

L'INCONTRO, due soggetti che si integranoL'INCONTRO,due soggetti che si integrano*Di: Federica Clapis*

*A modo tuo, andrai, a modo tuo.
Camminerai e cadrà, ti rialzerai,
sempre a modo tuo.*

*Sarà difficile diventare grande, prima che
Lo diventi anche tu.*

Io nel mio piccolo tento qualcosa, ma sarà il poi il modo tuo...

Ecco cosa mi viene in mente quando penso ad un colloquio: un INCONTRO, tra due entità tra due individui, tra due menti, tra due corpi che hanno la necessità di integrarsi per potersi comprendere.

L'INCONTRO come diceva Chassagny, è quel momento in cui lo spazio e il tempo divengono comuni, in cui non vi è giudizio, ma emozione. Senza emozione non si può stare con l'altro, senza trasporto non è possibile condividere.

Partendo dal fatto che ogni nostra esperienza influenza quelle successive, proverei a fare un excursus sui diversi incontri significativi che facciamo durante la nostra crescita e che non dobbiamo dimenticare quando nella nostra professione di operatori e terapisti incontriamo l'altro sia esso il bambino sia esso il genitore.

Il primo incontro vero che facciamo è quello con il materno, così profondo e così intenso se ripensiamo alla Mahler la quale sosteneva che l'aspetto simbiotico è importante, quasi psicotico nel primo periodo di vita, ma così funzionale poiché consente in un tempo successivo la separazione.

La separazione di pensieri e di intenti in cui vengono integrate tutte le parti di sé, quelle buone e quelle cattive come il "seno" della Klein, quando dopo un momento di intenso attaccamento il bambino entra in una condizione depressiva poiché comprende che nella persona amata, desiderata e divorata, vi sono due parti imprescindibili, che possiede anche se stesso. Fare i conti con l'integrazione di parti differenti, che non vengono giudicate e accolte è assai complesso eppure funzionale, se ripensiamo a Winnicott che ha sempre osservato nei bambini la capacità di autocura e di autoterapia se l'ambiente è sufficientemente buono, perché l'individuo nasce con grandi capacità di riparazione e di resilienza. Deve solo scoprirle dentro di sé.

In tutto questo rivediamo i nostri bambini e le famiglie con cui ci confrontiamo quotidianamente: essi ritrovano questo primo incontro attraverso noi, momenti fatti di paure, tensioni e proiezioni, ma quando vi sono un clima di sicurezza e fiducia come nella pratica PRL, allora diventa più semplice accogliere i diversi spazi affettivi, che troveranno anche il tempo per separarsi e lasciare andare, riscoprendo quel senso di autoefficacia che appartiene a noi esseri umani.

L'INCONTRO, due soggetti che si integrano

Questi vissuti tra bambino e materno, credo possano essere inseriti in un contesto terapeutico nel quale gli operatori INCONTRANO l'altro, l'altro che possiede le parti del bambino, dell'adulto e del genitore (intesa come parte di sé regolativa).

Ecco la parte del bambino, perché in questo primo momento l'operatore ascolta la domanda e il bisogno, condizioni che ricercano un contenitore fatto di attaccamento, accoglimento, alleanza e simbiosi iniziale con l'altro. Perché prima di iniziare ad esporsi e quindi mettere in pratica l'individualizzazione e la separazione, è necessario legarsi fortemente, allearsi in toto e ritrovare così le parti affettive che danno sicurezza. L'operatore in questo senso effettua un rêverie, momento nel quale accoglie, ascolta, non giudica e cerca di mettere in luce le parti positive dell'altro.

Tanto che Chassagny poneva la seguente domanda: "Se vi chiedo di salire le scale con un carico così pesante, consapevoli del fatto che non lo potreste reggere, cosa fareste? Probabilmente lo lascereste e abbandonereste la situazione. Ma se lì ci fosse qualcuno con cui condividere qual carico, ci sentiremmo più sicuri e meno spaventati di arrivare alla cima..." È proprio così che s'incontra l'altro, permettendo di non sentire il peso e la fatica di affrontare tutto da soli: ritorna così il senso dell'attaccamento sicuro che dà la possibilità di lasciare andare in un clima di fiducia che consente l'apertura e la "cura".

