

La cura delle relazioni

Ringrazio Hugo Lavalle per l'invito a partecipare ai lavori di questo Congresso. Un invito accolto subito con grande interesse da parte mia, pur accompagnato da qualche perplessità. Non amo infatti parlare di questioni di cui non ho esperienza e la mia esperienza professionale è certamente "terrestre" e non acquatica.. Ma proprio il lavoro che quotidianamente svolgo sia all'interno del Servizio Sanitario Nazionale che in collaborazione con l'Istituto A. Adler di Torino nell'ambito della primissima infanzia mi porta ad un'attenzione particolare a tutto ciò che, al di là della stanza della consultazione psicologica, può rappresentare un luogo ed una possibilità di benessere per i genitori con i loro piccoli.

E' ormai chiaro infatti agli "addetti ai lavori"(genitori, educatori, insegnanti, psicologi ecc) l'importanza dei primi anni di vita per la costruzione della personalità di ogni individuo.

E va ribadita qui l'emergenza educativa che oggi si rileva anche nell'area della prima infanzia a partire dai cambiamenti sociali economici e culturali degli ultimi 50 anni, che hanno profondamente trasformato il funzionamento delle famiglie e destabilizzato i ruoli materno e paterno.

Non c'è tempo per approfondire i termini della crisi odierna che è sotto gli occhi di tutti nelle sue conseguenze inquietanti in termini di distruttività, di bullismo, di violenza eclatante in età adolescenziale, ma presente in modo significativo se pur più silenzioso nell'aumento esponenziale degli attacchi di panico, dei suicidi nell'area dei giovani adulti. Non voglio preoccupare, né angosciare nessuno. Semmai portare a riflessioni che i genitori stessi sollecitano a partire da una richiesta d'aiuto nel gestire ragazzi annoiati, inconcludenti, fragilissimi, abituati al tutto subito, a volte violenti o devianti, o facili preda delle sostanze e del loro "giro", o bambini intelligenti, ma già spenti nel naturale desiderio di scoprire, di imparare, spaventati dalla realtà e da ogni fatica e frustrazione del crescere da cui, per amore genitoriale viziante, sono stati eccessivamente protetti e risparmiati. Il lavoro con i ragazzi e con questi genitori riporta spesso a sofferenze incontrate in una storia che, forse, fosse stata ascoltata e sostenuta fin dalla primissima infanzia si sarebbe aperta a altre possibilità, evitando lo stratificarsi di problematiche che, nel tempo, finiscono per inibire e bloccare le possibilità di crescita psicologica.

Chi opera quotidianamente a diverso titolo con bimbi e genitori nella primissima infanzia registra, fin dalle prime mosse dell'esistenza di un bambino, difficoltà che, nella normalità, nascono nell'intreccio della naturale affascinante complessità del costruirsi dell'identità del bambino nel legame madre-padre-bambino con condizioni socioculturali che possono essere poco favorevoli al ben-essere della relazione.

Così incontriamo mamme molto sole e sole per lungo tempo nella giornata con il loro bambino, chiuse nelle confortevoli ma limitanti mura di un nucleo familiare sganciato dalle radici della famiglia d'origine e privo di una rete di rapporti stabili con altre famiglie e altre mamme con bimbi piccoli, in una condizione che non favorisce il superamento degli aspetti depressivi materni "fisiologici" nei primi tempi della vita di un bambino.

Mamme che, in questa società occidentale in cui l'armonizzazione mente-corpo, razionalità- emozioni è così problematica e spesso sofferente, vivono con incertezza molto accentuata tutto ciò che è accudimento, cura corporea di un piccolo; mamme in difficoltà con il proprio corpo e le proprie emozioni e quindi in difficoltà nel leggere e decodificare bisogni, emozioni sentimenti del proprio bambino nelle espressioni corporee e non verbali che caratterizzano i primi tempi della vita.

Mamme che lavorano, magari felici di poter riservare a se stesse e al loro bambino qualche mese libero dall'attività lavorativa, ma combattute tra il bisogno di stare con il bambino e l'esigenza (per motivi economici o di realizzazione personale) di tornare a lavorare. Ne scaturisce spesso, fin dai primi mesi, e al di là delle normali vicende di reciproco adattamento nel legame madre-bambino un intreccio di "sensi di colpa" che accumula sul bambino aspettative eccessive non naturali rispetto al suo funzionamento: da quando sono piccolissimi l'aspettativa è, comunque, che non piangano, siano allegri, in gamba, in grado di stare volentieri con tutti. Perché "se il mio bambino sta bene, io mamma mi sentirò meno in colpa a lasciarlo". In questo modo, da subito, rischia di instaurarsi intorno ad un piccolo una dinamica narcisistica poco sana, snaturante la genitorialità, che rende problematica per il bimbo l'integrazione armonica di sentimenti non solo positivi, dell'aggressività, delle fragilità, giacché, in questa ottica, il buon

funzionamento di un bambino risulta finalizzato non tanto o non solo alla sua personale progettualità di vita, ma in primis a confermare il mio valore come buona mamma.

