



MADRI CHE UCCIDONO (I figli e la negazione del dolore)

L'esperienza clinica mi ha insegnato che il corpo è una fonte di informazioni e tutte le funzioni vitali possono essere lette con autoconsapevolezza ma, spesso, molte di esse vengono negate.

Quanto ci fa comodo amare il compromesso con la malattia? Certamente è paradossalmente un buon sistema per superare il conflitto tra ciò che conosciamo del nostro corpo e ciò che ci imponiamo di provare, per adeguarci a una situazione emotiva interiorizzata fin da piccoli.

Il passato molto spesso imprigiona le emozioni nel corpo, per vivere più serenamente bisognerebbe liberarle senza costringersi ad amare a tutti i costi le figure di accudimento.

Ho conosciuto persone in terapia, con fortissime tensioni da sempre, per onorare i propri genitori. Questo semplicemente per essere in riga con la morale e/o con un sistema di valori estesi nel tempo, sanciti anche dalla religione. Sistemi che si sono modellati come schemi fissi nel nostro codice genetico. Alcuni genitori nonostante desiderino di impostare un rapporto basato sulla fiducia reciproca non riescono a instaurare un rapporto sereno e amorevole con i propri figli.

La psicoterapia mi ha insegnato che esistono legami patogeni tra genitori e figli, basati solo sul senso di paura, sul senso di colpa e del dovere.

L'impossibile diventa una certezza quando la persona, con il passare del tempo, scopre che l'amore genitoriale che non hanno mai conosciuto non arriverà mai.

L'aspettativa delusa fa pagare un duro prezzo al corpo: è un corpo che si ammala.

Una madre non può riconoscersi l'incapacità di saper amorevolmente trattare il proprio bambino, ammetterlo significherebbe avere la consapevolezza che a sua volta ha dei vuoti affettivi incolmabili per carenze materne vissute durante la sua vita a partire dall'infanzia.

Dire a se stessa "sono immorale" è una dura verità, fa male, si evita di pensarlo. **E' una donna presente fisicamente ma assente psicologicamente.**

Alla nascita ognuno di noi ha bisogno di cure materne, di risonanza, amore, protezione.

E' un affetto senza limiti e confini. E' la capacità della madre, di vibrare con il proprio parigoletto entrando in risonanza con lui. Tutto ciò darà la possibilità al piccolo di iniziare ad immagazzinare dei ricordi positivi che lo sosterranno nella vita e gli conferiranno struttura.

Quando tutto questo viene a mancare, la dimensione emotiva non potrà essere in equilibrio con quella affettiva e soprattutto la prima sarà di difficile gestione. Non è facile e non è sufficiente saper gestire al meglio le proprie emozioni, ma, occorre poter analizzare sempre il peso delle proprie azioni nell'influenzare o generare le emozioni negli altri.

Nel figlio, sarà sempre presente a tutte le età l'ardente desiderio mai appagato di quel bisogno generato durante l'infanzia: di ricevere amore e conferme.

E' un desiderio che durante tutte le stagioni della vita proietterà sulle persone in generale e soprattutto sulle figure più significative e dalle quali si aspetterà conferme e amore, cioè tutto quello di cui è stato privato.

Un'aspettativa che non avrà mai fine e che si sposterà sul proprio compagno/a, sui figli e poi sui nipoti, ecc...ma come fare per volersi un po' più bene?

E' di fondamentale importanza, riconoscere quel "fanciullino" sofferente che è dentro di noi, ma, per poterlo amare è necessario lavorare. Si può intraprendere un percorso di terapia che ci permetta di individuare e incontrare persone che ci vogliano bene per quello che siamo, che ci rispettino, che ci offrano sostegno, protezione, simpatia e che diano un contributo reale e senza giudizio critico, a farci comprendere quello che siamo diventati proprio a causa dei vuoti affettivi.



Provare solo rabbia, non libera "il fanciullino", non gli restituisce vitalità. A volte solo uno psicoanalista che ha vissuto la nostra identica situazione può essere un valido aiuto altrimenti la sua neutralità può far incrementare l'angoscia e la depressione per non essere sufficientemente capiti.

Se l'altro diverso da noi riuscisse a sostenere e a condividere la solitudine, l'angoscia, la paura che "il fanciullino" ha sofferto in solitudine, potrà capire anche il linguaggio del corpo del fanciullino.