Si passa poi in un secondo momento all'incontro con la parte adulta e genitoriale, nella quale si esplicitano i propri bisogni, le proprie difficoltà e il contesto di vita nel quale si vive, tra amicizie, lavoro e famiglia, con le relative responsabilità. E così si dà vita alla differenziazione in cui entrano in gioco le parti buone e meno buone del sé, le parti faticose e quelle più paurose, lasciando emergere emozioni che vengono accolte, masticate e restituite, così da renderle meno pesanti e pressanti. L'operatore, con la sua distanza emotiva che allo stesso momento è però empatia, consente all'incontro di essere parte mentale ed emozionale integrata, nella quale si giocano momenti di vicinanza e lontananza in cui ognuno può cercare la propria soluzione, la propria strategia per potersi sentire (come persona, emotivamente e fisicamente) meglio. Questo sentirsi meglio promuove la "rinascita", il benessere di un nuovo individuo che accoglie e accetta le sue peculiarità e le riconosce in un tempo e in uno spazio.

Nella pratica PRL, questo si traduce come il riconoscimento del sé, attraverso il comportamento e il rispecchiamento nell'altro: se le restituzioni che vengono inviate al bambino e alla sua famiglia sono funzionali all'interno delle proprie dinamiche personali, l'immagine che loro avranno del sé sarà di persone efficaci e competenti.

Questo aumenta la propria autostima e la possibilità di sperimentare altro, al di fuori di quel cerchio vizioso in cui sono stati fermi per diverso tempo.

Comune è sentire l'altro che comunica: "mi sento meglio perché sono stato ascoltato", ecco qui la nuova parte di bambino che va allietata in cui l'ascolto attivo consente una trasformazione, perché nella società di oggi, sembra che solo i bambini debbano essere ascoltati. Dimentichiamo che in ognuno di noi c'è quel bambino, che senza vergogna ha bisogno ancora di questo momento, che ha la funzione di integrare nuovi pensieri e un nuovo benessere sia a livello psichico, ma anche a livello organico: il benessere aiuta tutto il sistema cerebrale a funzionare con maggiore motivazione. E la motivazione è la spinta di vita, quella che i bambini ci mostrano a due anni circa,

L'INCONTRO, due soggetti che si integrano

la loro motivazione è così forte che portano noi adulti a comprenderla e forse anche a ricercarla. Senza motivazione, l'individuo è perso. E per mezzo dell'incontro, ogni essere umano può ritrovare la propria motivazione, in base al bisogno del momento.

Vorrei riportare qui di seguito, un INCONTRO, un primo colloquio con una mamma di un bambino a cui è stato proposto un percorso psicomotorio da parte della scuola dell'Infanzia. La scuola come committente, ha osservato nel bambino difficoltà di relazione con l'altro, regressione e manifestazioni di disagio cognitivo in alcuni compiti assegnati.

La famiglia seppur con qualche resistenza, ha accolto la proposta della scuola e si è affacciata alla cooperativa per la quale lavoro da diverso tempo come psicomotricista:

Aprile 2016: conosco la mamma e RC circa un mese e mezzo fa, quando una collega psicoterapeuta, suggerisce alla mamma e al papà che il loro bambino ha bisogno di effettuare un percorso psicomotorio.

Loro accolgono e sono io per l'èquipe, la psicomotricista che dovrà seguire RC.

Prima di effettuare un nuovo colloquio con la famiglia, mi prendo il tempo (circa 4/5 sedute) di incontrare RC e iniziare a conoscerlo per fare in modo che si possa creare con lui un'alleanza, un incontro in cui conoscersi ed esplorarsi.

Vedo quindi in sala d'attesa la mamma e il bambino. RC è solare e ha due grandi occhi vispi. Accetta fin da subito la mia presenza ed è desideroso di entrare in stanza.