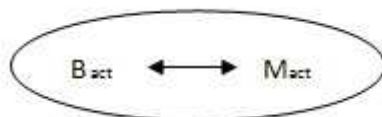
E ancora, mamme non pienamente serene nella vita di coppia, destabilizzate dai cambiamenti socioculturali relativi ai ruoli maschili e femminili, poco sostenute e motivate a dare uno spazio al padre pur consapevoli dell'importanza fondamentale di questa figura nella dinamica di crescita di ogni bambino.

Così, al di là di una enfattizzazione e valorizzazione culturale della prima infanzia, sconosciuta alle mamme e ai papà anche solo di tre o quattro generazioni precedenti, i genitori sembrano trovarsi oggi in condizioni di grande incertezza, nella necessità di interpretare in modo troppo individuale e a volte isolato, un ruolo genitoriale lungo percorsi non più sostenuti da modelli psicopedagogici codificati dalla tradizione. Con il rischio inconsapevole, alimentato dalla cultura narcisistica imperante, di instaurare con i loro bambini, relazioni non utili o non favorevoli alla loro evoluzione psicologica e allo stare bene dell'intera famiglia.

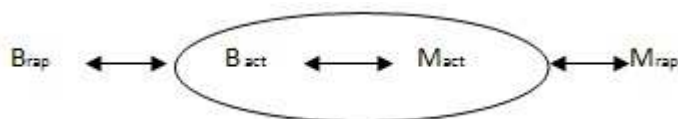
In questo contesto, tratteggiato qui solo a linee necessariamente sommarie, appare chiaro come l'attività in acqua nella primissima infanzia avrebbe la possibilità di collocarsi come una tra le tante "trovate" commerciali che promettono ai genitori attività utili al bambino in termini di competenze che gli serviranno in futuro (imparare a nuotare, come imparare l'inglese o il computer, ecc) nell'ottica, prima citata, di un'accelerazione e ottimizzazione di alcuni aspetti dello sviluppo e come "cosa buona" da proporre per sentirsi buoni genitori.

Ha invece la possibilità, come emerge con chiarezza dai lavori di questo Congresso e dagli innumerevoli contributi di riflessione teorico-pratica in questo ambito, di qualificarsi come prezioso luogo di esperienza e di crescita per i piccoli nel percorso di costruzione di sé. Ma non solo. L'attività in acqua concepita secondo l'ottica condivisa in questo Congresso si pone anche come spazio privilegiato per accompagnare e sostenere i genitori nella loro relazione con il bambino.

Facciamoci aiutare di D. Stern, uno dei più interessanti studiosi contemporanei della prima infanzia, nell'articolare il senso di questa affermazione. Nel suo libro "La costellazione materna" Stern utilizza come punto di partenza per le sue osservazioni finalizzate alla comprensione, al sostegno ed eventualmente alla presa in carico terapeutica della coppia madre-bambino un semplice modello che può essere utile per visualizzare la relazione madre-bambino o madre-padre-bambino nella sua complessità e flessibilità.

