

RIFLESSIONE DI UNO PSICOLOGO SULLA VALUTAZIONE DELLE COPPIE ADOTTIVE

di Carmine Pascarella

Quelle che seguono sono alcune riflessioni da parte di uno psicologo rispetto agli strumenti a disposizione dei professionisti dell'adozione in merito al processo di conoscenza della coppia aspirante all'adozione. Non hanno la pretesa di completare quanto ci ha insegnato Jesus Palacios, nel suo Manuale degli interventi professionali in adozione, tradotto dalla Regione Emilia-Romagna. Si tratta di considerazioni che afferiscono prevalentemente ad un atteggiamento clinico piuttosto che valutativo, sperando che tali atteggiamenti si intreccino in una visione la cui dimensione storica possa essere sostenuta dalla funzione di mentalizzazione.

Il pensiero di Fonagy mi sembra illuminante e sintetizzabile nel suo famoso motto: "Tenere a mente la mente". Si tratta di favorire un atteggiamento che consenta di "*sentire i pensieri*" e "*pensare i sentimenti*". Mi rendo conto di essere un po' sintetico, ma se c'è l'interesse ad approfondire il pensiero di Fonagy, si può trovare l'occasione per parlarne.

In questa riflessione ho fatto riferimento anche a Benoît Rancourt e al suo testo "*L'ombra del passato*" (2002) che mi ha stimolato nel cercare di operationalizzare le più moderne concettualizzazioni metacognitive.

L'ipotesi dalla quale sono partito è riferibile al fatto che dentro ogni genitore esiste un bambino ferito e che tali ferite si sono costruite nella relazione con i propri genitori.

"*Sei proprio un somaro!*", "*Non farai mai niente di buono nella vita!*", "*Non capisci niente!*", "*Sei un buono a nulla!*", " , rappresentano occasioni che lasciano il segno nella mente del bambino e che danno voce a un genitore interno svalutante la cui eco si protrarrà fino all'età adulta.

La mancanza di sensibilità e responsabilità del genitore faranno da tessuto connettivo dando ancora più spessore a questi atteggiamenti svalutanti.

Il processo maturativo implica l'affrancarsi da queste voci critiche, evitando che l'introiezione dello sguardo parentale critico diventi il nostro attuale sguardo. Se questo processo di affrancamento non avviene, tendiamo ad infliggere le ferite che abbiamo ricevuto.

La nostra capacità di mentalizzazione deve aiutarci a distinguere e mettere in ordine queste voci e giudici interni.

Se non impariamo a valorizzare il genitore internalizzato come amorevole a detrimento del genitore svalutante, il: "*Non riuscirai mai a fare nulla di buono nella tua vita!*", si tradurrà in: "*Non riuscirò mai!*".

Come potrà funzionare l'autostima, se un genitore critico interno persiste nello svalutarti?

Alice Miller in "*La rivolta del corpo*" mette in discussione il concetto di riparazione e di perdono clinico del genitore negligente o, peggio, maltrattante e della sua relativa imago parentale internalizzata. Il IV comandamento: "*Onora il padre e la madre*", può prescrivere un comportamento, ma non le emozioni che possono rimanere ostili nei confronti dei genitori. Il non riconoscerle non significa cancellarle: esse rimangono operative fino a determinare una *rivolta del corpo* attraverso la malattia. Per contro il riconoscerle consente il processo di affrancamento dal genitore svalutante.

Domande come: "Mi sono veramente sbagliato?", "Di che cosa ho paura?" permettono di posizionare le responsabilità. Il senso di colpa provato per un rimprovero può essere attribuito, attraverso la consapevolezza, all'incompetenza parentale.

L'essersi liberati da figure parentali giudicanti e svalutanti, per approdare ad una reale accettazione di sé, apre gli scenari ad una nuova presenza genitoriale.

Ecco alcuni interrogativi che possono aiutare l'operatore a far luce sull'auspicabile differenza che ci deve essere fra il "genitore critico" e il "genitore amorevole", operanti nel mondo interno dei nostri candidati genitori adottivi:

- *Chi sta parlando dentro di noi?*

- *Chi ci sta giudicando interiormente?*
- *Chi persevera nel maltrattarci?*
- *Da dove vengono queste voci che continuano a farci stare male?*
- *Come ci si può liberare da questo sguardo parentale che ci ha feriti nella nostra infanzia?*
- *I miei genitori erano sufficientemente competenti per assumere le responsabilità genitoriali?*

Riuscire con consapevolezza a distinguere il genitore svalutante, mentalizzando una propria autonoma capacità di essere presente nella relazione in modo empatico, significa aver compiuto un passo decisivo verso una presenza sensibile e responsiva.