La mamma invece, si dimostra in ansia, fa fatica a lasciarlo solo e anche quando deve andare ai servizi, la mamma lo segue e lo accudisce (forse per paura che si sporchi o che lasci il bagno sporco...). Penso che ogni tempo e ogni spazio vengano scavalcati. Queste modalità difensive mi fanno venire in mente la fatica nel lasciare andare e la paura di esser giudicati dall'altro, come "non buoni" e "non adeguati alla situazione".

Qui dal mio punto di vista, entra il concetto di cornice, che è il contenitore: RC che ha 4 anni e mezzo, si dimostra un bambino capace, consapevole e creativo. Dimostra di possedere in sé tutte le competenze per crescere sia a livello fisico sia a livello emotivo e lo dimostra nella struttura che dà al gioco e nella struttura che dà al disegno. Poi dentro questa cornice, ben delineata, subentra il caos, quello di chi non ha un tempo e uno spazio. Quello di chi ha avuto difficoltà a separarsi. Quello di chi sente che qualunque sua azione possa essere distruttiva e infatti, quando non si sente pronto o capace o quando sente che potrebbe esplodere, si blocca. Un blocco dettato dalla mancata percezione di tenere insieme la parte buona e la parte cattiva o come direbbe la Klein il seno buono e il seno cattivo che solo per mezzo della rêverie materna può trovare l'integrazione e la riparazione. RC è rimasto ancorato solo alla scissione e quando le situazioni sono, dal suo punto di vista positive, tutto procede senza troppi intoppi. Quando invece la situazione appare avversa, emergono la negazione e il blocco perché ogni mossa potrebbe essere distruttiva verso chi RC ama.

Vedo la mamma al colloquio di restituzione. È sorridente, ma molto agitata. Il suo atteggiamento non verbale mi comunica il disagio, quello che sente una bambina quando non si sente al sicuro e

L'INCONTRO, due soggetti che si integrano

che vorrebbe scappare: continua a sistemarsi capelli e camicetta e comunica tutto d'un fiato. Continua a scusarsi del fatto che il marito ha avuto un impegno improvviso di lavoro. Cerco di rasserenarla, comunicandole che con il papà di RC avremo modo di incontrarci un'altra volta e che quanto ci diremo potrà raccontarlo lei in qualità di mamma e di moglie. Mi chiede cosa ho visto in RC e con molta delicatezza le parlo della cornice ben strutturata e di un interno confuso, come se facesse fatica a mettere un pensiero proprio non perché non ne sia in grado, ma perché c'è qualcosa che lo disturba e che non riesce a permettergli di trovare una forma, ovvero un tempo e uno spazio d'azione. La mamma dice che loro due sono molto legati, RC è il terzo dopo due figlie femmine, molto autonome e indipendenti, ormai adolescenti (14 e 11 anni). Inoltre RC è stato allattato fino a 3 anni, così comunica la signora, soprattutto la sera, perché era l'unico modo per addormentarsi. Ragioniamo sul fatto che le fatiche alle volte in una famiglia sono molte e che talvolta per stanchezza e sfinimento usiamo metodi e strategie che ci portano un po' di serenità, ma che forse ben sappiamo non essere del tutto adeguate con lo sviluppo del proprio bambino. Quindi benchè vi sia stato un buono svezzamento e RC abbia raggiunto il controllo sfinterico in tempi adeguati (intorno ai 2 anni e mezzo) e quindi autonomie e gestione del sé (controllo, trattenimento e rilascio) siano state positive e le indicherei come la cornice, è rimasto quel senso di attaccamento forte che non ha lasciato spazio ad una separazione nella quale poter tenere insieme e integrare le diverse parti del sé. Inoltre che anche di fronte ad una frustrazione, ci sia sempre la possibilità di riparare.

Ragionando su questo aspetto, la mamma fa collegamenti anche con la scuola: molto capace quindi di generalizzare il pensiero e inserirlo in altri contesti, consentendo alla sua parte adulta e genitoriale di emergere in modo sintonico e adeguato alla realtà.