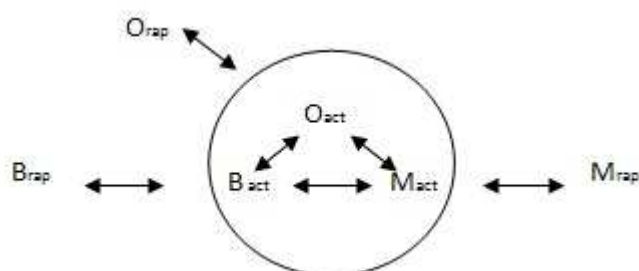


Al centro del modello si trova l'interazione tra la mamma e il bambino¹. L'interazione è costituita dai comportamenti manifesti di ciascuno dei due in risposta al comportamento dell'altro. Si tratta dunque di ciò che è visibile, udibile, osservabile dall'esterno, in termini di azione reciproca. La relazione tra la mamma e il bambino non è tuttavia riducibile all'interazione manifesta che ne è l'espressione visibile. Ciò che caratterizza la relazione mamma-bambino e qualsiasi relazione è al contempo una dimensione interiore che rimanda alle molte "lenti" personali dei partecipanti all'interazione: "le lenti delle fantasie, delle speranze, delle paure, delle tradizioni e dei miti familiari, delle esperienze personali importanti, della storia di interazione precedenti, delle esigenze della vita attuale" ecc. Tutto ciò, nella relazione, caratterizza "la rappresentazione" interna, il senso dell'esperienza di interazione che mamma e bambino stanno vivendo. Il modello si arricchisce quindi comprendendo le rappresentazioni che sia la mamma che il bambino costruiscono, intrecciando tra l'altro vissuti, sensazioni e rappresentazioni attuali e passate, in una dinamica di reciprocità e continuità tra esterno e interno, interazione e rappresentazione, per cui un livello influenza e modifica continuamente l'altro.



¹ Per semplicità si parlerà qui della diade madre-bambino, ma un discorso analogo potrebbe essere fatto sulla triade madre-padre-bambino. Il riferimento bibliografico relativo al modello citato è D. Stern, *La costellazione materna*, Boringhieri, 1995, pagg. 20 e sgg.

Quando la diade madre-bambino entra in contatto con una persona che si inserisce nell'interazione con e tra i due è necessario completare in questo modo il modello,



tenendo presente che è da considerare, anche per l'operatore in questione, sia l'aspetto del comportamento manifesto, che l'insieme delle "rappresentazioni" personali e professionali che intervengono, influenzano e sono influenzate nella relazione con il bambino e la mamma.

In questo modello, fa notare Stern, tutti gli elementi, interni ed esterni, sono sempre presenti, operanti e interdipendenti, in modo che, e questo è l'aspetto più interessante per noi, qualsiasi intervento che modifichi un qualsiasi elemento finirà per modificare anche tutti gli altri. In questo modo, secondo il modello sopra descritto, possiamo pensare che l'operatore che lavora in acqua con il bambino e la mamma si può collocare all'interno del cerchio che rappresenta l'interazione manifesta. Il lavoro in acqua infatti non prevede ovviamente interventi che direttamente possano riferirsi alla complessità delle rappresentazioni, fantasie, paure, ecc che attengono al mondo interno dei partecipanti all'interazione. Possiamo tuttavia pensare, e constatare nel quotidiano, che ogni intervento/azione posta nel campo madre-bambino avrà a che fare e influenzerà non solo l'azione, l'operatività, la competenza acquatica (in questo caso), ma la relazione stessa nella sua complessità di comportamenti, vissuti, sensazioni, ricordi, ecc.

In questo senso senza snaturare la specificità dell'operatore in acqua, attribuendogli competenze e compiti che non ha, è importante comprenderne la presenza come facilitatore della relazione madre-bambino in grado di contribuire efficacemente, o anche di ostacolarne, l'evoluzione positiva.

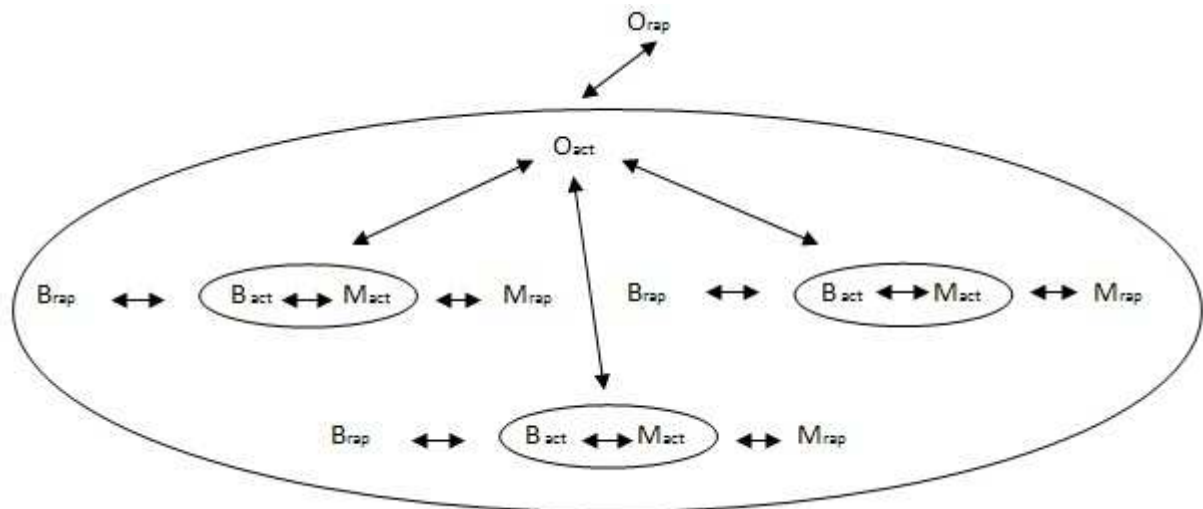
L'intervento si pone infatti a quel livello che sappiamo fondamentale e fondante nel legame bambino-genitore che è l'esperienza di piacere nel contatto corporeo, nell'essere sostenuti e lasciati andare, nello sperimentarsi gradualmente autonomo nel movimento e nell'esplorazione degli oggetti e dell'ambiente. Molto si è detto, anche in questa sede sul significato che questo di esperienza riveste per un bimbo in crescita. Ma vorrei sostenere qui quanto possa essere importante per i genitori questo spazio di piacere vissuto con il loro bambino come possibilità di rassicurazione circa le proprie capacità genitoriali, come luogo in cui sperimentare la propria possibilità di farlo star bene e sostenerlo nell'incontro con la realtà, come tempo dedicato esclusivamente all'ascolto, alla scoperta dei bisogni, dei vissuti, dei ritmi, delle modalità comunicative non verbali, delle specificità individuali del proprio bambino. E tutto questo accettando di mettere personalmente in gioco, in acqua, la propria possibilità di relazione a livello corporeo e tonico-emotivo, in una dimensione di scambio emotivo di grande intensità con il proprio piccolo.

