

Cadendo s'impara

Quando un bambino si fa male, i genitori vivono, poco o tanto, ma immancabilmente, una specie di crisi d'ansia retroattiva, come uno scatto per proteggerlo dall'incidente, che però è già avvenuto. Vien da gridare: "Attento!", "Non cadere!", o simili, quando ormai è già caduto e magari si è già fatto male. Ai bambini più svegli, queste esclamazioni sembrano stupide, perché arrivano quando non c'è più nulla da fare; ma più spesso le sentono come svalutazioni delle loro capacità e abilità, come se si dicesse loro: "Cretino!", "Incapace!", "Imbranato!".

Protegeteli dai pericoli, non dalla vita! Viste dalla parte dei genitori, quelle microcrisi d'ansia sono espressione della preoccupazione genitoriale primaria, che è propria delle femmine di tutte (e dei maschi di molte) specie di mammiferi verso i loro cuccioli. Preoccupazione sana, normale, utile, che però a volte può essere eccessiva, come quando porta ad atteggiamenti troppo assillanti o troppo inibenti, del tipo: "Non correre, che cadil!"; "Non correre, che sudil!" (oltre tutto, come se sudare facesse male!); "Non ti allontanare, che ti perdi". O quando porta addirittura a uno stato di allarme permanente di fronte alla prorompente, sana vitalità dei bambini, col rischio di proteggerli dalla vita stessa, per proteggerli dai guai.

Come per quasi ogni evento, se capita qualche volta, fa parte delle cose normali della vita, e non avrà conseguenze; ma se capita in modo rigido e sistematico ad ogni anche più lieve occasione, il bambino potrà convincersi (spesso a ragione) che i suoi genitori sono ansiosi perché sono fragili, e che lui non deve esplorare il mondo più che tanto, per non metterli in allarme e farli star male. Così potrà egli pure attivarsi in modo allarmato ogni volta che avvertirà il desiderio di andare incontro al mondo, bloccandosi e tormentandosi fra desiderio e paura. Oppure (spesso a torto), maturerà la convinzione di essere "realmente" incapace, "realmente" imbranato, e potrà sentire ogni caduta, ogni contrarietà, ogni insuccesso come fossero "conferme" del suo essere "realmente" inadeguato a vivere, e diverrà pronto a deprimersi per ogni anche più lieve smacco, cosa che potrà poi essere la base di un suo muoversi effettivamente da imbranato, tendendo a evitare o ad affrontare in modo ansioso le esperienze nuove.

I bambini hanno bisogno di farsi male. È da mettere in conto, invece, che i bambini, nell'espandere la propria vitalità, qualche volta si possano anche far male. Anzi: i bambini hanno addirittura bisogno – entro certi limiti, ovviamente – di farsi male. (Davvero non è il caso di favorire che si facciano male: ci pensa già la vita da sola...).

Imparare a vivere il piacere realizzativo di muoversi, di esplorare, di andare incontro all'avventura, rischiando anche di farsi male, fa parte dell'imparare a vivere, del cogliere direttamente, per esperienza, sulla propria pelle (alla lettera!), importanti relazioni di causa-effetto. Fa parte dell'imparare a sopportare il dolore e le conseguenze del proprio operare, a strutturare la percezione della propria responsabilità, a conoscere la realtà per quello che è, e non per quello che sarebbe auspicabile che fosse. Tutte cose molto importanti, che i genitori possono facilitare, o, al contrario, ostacolare. Compito dei genitori, infatti (non dimentichiamolo mai), è quello di favorire che i figli si attrezzino ad affrontare pienamente la vita. L'ansia può farci perdere di vista il nostro scopo principale. Conviene gestircela in proprio, e fare attenzione ad essere utili al bambino.

La "bua": un bacetto e passa. E col bambino che piange perché s'è fatto male, come comportarsi?

Non sembra quello il momento migliore per sgridarlo. L'ha già capito da solo che quello che ha fatto non andava troppo bene... Non è il caso di infierire. Si potrà, dopo che si è un po' consolato, mostrargli le relazioni di causa-effetto, ed eventualmente dargli dei suggerimenti per il futuro. Ma solo dopo, quando è tornato recettivo e in grado di ripensare all'accaduto. Se ha fatto qualcosa di proibito, a quel punto si potrà anche sgridarlo e punirlo, possibilmente in modo simbolico (si è già fatto male, poveretto).

La cosa più importante per consolarlo è riconoscere il dolore: "Fa male. Fa male davvero. Poi passerà... ma adesso fa proprio un male boia!". È rassicurante sapere che gli adulti capiscono, perché sanno davvero cos'è quel dolore, sanno che lo si può vivere, sanno che poi passerà. Se lo riconoscono, ci si può fidare.

Si può fargli coraggio, prenderlo in braccio, dargli uno di quei magici bacini che tutto risanano e tutto consolano, o fare quei rituali di accudimento che mettono a posto ogni cosa, come il fatidico cerottino.

Minimizzare, dire: "Non è niente!" non consola affatto. Anzi: fa aumentare la disperazione, e con essa le urla, come ad aumentare il "volume del sonoro", dato che i genitori appaiono "sordi" e dimostrano di non avere idea di quel che sta capitando.

Ci sono cose che mandano in bestia e fanno disperare il bambino, come sentire che gli si fa il verso, o sentirsi dire beffardamente da chi lo sta medicando: "Io non sento niente!"; o sentirsi umiliato, deriso, svalutato: "Sei sempre il solito!". È, poi, una falsa rassicurazione quella di esclamare: "Tavolo cattivo!", picchiando lo spigolo contro cui il bambino ha battuto.

Benefica è la ricostruzione dell'accaduto, col riconoscimento partecipe dei limiti e delle intenzioni, proprie e altrui: "È vero: non hai visto il gradino"; "Sì, non l'hai fatto apposta"; "Voleva solo giocare, quello sciocco del gatto"; "Quel bambino è stato davvero prepotente e cattivo".

Meglio spiegare sempre tutto. È ovvio che quando il bambino s'è fatto male in modo serio è necessario pulirgli e medicargli le ferite adeguatamente, segnalandogli che si sta per fargli male, ma che è un male inevitabile per poter guarire bene. E se è necessario portarlo al pronto soccorso, bisogna spiegargli, se è possibile e se è in grado di comprendere, cosa si sta facendo e perché. E se fosse svenuto, una volta che si sia sufficientemente ripreso bisognerà ripercorrere con lui le varie tappe dell'incidente, degli interventi che si son resi necessari, dei postumi e delle prospettive. Non è vero che se non se ne parla, poi si dimentica e "si supera" l'esperienza drammatica. Il rischio, all'opposto, è che, se non se ne parla, si strutturi un ricordo confuso e angosciante, che, misconosciuto, potrà poi fare da nucleo attorno al quale si strutturano attacchi di panico nell'età giovanile e adulta. Come sempre, è la verità quella che consente il recupero dall'angoscia.

Paolo Roccatò, UPPA N. 1 gennaio-febbraio - 2005