A scuola RC alle volte si rifiuta di lavorare con grandi negazioni, piange o si mette in un angolo. Questo ci dimostra che una situazione che dal punto di vista di RC risulta avversa, non riuscendo a tenere insieme la sua parte buona e la sua parte cattiva, preferisce abbandonare e ciò gli suscita un forte dolore. Ma piuttosto che deludere e distruggere la persona amata (in questo caso l'insegnante) preferisce fermarsi negando la relazione e quindi la possibilità di riparare. Perché RC non conosce questo aspetto dell'IO e della relazione che subentra con l'ALTRO.

RC inizia ora a crearsi un suo tempo e un suo spazio: chiede che giorno è e quali attività farà a scuola. Questo è il suo contenitore che alla mamma sembra bizzarro. Invece è il modo dei bambini di tenere insieme i pezzi e dare un senso alla loro giornata. Uno degli strumenti importanti per una crescita sufficientemente buona, come direbbe Winnicott, è la possibilità che ogni bambino conosca la sua dimensione e per farlo ha bisogno di un adulto come guida, che contiene, ma senza sopraffarlo. Dare un senso alle giornate, permette di fornire una struttura e un routine che sono alla base delle costruzioni del sé.

Inoltre fornire un'alternativa ad alcune situazioni frustranti, può risultare utile nella comprensione inconscia di una riparazione: RC non sempre accetta le variabili. Fornire una spiegazione su un piano di realtà e dare l'alternativa agli elementi in atto, consente di riparare e ri-costruire così che il pensiero non resti nella sua parte e caratteristica distruttiva. Ad esempio, la mamma mi racconta che una volta, in classe, non è stata messa la musica durante una pausa (d'abitudine lo fanno...)

L'INCONTRO, due soggetti che si integrano

perché una bambina voleva raccontare un fatto importante a lei accaduto. Questo ha generato in RC il rifiuto di lavorare e ascoltare perché non se lo aspettava. L'insegnante ha semplicemente comunicato che quel giorno sarebbe andata così. Ciò non ha soddisfatto il sé di RC, anzi, ha ampliato il suo pensiero distruttivo nei confronti della persona amata (insegnante) e da qui la negazione. RC non è riuscito a trovare la sua alternativa e non ha accettato un cambiamento, seppur banale e semplice della sua quotidianità.

Per alcuni bambini funziona anche una spiegazione semplicistica, quando vi è stato un attaccamento sicuro, come direbbe Bolwby, il quale consente di separare eventi ed emozioni in modo lineare e trovare quindi un'alternativa propria. Per altri, ciò non basta ed è necessario fornire una spiegazione più ricca, perché il loro stile di attaccamento è stato insicuro e il pensiero personale non ha potuto emergere, ma è necessaria ancora una guida che lo mantenga in carreggiata. Nell'evento sopra descritto, avrebbe potuto essere funzionale comunicare che in quel momento non avrebbero ascoltato la musica, ma che lo avrebbero fatto in un altro momento, perché l'insegnante è a conoscenza di quanto la musica piaccia. Forse ciò come alternativa e riparazione, avrebbe messo nelle condizioni RC di formulare un pensiero proprio, anche come sicurezza del fatto che non tutto si può fare sempre e subito. Per ogni cosa ci sono dei tempi e degli spazi e lo spazio alla musica che a lui rilassa, sarebbe arrivato ma solo un po' dopo (prolungamento del tempo, riconducibile all'allattamento nel quale il bambino struttura un a percezione emotiva interna).

La mamma esce dal colloquio più rilassata, non si tocca più i capelli e la sua stretta di mano diventa più sicura. Ci siamo incontrate per mezzo del suo bambino e insieme abbiamo cercato di capire cosa in lei più faticoso poteva essere trasformato per consentire anche a RC di trovare una trasformazione.

E RC in terapia sta facendo la sua autoterapia, nella quale si indica come l'AGGIUSTA TUTTO: ha capito perfettamente qual è la sua fatica, quella di integrare e tenere insieme e per mezzo del gioco, cerca le sue riparazioni...

Questo breve scritto, per entrare in quel contesto di **INCONTRO** con l'altro, che appare semplice, ma che richiede tempo, comprensione e attenzione.

Un incontro che alle volte è diretto, altre volte portato, ma dal quale ogni parte (sia operatore sia utente) impara, cresce e si permette qualche piccola modifica del suo aspetto psico-fisico.