vive come un nano in una terra di giganti dai quali è completamente dipendente per la propria sopravvivenza. La sua forza è minima rispetto a quella di papà e mamma che possono sollevarlo, spostarlo, fermarlo a loro piacimento. Il suo sistema nervoso non è ancora sviluppato e non gli consente di tollerare alti livelli di frustrazione e se lo stress diventa insopportabile, egli finge con se stesso di non aver più quel bisogno che dall'esterno gli viene negato e inventa comportamenti sostitutivi che gli permettano di adattarsi all'ambiente.

Anche la sua capacità di comprensione degli eventi nei quali si trova coinvolto non è sviluppata e, soprattutto, non è dotato di un pensiero logico che gli permetta di intendere la realtà che lo circonda alla maniera degli adulti. Il suo è un pensiero magico, intuitivo, comprende le leggi della vita in termini di principi e principesse, di orchi e streghe, e il suo mondo è popolato di esseri che possono tutto, dai quali è affascinato o terrorizzato.

D'altra parte è dotato di grande creatività e pur così piccolo è capace di trovare soluzioni e di guadagnarsi uno spazio nel mondo. Si inventa un proprio modo di essere sperimentando diverse alternative fino a quando non trova un modello che gli garantisca la maggior soddisfazione dei suoi bisogni al minor prezzo

possibile. All'altro polo ci sono i genitori e tutte le figure sostitutive che si occupano della crescita e dell'educazione del bambino. Emettono messaggi che vanno in due diverse direzioni: favoriscono o limitano lo sviluppo. Quando i messaggi sono in linea con quanto veramente serve al bambino, possono essere assimilati e producono effetti positivi: facilitano il superamento delle tappe evolutive. I primi e fondamentali messaggi saranno relativi al suo diritto ad esistere. Il bambino li percepirà fin dai primi giorni di vita e ancor prima della nascita, in termine di benessere o malessere a livello somatico. Il modo in cui viene accolto il suo concepimento e le successive cure che gli vengono rivate, il contatto fisico, il cibo e l'attenzione che riceve gli daranno il segnale di quanto è amato e di quanto spazio c'è per lui in questa nuova esistenza. Quando si sente voluto e protetto, affronta la vita con fiducia. Diverso è quando nelle prime relazioni riceve messaggi di rifiuto. Tutta la sua vita futura ne sarà condizionata; alimenterà in sé una convinzione del tipo: "La vita è dura, a questo mondo nessuno mi vuole", e generalizzando, comincerà a pensare che meglio sarebbe non esistere. Maturerà una visione negativa e tutto lo sviluppo successivo potrà esserne condizionato. Oltre al "permesso" fondamentale relativo al suo diritto ad esistere, dovrà riceverne altri relativi all'essere accettato e al poter far parte del gruppo familiare che gli riserva uno spazio e un riconoscimento. Sarà necessario per la sua crescita che i genitori non lo vogliano eternamente bambino proteggendolo eccessivamente e impedendogli di fare esperienza e conoscere. Naturalmente dovrà vivere come un bambino e non gli si chiederà di essere un "ometto" quando ha ancora diritto a pazienza e comprensione per i limiti legati alla sua età, né dovranno essere svalutate le sue paure, le sue emozioni spontanee e la sua voglia di gioco. Sarà importante che gli venga riconosciuto il ruolo sessuale di maschio o di femmina che, contrariamente a quanto si dice, è già ben definito fin dalla nascita. Ancor prima del condizionamento sociale i bambini e le bambine hanno caratteristiche e attitudini diverse. Se i genitori non sono disposti a riconoscerlo o, come a volte succede, riversano sul figlio la loro frustrazione relativa al fatto che è di sesso diverso da quello che si aspettavano, facilmente i messaggi che trasmetteranno potranno creare confusione e rifiuto della loro condizione sessuale.