Per evitare di far soffrire attraverso chi ci ha fatto soffrire dobbiamo chiederci:

- *I miei genitori erano sensibili nei miei confronti?*
- *Manifestavano un'adeguata affettività nello svolgimento delle loro funzioni genitoriali?*
- *Sono veramente inadeguato come credo o porto dentro di me le conseguenze di una incompetenza parentale?*

L'eredità affettiva tende a riproporsi attraverso gli schemi relazionali che caratterizzano i Modelli Operativi Interni sottesi sia ai legami di attaccamento, ma anche alle ferite patite dal nostro Io (esempio, si tende a cercare una persona maltrattante quando si sono vissute esperienze di maltrattamento).

È necessario guidare la coppia nel ripensare alla qualità della presenza dei genitori, quando i coniugi erano ancora bambini.

1. La funzione protettivo-educativa dei futuri candidati all'adozione

Gli obiettivi della funzione protettivo-educativa sono:

- favorire la **sicurezza fisica** e **affettiva** del bambino necessaria per stabilire il legame di attaccamento
- **Protezione** dai sentimenti di abbandono, di rigetto, di solitudine e di paura

La funzione protettivo-educativa si realizza attraverso:

- contatti fisici
- contatti visivi
- contatti uditivi
- contatti interattivi
- comprensione empatica
- consolare e rassicurare
- disponibilità affettiva e temporale
- prossimità affettiva e fisica

In questa dimensione le ferite possono generarsi attraverso:

- presenza soffocante che si oppone al bisogno di autonomia

- negligenza e trascuratezza che determinano attaccamenti insicuri e disistima del Sé, nonché mancanza di fiducia di base
- generazione di un figlio compensatorio di vuoti narcisistici dell'adulto

Le domande che indagano questa funzione nella biografia dei candidati all'adozione sono:

- *Mi sono spesso sentito di troppo o di disturbo?* (“Non fare rumore”, “Stai tranquillo”, “Aspetta!”)
- *Ho potuto vivere pienamente la mia condizione di bambino?* (“Sii ragionevole”, “Non piangere”, “Smetti di correre”, “Smetti di saltare”)
- *Mi sono spesso sentito colpevole?*(“E’ colpa tua se non sto bene”, “Se sono stanco”, ...)
- *Ho vissuto situazioni minacciose e di paura per costringermi ad obbedire ?*(“Aspetta che ti prenda”, “Aspetta che torni tuo padre, vedrai!”)
- *Ho avuto esperienze di violenza fisica o verbale?*
- *Sentivo il diritto di parlare e di giocare con i miei genitori?*
- *Ho sperimentato vissuti abbandonici?*

2.La funzione delimitante nell'infanzia dei genitori adottivi

Gli obiettivi della *funzione delimitante* sono:

- garantire una **stabilità** al bambino creando un ambiente e un funzionamento **sicuro e rassicurante**
- contribuire alla costruzione della sua identità sviluppando il suo senso dei limiti

Le particolarità di questa dimensione sono:

- tutte le regole, i limiti, i valori che consentono al bambino di conoscere quello che i genitori si aspettano da lui e quello che egli può attendersi da loro, che favoriscono un contesto affettivo rassicurante
- le relazioni che svolgono all'interno di un quadro stabile, coerente e costante, lasciando poco spazio a un intervento impulsivo

La funzione delimitante-contenitiva si realizza attraverso:

- il prestare le cure al bambino a un ritmo regolare e prevedibile
- la stabilità delle figure genitoriali
- il definire limiti fisici, temporali e comportamentali

Le ferite di questa dimensione possono essere:

- imporre limiti e modi di funzionamento non adatti alle capacità del bambino
- assenza di limitazioni che conduce al lasciar fare, o per negligenza o per indifferenza, o per reazione all'aver ricevuto un'educazione troppo severa

- incertezza riguardo all'essere giuste e pertinenti le limitazioni che si impongono al bambino. Tale ambivalenza comporta incostanze e contraddizioni tra le parole e le azioni dei genitori