Un "not me" che sappia capirne i bisogni. **Il corpo sa quello che la mente ignora.**

Purtroppo molte persone trovano rifugio nell'alcool, nella droga nei farmaci per precludersi la conoscenza della propria sofferenza e delle conseguenze sul corpo che si ammala (allergie, dolori in tutto il corpo, ansia, sfiducia verso se stessi, sentimenti di inferiorità, disfagia, asma, preoccupazioni ipocondriache, difficoltà di adattamento scolastico e sociale, depressione, aritmie, rapporti distruttivi, ecc...).

Paradossalmente ogni bambino non amato per non essere preda dell'angoscia di morte e sopravvivere dovrebbe sforzarsi di interpretare sempre in positivo tutti gli eventi negativi che gli capitano: è senza scelta.

Nel mio lavoro clinico ho incontrato la sofferenza che scaturisce copiosa dai legami danneggiati.

Ho un caso clinico attualmente in corso: una figlia quarantenne spesso sconvolta dal dolore procuratele dalla madre, una donna incapace di comunicare con lei, severa e impaziente.

Una figlia che dalla propria madre non ha mai avuto: sentimenti di tenerezza, contatto fisico, conferme. La madre non si è mai occupata amorevolmente di lei. E' presente la minaccia costante del silenzio in cui la madre si ritira per giorni e giorni per non dare risposte di qualunque tipo quando viene contattata anche telefonicamente dalla figlia quasi tutti i giorni quando rientra dal lavoro, al fine di sollecitare in lei dei sensi di colpa. E' una rinuncia, da parte della figura materna, a mantenere vivi i sentimenti naturali che intercorrono tra un figlio e la mamma ancor prima della nascita.

Madri che soffocano i sentimenti di gioia e di contro perpetuano continuamente senza una spiegazione plausibile, sentimenti di rabbia e di odio nei confronti dei propri figli non per un loro reale comportamento, ma per motivazioni interne che affondano le radici nella loro infanzia.

Sono madri che sentono di essere sempre dalla parte della ragione, non potrebbero mai accettare di dire a se stesse "chiedi scusa ...hai torto...dovrei mettermi in discussione..."

Madri che anche se si comportano male, impongono l'essere onorate e amate dai propri figli senza riserve.

Spesso un figlio vuole credere a tutti i costi nell'amore materno, ma il corpo purtroppo racchiude le "cicatrici del passato". Il loro ricordo le attiva e condiziona la loro espressione mediante il sintomo. A. Miller, in una sua citazione, scrive: *"ogni volta che parlo con mia madre avverto un dolore che mi penetra dentro il corpo ulcerandolo, eppure non posso registrarlo perché l'atto del vedere mi fa sentire in colpa"*.

A rendere ancora più complessa la situazione è che il genitore "anaffettivo", col suo non voler o non saper amare, allontana il figlio, facendogli avvertire un qualcosa di simile a una punizione. Tuttavia rimane comunque il genitore che il figlio ama e verso il quale nutre la speranza sempre viva di ricevere affetto; pertanto, per assicurarsi la "sopravvivenza", dovrà reprimere rabbia e dolore, prendendosi tutte le colpe al fine di salvaguardare la figura genitoriale amata.

L'infanzia è uno scrigno che racchiude ogni potenzialità umana!

L'infanzia è il terreno di coltura per la lotta tra quello che realmente si è e quello che si vorrebbe essere.



L'infanzia è una fase delicata che crea le vulnerabilità con le quali si dovranno fare i conti nell'età adulta.

Il passato imprime delle tracce che si possono leggere nel linguaggio del corpo e nell'intensità delle emozioni. Spesso il bambino reprime la reazione di rabbia, di paura, di disperazione e di impotenza, perché rimuove la consapevolezza del dolore e di contro, a difesa, sviluppa arroganza e fredda indifferenza (la maschera). La sofferenza permeerà l'anima e la mente fino a ripercuotersi sul corpo e sulla sua vitalità, con somatizzazioni e autoaggressività.

E' molto importante, in queste situazioni oltremodo dolorose, basate su un deserto dei sentimenti, avere una figura buona di riferimento, alla quale affidarsi. Una figura che trasformi la rabbia in un sentimento meno lacerante e più tollerabile, tale che, colmi il senso di vuoto e alimenti un pensiero positivo, per quello che è possibile.

Una figura che, offrendo uno spazio di cura, possa conferire "al fanciullino" la capacità empatica utile per la ricostruzione dell'identità e che gli permetta di poter parlare con consapevolezza delle proprie ferite infantili.

La ferita non deve essere il punto di arrivo ma il punto di partenza per rigenerare l'identità, la scissione e la conflittualità interna. E' una rinascita, ragionevole, su basi nuove, che porta finalmente ad una integrazione di sé stesso.