Pensando all'esperienza in acqua come luogo privilegiato per la relazione madre-bambino e al ruolo dell'operatore come facilitatore della relazione, è da sottolineare inoltre come la dimensione gruppale di quest'esperienza costituisca un'ulteriore fondante possibilità di crescita sia per i genitori che per il bambino. Sappiamo infatti che per il bambino è presente da subito l'interesse per i coetanei, pur permanendo fino ai 2-3 anni il riferimento sostanziale all'adulto con una limitata possibilità di accedere alla relazione con i pari. Sappiamo anche che il genitore nasce e cresce nella relazione con il proprio bambino, ma soprattutto in quella con le altre figure genitoriali. Nello specifico la madre si costruisce e definisce come tale nel confronto con la propria figura materna, ricuperando vissuti, esperienze, sensibilità di figlia e nell'incontro/confronto con le altre madri. Un incontro capace di trasmettere competenze nella cura, modalità, strategie, che ogni mamma ha a disposizione come "risorsa innata", ma che richiede comunque

di essere sollecitata, attivata, riscoperta, sostenuta dalla presenza, ancor più che dal consiglio, di altre donne impegnate con il loro bambino.

Da questo punto di vista, l'esperienza in acqua, a partire dal tempo preziosissimo e delicatissimo dello spogliatoio, può rappresentare un momento ricco di suggestioni nella relazione della madre con altre madri e con gli operatori, con la possibilità di condividere l'attenzione ai bambini, di arricchire le capacità di lettura emotiva e di aggiustamento tonico in un'atmosfera di calma e di gioiosità. Senza trascurare, come nel quotidiano di casa, l'attenzione agli aspetti tecnico-organizzativi (la disposizione degli spazi, degli arredi, dell'ambiente, il tempo della doccia, l'ordine delle cose, ecc) non importanti in sé, ma in quanto cornice facilitante e contenente la relazione.

Ritornando dunque al nostro modello iniziale, considerando la dimensione grupitale dell'esperienza, potremmo rappresentarla più o meno così.



Ritroviamo così l'operatore in acqua al centro di relazioni complesse, ad altissima intensità emotiva in una posizione di responsabilità relativamente a tutto ciò che accade nell'interazione di gruppo tra genitori e bambini. Un compito non facile, impossibile da gestire nella sua pienezza soltanto ricorrendo alle pur fondamentali competenze tecnico-acquatiche e/o ludico ricreative. Per avere infatti la possibilità di porsi come facilitatore delle relazioni (nel senso che abbiamo tentato di mostrare), può essere estremamente importante un'attenzione (e forse una formazione specifica e permanente) proprio all'aspetto emotivo relazionale, con riferimento, per ogni diade madre-bambino non agli elementi rappresentazionali in campo (che è utile comunque raccogliere per lo meno sommariamente al momento dell'iscrizione dei bambini all'attività) ma alla possibilità di cogliere e decodificare l'interazione (come comportamento manifesto) in termini di emozioni e vissuti nella loro dimensione qualificante il benessere o il malessere della relazione nella primissima infanzia.