Le domande che indagano questo tipo di funzione delimitante-controllante vissute nella biografia dei candidati genitori adottivi possono essere:

- *le reazioni dei miei genitori erano relativamente prevedibili o dovevo adattarmi all'instabilità dei loro umori?(atteggiamento spaventato-spaventante tipico del modello di attaccamento disorganizzato-disorientato)*
- *sapevo chiaramente quello che ci si aspettava da me o non ero mai sicuro di quello che era permesso o no?*
- *c'erano contrasti di valori tra mio padre e mia madre o erano tutti e due d'accordo sulle regole da rispettare?*

3.Una terza dimensione parentale dei futuri candidati genitori adottivi può essere definita come: funzione autonomizzante

Gli obiettivi di questo tipo di funzione sono:

- favorire lo spirito di scoperta e di esplorazione
- sviluppare le base dell'affermazione e dell'autonomia, stimolando il bambino ad agire per la soddisfazione dei suoi bisogni

Particolarità di questa funzione:

- le qualità della presenza delimitante e autonomizzante sono complementari e devono essere distribuite in modo equilibrato
- è fondamentale lasciare esplorare il bambino osservandolo a distanza, senza enfatizzare il controllo
- una giusta miscela fra controllo e autonomia, potrà favorire un'autonoma capacità di soddisfare i propri bisogni da parte del bambino

La *funzione autonomizzante* si realizza attraverso:

- lasciare libero corso all'esplorazione
- favorire l'iniziativa
- aiutare a far fronte alle nuove situazioni
- rispondere alle domande del bambino
- incitare il bambino a conoscere nuovi contesti

Le ferite di questa dimensione possono essere:

- l'incapacità di riconoscere i propri limiti personali come genitore, impedisce al bambino di percepire i propri e quelli degli altri ("Quando devo proibire, fino a che punto devo tollerare?")
- i conflitti di valore tra i genitori
- la proiezione sul bambino delle proprie paure (amore iperprotettivo)

Le domande che indagano questo tipo di funzione nella biografia dei candidati all'adozione possono essere:

- *ho potuto sentirmi libero di aprirmi, di giocare, di domandare, senza che mi facesse sentire che ero di disturbo?*
- *Ho avuto un'educazione rigida in cui dovevo ottenere il "permesso" quasi per tutto?*
- *Le mie richieste erano relativamente accettate, rifiutate o, per lo meno, ascoltate?*

4. La quarta e ultima dimensione rintracciabile nella storia dei futuri genitori adottivi può essere definita come competenza mentalizzante

Gli obiettivi della *funzione di mentalizzante* sono:

- preparare il bambino al suo adattamento alla vita sociale insegnandogli le basi del funzionamento relazionale.
- Favorire lo sviluppo della sua coscienza di Sé, degli altri, delle sue interazioni, la realizzazione di una competenza autoriflessiva che gli permetta di agire in modo responsabile e appropriato alle situazioni.

Le particolarità di questa dimensione sono:

- anche se formalmente, la funzione mentalizzante si concretizza principalmente dopo l'acquisizione della parola, in realtà inizia fin dalla nascita
- il bambino si nutre interiormente di ciò che i suoi genitori sono, ancor prima di essere coscienti di quello che fanno
- la funzione mentalizzante riguarda sia il saper essere parentale che il saper fare
- il processo identificatorio già è sostenuto attraverso le altre funzioni della mente parentale. Le funzioni dell'Io, hanno le loro radici nelle emozioni del primissimo legame affettivo.

La funzione mentalizzante si realizza attraverso:

- mostrare, dimostrare
- insegnare, spiegare
- favorire la riflessione, il ripensamento su di sé e sui propri atti
- socializzare
- sviluppare l'empatia
- sviluppare il senso morale

- sviluppare il senso di responsabilità

Le ferite di questa dimensione possono essere:

- confondere l'educare con l'addestrare; usare potere di autorità o abusare del proprio potere di costrizione.
- utilizzare la paura, la violenza, il ricatto affettivo, l'umiliazione per socializzare, conduce il genitore a entrare in conflitto con il suo ruolo di protettore e a mancare nella funzione protettivo-educativa.
- in caso di abuso di potere, la relazione di fiducia e di sicurezza si trova spezzata, compromettendo allo stesso tempo gli apprendimenti ulteriori