I "non fare" e i "devi" trasmessi dall'ambiente si incontrano con i bisogni naturali del bambino e questi, di fronte alla frustrazione, adatterà una sua personale comprensione dell'evento, limitata da un pensiero che, come abbiamo detto, è di tipo intuitivo piuttosto che logico. Il mancato abbraccio della madre o la sua assenza potranno essere intesi come un rifiuto dal quale il bambino trarrà un'idea di questo tipo: «Non sono abbastanza importante per lei, c'è qualcosa in me che non va, perciò mi rifiuta». Prenderà decisioni consequenziali sul modo di comportarsi nella vita. Non può capire che forse la mamma è impaurita da un contatto troppo intimo perché non vi è abituata o perché a lei stessa l'intimità è stata impedita. Non può comprendere neanche che l'assenza potrebbe non avere nulla a che fare con un suo rifiuto e dipendere piuttosto da altre necessità. Prenderà delle "decisioni esistenziali" che gli consentano di limitare al minimo la sua sofferenza, evitando, per esempio, il contatto con gli altri, standosene solo e facendo a meno di tenerezza e di coccole con tutte le conseguenze relative. Poiché ogni bambino ha una sua personale risposta ai messaggi ambientali, è praticamente impossibile sapere a priori che tipo di individuo verrà fuori dall'incontro dei diversi fattori fin qui esaminati. Qualcuno pensa che sia possibile programmare il suo futuro in base a stimoli che rinforzano o frustrano determinati comportamenti. Altri hanno voluto vedere l'infante estremamente fragile e quindi vittima dei messaggi genitoriali, ai quali non può far altro che obbedire, accogliendoli passivamente dentro di sé. Con gli approcci umanistici alla psicologia si è delineata in maniera sempre più netta la posizione rivolta ad affermare una capacità di scelta e di autodeterminazione anche nel bambino piccolo, il quale, pur essendo evidentemente vulnerabile ed estremamente sensibile agli stimoli ambientali, fin dai primi mesi di vita, ha una sua specifica capacità di risposta alla frustrazione ed ha la possibilità di operare, tra le tante possibili, la sua propria scelta, adattandosi creativamente all'ambiente e mettendo in opera un sistema difensivo, che da una parte lo limita, dall'altra gli permette di sopravvivere. Certo, se nella "casualità" della sua nascita "capita" nella famiglia dei "duri", di quelli che affrontano la vita a petto in fuori, senza lacrime né emozioni, sarà difficile che apprenda un modello di comportamento diverso e tenderà, lui pure, ad irrigidire la mascella e a

gonfiare il torace, così come fa il papà o il fratello maggiore. Ma è altrettanto vero, che in quello stesso ambiente uno dei fratelli può prendere caratteristiche del tutto diverse, tanto che si dirà di lui “ma da chi ha preso?”, quando diversamente dal fratello più grande si mostra timido, arrossisce e piange al minimo rimprovero. Il suo personalissimo modo di essere al mondo è il risultato di processi complessi, comprensibili dall’adulto soprattutto in termini di empatia, per il fatto che siamo individui simili. È difficile che un modello teorico ci possa dare una spiegazione esauriente di ciò che effettivamente avviene. In ogni caso quel bambino: sopravvivere ed evolvere.

Se vuole avere uno spazio nel mondo è necessario che manipoli l’ambiente, papà, mamma e ogni altro che si occupi di lui, per ottenere quella attenzione che gli serve per vivere, sì, ma con valore, con riconoscimento. Il bambino userà la sua capacità creativa per sperimentare modalità sempre diverse, finché non troverà quella più soddisfacente per ottenere la quantità di attenzione necessaria a sentire che esiste. Poco importa se spesso le modalità che adotta gli procurano sofferenza. Botte e punizioni fanno male, ma molto meno dell’essere ignorato. Preferiamo, in generale, ricevere calci piuttosto che indifferenza. Ma nel fondo resterà sempre un vuoto, i calci non potranno sostituire il profondo desiderio di abbracci fusionali che ricordano il “paradiso simbiotico”, dal quale fummo bruscamente distaccati e del quale conserviamo una perenne nostalgia. Una separazione che è rappresentazione di una scissione più profonda, la perdita di un’unità primordiale che, in maniera ambivalente, desideriamo ed evitiamo con tutto il nostro essere. Forse tutto il processo di formazione del carattere dipende da un profondo bisogno di esserci e di avere riconoscimento. Se papà e mamma gli sorridono il bambino si sente vibrare di gioia; se sono freddi e distaccati il suo corpo si irrigidisce e perde energia. Farà di tutto, allora, per trovarsi uno spazio che non sia ancora occupato. Così, appunto, può avvenire che nella famiglia dei “duri” cresca un timido. Se il fratello si comporta come papà e per questo è apprezzato da lui e dalla mamma “come otterrò la mia dose di attenzione?”...si chiede il bambino. “Se faccio il timido sarò diverso, si accorgeranno di me”, sembra pensare e se funziona il gioco è fatto. “Timidino” ha trovato un suo posto nel mondo. I genitori sono preoccupati, magari lo prendono in giro, ma, tanto basta, si occupano di lui. Due fratelli, stesso ambiente, due persone diverse. Il bambino per sua natura è programmato per grandi mete, ma presto deve fare i conti con la realtà che la vita gli presenta giorno per giorno. Viene il momento in cui si alza in piedi e incomincia a muoversi da solo, ad andare verso le cose. L’intera visione del mondo cambia con la posizione eretta. Aumenta enormemente il suo potenziale e gli sembra che tutto sia possibile.