In questa ottica si tratta di riconoscere come importante la consapevolezza dei personali aspetti emotivi e della personale espressività psicomotoria che ogni operatore mette necessariamente in gioco nell'incontro con genitori e bambini, accompagnata dal controllo e dalla serena vigilanza sui personali sentimenti positivi o negativi che ogni incontro suscita (genitori e/o bimbi simpatici, antipatici, belli e gradevoli, ma anche difficili e sofferenti). Si tratta infatti di ricordare che ognuno entra nella relazione con una propria storia affettivo-emotiva che è al contempo possibilità e limite per differenziare emozioni personali e altrui e per leggere correttamente, a partire dall'interazione, segnali di benessere o malessere emotivo. Proprio questo aspetto, cioè la capacità di contatto con le proprie emozioni e le emozioni dell'altro e l'attenzione a leggere l'interazione anche nella sua componente emotiva per la mamma, il bambino e l'operatore, in un lavoro permanente di comprensione dell'esperienza corporea anche come esperienza mentale, può permettere all'operatore di intervenire con maggiore consapevolezza ed efficacia nell'orientare al benessere le relazioni madre-bambino che quotidianamente si incontrano nell'attività in acqua.

Oltre alla consapevolezza degli aspetti emotivi personali e non presenti nella relazione sembra importante nella formazione dell'operatore una competenza teorica relativamente a quanto emerge dagli attuali studi di psicologia dello sviluppo circa i segnali di benessere e di malessere del bambino nella primissima infanzia. Riportiamo in questa sede alcuni punti, che meriterebbero momenti di trattazione certo più prolungati, ma che possono avere qui la funzione di orientamento ad inquadrare risorse e possibilità di crescita psicologica di ogni coppia madre-bambino, indicando altresì problematiche rispetto alle quali il lavoro in acqua può avere un'utilità, ma non essere sufficiente a superare il disagio nella relazione bimbo-genitori. Possiamo avvalerci, a questo proposito, delle osservazioni sintetiche emergenti dal contributo teorico-pratico del Centro Pikler di Parigi, riportando due elenchi relativi ai segnali di benessere e malessere dei bambini 0-3 anni.

SEGNALI DI BENESSERE

- capacità di esprimere e soddisfare i propri bisogni
- capacità di dare segnali di comunicazione chiari
- capacità di avere un ritmo regolare
- interesse per il proprio corpo
- interesse per il mondo esterno e per il gioco
- buona tonicità
- capacità di autoconsolarsi
- capacità di ritrovare punti di riferimento nella presenza di un adulto familiare
- capacità di differenziare tra le persone conosciute e quelle non conosciute
- capacità di "esserci" nella relazione con gli altri bambini e con l'adulto

SEGNALI DI MALESSERE

- pianto prolungato o assenza di pianto
- il corpo è mezzo di espressione di malessere
 - ✚ alimentazione (rifiuto del cibo, disinteresse, troppa richiesta di cibo, vomito, rigurgito)
 - ✚ stati di vigilanza (ipervigilanza, perdita della capacità di autoregolarsi, sguardo fisso, ipovigilanza)
 - ✚ sensibilità alle malattie (malattie continue, febbri improvvise, crescita staturo/ponderale)
 - ✚ tonicità (ipotonia o ipertonìa)
 - ✚ movimento (povertà di movimento, troppo movimento, regressioni nello sviluppo psicomotorio, stereotipie, autoerotismo)
- attività e comportamento esplorativo
 - ✚ iperattività/dispersione
 - ✚ inibizione
 - ✚ atteggiamento rinunciatario
- segnali relazionali
 - ✚ assenza di manifestazioni di piacere o dispiacere
 - ✚ ritardo nell'apparizione del sorriso o della reazione di angoscia all'estraneo
 - ✚ lo sguardo
 - ✚ richiesta affettiva indifferenziata

Penso che, leggendo anche solo affrettatamente questi punti, l'esperienza di ognuno possa riportare alla mente immagini di bimbi e di genitori che hanno potuto essere aiutati e sostenuti in uno stare in relazione che ottimizza le risorse di ognuno e costruisce, differenziandole, le identità del bimbo e del genitore. È possibile altresì che l'esperienza rinvii a bambini sofferenti, inquieti, disturbati nella loro relazione con le persone e con le cose. Lì sappiamo che l'attività in acqua, alle condizioni sopradescritte, può essere area privilegiata di "esperienza emotiva correttiva" rispetto a modalità relazionali che non sono state o non sono adeguate ad una buona crescita psicologica. Ma sappiamo anche che può essere insufficiente lavorare a

livello dell'interazione manifesta. Sarà necessario inviare a spazi specialistici di ascolto e di lavoro psicologico che possano aiutare la relazione genitore-bambino a partire dalle loro "rappresentazioni".