Le domande che indagano questo tipo di funzione mentalizzante vissute nella biografia dei candidati genitori adottivi possono essere:

- *i miei genitori si interessavano dei miei risultati scolastici in maniera giusta o erano completamente indifferenti?*
- *Si sono concessi il tempo di significarmi quello che si attendevano da me o avevo l'impressione di navigare in una totale incertezza?*
- *Hanno fatto tutto al posto mio invece di darmi fiducia?*
- *Hanno avuto spesso delle esigenze che andavano al di là delle mie capacità?*
- *C'era una contraddizione tra quello che dicevano o che richiedevano da me e quello che essi stessi facevano?*
- *Hanno dato troppa importanza alle buone apparenze?*
- *Sentivano le mie preoccupazioni?*

La qualità della relazione di coppia

Facendo riferimento alle quattro dimensioni sottese alla qualità delle relazioni con i propri genitori nell'ambito della storia individuale, si può ora esplorare la storia di coppia attraverso una serie di domande.

Per quanto riguarda la funzione protettiva possiamo chiederci:

- *Sono capace di rimanere presente al mio coniuge nel momento stesso in cui ho più voglia di fuggire?*
- *Sono capace di ascoltare e di accogliere le parole del mio coniuge senza sentirmi subito criticato e trasformarmi in aggressore?*
- *Sono capace di attraversare periodi di conflitto senza rimettere in questione la relazione alla minima occasione?*
- *Sono capace di esprimere all'altro quello che ho paura di dirgli?*

Le domande che tendono a indagare l'assertività nella relazione coniugale potranno essere:

- *Posso definire chiaramente quali sono i miei valori e le mie aspettative nella mia vita di coppia ed esprimerli al mio partner?*
- *Sono capace di dire di no all'altro senza avere paura della sua reazione o sentirmi colpevole?*
- *Sono capace di esprimere quello che mi dispiace e quello che mi piace?*

Il modo di rispettarci fra i coniugi può essere indagato dalle seguenti domande:

- *Posso accordare al mio partner il diritto di pensare, di sentire secondo la sua personalità, senza voler farne un prolungamento di me?*
- *Posso evitare di controllare, di manipolare, di dominare, di colpevolizzare il mio partner perché soddisfi i miei bisogni infantili?*
- *Posso tollerare che il mio partner abbia degli interessi diversi dai miei, senza cercare di disprezzarlo?*
- *Posso rinunciare a voler cambiare il mio partner per modellarlo secondo le miei esigenze?*
- *Posso orientare la mia energia verso la mia volontà di cambiamento personale?*
- *Come posso aiutare il mio partner a conseguire gli obiettivi di cambiamento che si è prefisso?*

Come si vede, questo approccio si fonda sull'idea che la ricerca del partner sia determinata dal bisogno che questi possa riparare le ferite dell'infanzia che ognuno porta dentro di sé. In tale approccio lo studio di coppia dovrebbe essere condotto attraverso un'intervista fatta ai singoli componenti della coppia, per poi procedere, nelle fasi successive, attraverso una ricomposizione della stessa.

Questo articolo per quanto attiene alle specifiche domande costituisce una rielaborazione del testo "L'ombra del passato" scritto dallo psicologo canadese Benoit Rancourt. Il testo non era in particolare finalizzato in modo specifico a descrivere un metodo per la valutazione delle coppie adottive, però mi è sembrato utile come strumento che desse la possibilità di allargare in modo ancora più approfondito l'indagine psicologica sia della coppia che dei suoi componenti.

In relazione agli aspetti controtrasferali che si muovono nell'ambito della consultazione clinica della coppia, è utile poter pensare che questa traccia possa essere utilizzata su se stesso da parte dell'operatore in modo da favorire una comprensione più empatica del vissuto dell'altro. Infatti nel corso dello studio di coppia la mancata elaborazione dei propri vissuti può comportare che l'operatore si muova fra l'identificazione col giudice, impegnato nella ricerca della coppia ideale, il salvatore del bambino abbandonato e il guaritore della ferita procreativa derivante dalla sterilità. Nessuna delle tre posizioni potrà consentire un approccio clinico professionalmente fondato.

Reggio Emilia, 21 febbraio 2014