Cade, ma si rialza, sembra non sentire il dolore. La curiosità e l’interesse per quanto lo circonda lo fanno sentire senza limiti. È onnipotente e inconsapevole, eroico nella sua esplorazione. Poi viene il momento in cui incomincia a sentire il dolore per le cadute e la frustrazione di non ottenere quanto desidera. Si rende conto del suo limite e subentra la paura di non farcela, cerca protezione. Ha bisogno di una guida e reclama da mamma e papà quel sostegno che prima, sdegnosamente, rifiutava.

I genitori sono messi a dura prova. Il bambino sta cercando la sua autonomia, faticosamente, tra sfida e paura. Spesso il papà e la mamma non sanno che fare. Si risvegliano in loro antiche paure e sentimenti di incapacità. Da una parte vogliono che il figlio cresca e dall’altra lo vogliono tenere sempre bambino perché non li lasci mai. Ogni regola è inutile. Si giocano troppe cose per questo rapporto, compreso il grado di maturità che ha raggiunto la coppia. È un momento per crescere, perciò si può sbagliare e, forse, il bambino, e questa volta anche i genitori, possono apprendere un altro fondamentale permesso: perdonarsi per il fatto di non essere onnipotente, ma semplicemente umani. Spesso le reazioni del bambino sono totalmente imprevedibili. Se mi sforzo di trovare il significato, rischio di seguire stereotipi e pregiudizi e lui mi farà fallire. Non posso accusarlo di essere stupido, né strano, né tantomeno pazzo: semplicemente, parla un linguaggio diverso dal mio. “In questo momento non ti capisco, avrai le tue buone ragioni, ma io non le capisco. Ti reprimo, ti dico di no, perché non so fare altro e ho paura per te. Ho paura che tu ti faccia male o che, se ti comporti in un certo modo, il mondo ti rifiuterà. Non capisco, ma ti rispetto, rispetto la tua dignità.”

“Posso crescere con te”. Un bambino è un po' come un regalo. Mi insegna tante cose, se sono disponibile a comprenderlo e a seguire i suoi bisogni piuttosto che le mie idee fisse e preconcepite. Insegna il dubbio, non quello sciocco e paralizzante di chi non opera mai scelte, ma quello di chi ha il coraggio di dire: “Sto sbagliando, fammi provare in un altro modo”. E tuttavia ha bisogno di una guida: “Non posso esonerarmi da questo compito.” Non importa tanto se le cose che papà gli insegnerà sono quelle giuste, purché non siano bugiarde e incongruenti. Non posso dirgli: “Sii onesto, abbi coraggio, rispetta gli altri” pieno di me e del mio ruolo, se il modello che gli offro è un altro. Fingerà di ascoltarmi, ma in fondo al suo animo non si fiderà e avrà ragione. Vuole una guida che gli dica concretamente che cosa fare, che stia al suo fianco per proteggerlo, mentre pian piano gli lascia la mano. Quale compito!

Un bambino non seguito si rifugia in sé, nella fantasia. Niente di male in questo, la fantasia ha una potente carica creativa e prepara all'azione. I problemi nascono quando la fantasia diventa un rifugio e un modo sostitutivo di affrontare la vita quotidiana. Incominciano i processi di idealizzazione, allucina ogni potenza per compensare il suo sentirsi piccolo e impotente. Assume una visione esaltata e ingigantita della realtà sulla quale sente di non aver alcun dominio. Diventa prepotente, superbo, suscita rifiuto. Immagina di essere “speciale” e nasconde a se stesso il profondo vuoto nel quale vive. Oggi si parla molto di patologie narcisistiche; sono tipiche di un mondo che ha soppresso le regole e i valori tradizionali senza saperli sostituire adeguatamente. Il nostro tempo è caratterizzato dall'assenza del padre.

Il bambino ha bisogno di apprendere cosa fare, vuole riferimenti precisi, semplici e congruenti, piuttosto che grandi "chiacchiere" su come deve essere. Ha bisogno di idealizzare il padre e questo gli dà forza e speranza nel crescere: «Se lui, papà, è forte, anch'io un giorno lo sarò». Apprende dal padre il modello a cui riferirsi e a progettare la propria crescita che, se da piccolo sarà in termini di essere "forte e grande" e di poter fare cose straordinarie, da adulto si indirizzerà verso un più profondo e sentito coraggio di vivere. La madre, d'altro canto, offrirà l'accoglienza calda e amorosa nella quale rifugiarsi per lasciarsi andare con sicurezza e prendere energia. Papà e mamma saranno complementari.

Spesso si sente parlare di conflitto intergenerazionale e della sua ineluttabilità.

Mi piace credere che non sia sempre così e voglio concludere riportando qui quanto pensa Kohut in proposito, usando una metafora presa dall' Odissea.

Ulisse, che si fingeva pazzo per evitare la partenza per la guerra di Troia, quando, per provare che pazzo non era, gli misero il figlioletto davanti all'aratro, ne deviò il corso tracciando un semicerchio. Con quel semicerchio salvò la vita al piccolo Telemaco. Così fu smascherato e dovette partire. Ma al suo ritorno il figlio fu suo alleato e combatterono fianco a fianco per liberare la casa dai Proci. Non ci fu conflitto intergenerazionale. "Normale e umano è il sostegno alla generazione successiva...". Il parricidio di Edipo non è forse effetto del "fatto che egli stesso fosse un figlio rifiutato? Edipo non era stato voluto dai genitori e fu buttato fuori al freddo" (Kohut, 1979). Telemaco conobbe presto l'amore e la protezione. La metafora del "semicerchio della mente" permette a Kohut di andare "oltre la concezione dell'uomo colpevole" implicita nel pensiero freudiano, per attingere a una visione positiva e ottimistica dell'esistenza, come ho già avuto modo di dire in un mio saggio sull'argomento. Per Kohut la storia di Re Edipo investe uno strato più superficiale del Sé, strato che ricopre il nucleo. L'incontro di Ulisse e Telemaco simbolizza "la vittoria del Sé, del suo nucleo più profondo".

## **Riferimenti bibliografici**

E. Berne., *Analisi transazionale e psicoterapia*, Astrolabio, Roma 1971.

E. Berne., *Ciao e poi...?* Bompiani, Milano 1979.

A. Ferrara, "Tra Gestalt e Analisi transazionale. Considerazioni sul contatto. Teoria e prassi", in *Quaderni di Gestalt*, 1990.

A. Ferrara. *Appunti sul narcisismo*. Autori vari, Marotta Editore. Napoli 1991.

M. R. Goulding, *Il cambiamento di vita nella terapia ridecisionale*, Astrolabio, Roma. 1983

M. Holtby, "The origin and insertion of script injunction", in *T. A. Journal.*, IV, 4, 1976.

H. Kohut, *Narcisismo e analisi del Sé*, Boringhieri, Torino 1978.

H. Kohut, *Le due analisi del signor Z*, Astrolabio, Roma 1981.

M. S. Maheler, *La nascita psicologica del bambino*. Boringhieri, Torino, 1978.

F. Perls, R. F. Hefferline, P. Goodman; *Teoria e pratica della terapia della Gestalt*, Astrolabio, Roma, 1971.

F. Perls, *L'approccio alla Gestalt*, Astrolabio, Roma, 1977.