

# SEPARAZIONI, PERDITA, LUTTO: L'INCONTRO CON LE EMOZIONI

Relatore: dott.ssa Anna Stroppa – Psicologa

## 1) SEPARAZIONE, PERDITA, LUTTO

**Il bambino adottato**....nella sua storia ci possono essere stati maltrattamenti, violenze, abusi, umiliazioni da parte delle figure di riferimento...abbandono...**il cuore cerca un luogo dove abitare.**

**Il bambino affidato**...deve "gestirsi" tra due famiglie, la prima, quella d'origine, non sembra capace di prendersene cura...la seconda, quella affidataria, gli offre protezione e ascolto...**il cuore non sa dove abitare.**

**Il bambino che ha perso un familiare**...nella sua vita qualcuno è mancato, forse qualcuno di molto caro, forse dopo una lunga malattia oppure improvvisamente...qualcuno non ritorna più...**il cuore deve riempire un vuoto.**

**Il bambino con i genitori separati**...le persone che più ama non possono vivere insieme, non saranno più una famiglia, magari si sono lasciati pacificamente, magari lui li ha visti litigare, tante volte...**il cuore sembra andare in pezzi.**

**Il bambino straniero**....ha lasciato luoghi e persone conosciute, punti di riferimento, tutto è nuovo e diverso...nuova lingua, nuova cultura, nuovo modo di vivere, in bilico tra due mondi...**di che colore è il cuore?**

TANTE STORIE, UNICHE E SPECIALI, CHE RICHIEDONO PARTICOLARE CURA E ASCOLTO...SEGUIAMO UN FILO SUL QUALE FISSARE PICCOLE PREZIOSE PERLE:  
**LE EMOZIONI**

## 2) ATTACCAMENTO E TEORIA DEL LUTTO

Durante gli ultimi trent'anni sono state condotte numerose ricerche tese a dimostrare che il bisogno primordiale del bambino si rivela nello stabilire un legame stabile e rassicurante con un figura materna che risponde ai suoi bisogni. J. Bowlby propone il termine di ATTACCAMENTO per designare il legame particolare che unisce il bambino alla figura materna.

**La capacità di stabilire un legame selettivo con una figura di attaccamento è riconosciuta come un fattore decisivo nello sviluppo normale.**

Il bambino che non ha potuto beneficiare nei primi anni di vita di una presenza materna atta a favorire l'apparizione di legami di attaccamento, o a causa di rotture ripetute o ancora dell'incapacità della figura materna ad essere sensibile ai suoi bisogni, rischia di deviare poco a poco dalla relazione per diventare completamente staccato.

Il comportamento di attaccamento si sviluppa nei confronti del genitore o di un suo sostituto che si dimostra disponibile sia a riconoscere, osservare i segnali emessi dal neonato e a rispondervi in maniera sufficientemente adeguata che ad interagire spontaneamente con lui

spinto dal desiderio della vicinanza , del contatto, dell'accudimento non solo fisico ma anche emotivo.

Ritrovando nel tempo questa disponibilità il bambino sarà in grado di verificare l'esistenza di una **BASE SICURA** , cioè di un adulto esperto al quale ricorrere in caso di bisogno. Il legame di attaccamento si trasforma quindi in legame affettivo.

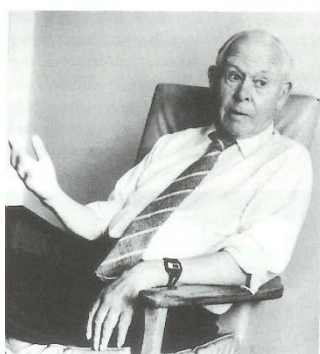
Il concetto di base sicura rappresenta il senso di sicurezza interiore nella psiche individuale.

### **FIDUCIA DI BASE**

Bowlby identificò la **protesta** come la **risposta primaria** provocata nei bambini dalla separazione dai genitori.

Pianto, urla, morsi, calci sono reazioni normali ed hanno la doppia funzione di riparare il legame di attaccamento la cui rottura è minacciata dalla separazione, e di punire chi si cura del bambino per evitare ulteriori separazioni.

Una interessante caratteristica dei **legami di attaccamento** è la loro **resistenza**. Essi persistono nonostante maltrattamenti e punizioni severe e non adeguate al contesto.



**John Bowlby  
(1907-1990)**

**"Attaccamento e perdita" vol.1,2,3;  
tr. it. Boringhieri, 1972  
"Una base sicura";  
tr.it. Cortina, 1989**

Colin Murray Parkes (1975) in collaborazione con Bowlby elaborò un'esauriente **teoria del lutto**.

La reazione di lutto viene vista dai due autori come un caso particolare di angoscia di separazione (essi ritengono infatti che la risposta psicologica al trauma della separazione sia programmata biologicamente) e si sviluppa in quattro fasi:

**1) TORPORE** - Il soggetto manifesta uno stato di calma apparente. Si tratta di una calma basata su una chiusura emozionale, data da negazione della realtà e soppressione delle emozioni. Questo stato può avere fine solo quando la persona si senta in una situazione abbastanza sicura da potersi lasciare andare.

**2) BRAMOSIA, RICERCA, COLLERA** - Bowlby pone al centro della reazione di lutto la ricerca dell'oggetto perduto, ricerca fisica (per cui il soggetto ispeziona, guarda, cerca, sperando che la persona amata e perduta possa riapparire) e psicologica (si ripassano al dettaglio gli eventi che hanno condotto alla separazione in una specie di "replay compulsivo", nella speranza di trovare eventuali errori per poter dare alla vicenda un esito diverso).

Dopo la bramosia e la ricerca subentra la **collera**, che è vista da Bowlby come un elemento fondamentale per la ristrutturazione interna della persona che ha subito l'abbandono. Essa deve essere interpretata come una condizione mirante alla cura di se stessi e basata sulla segreta speranza che, attaccando e distruggendo il 'cattivo', sia possibile tornare a stare bene.

**4) DISORGANIZZAZIONE, DISPERAZIONE** - La perdita porta via non solo la persona amata ma anche la base sicura cui la persona abbandonata farebbe riferimento in un momento di bisogno. E' proprio tale dilemma a provocare lo stato di disorganizzazione e disperazione, per cui il soggetto si sente frammentato, svuotato, senza più confini sicuri.

**5) RIORGANIZZAZIONE** - L'ultima fase è caratterizzata da un percorso che porta alla riorganizzazione di sé e della propria esistenza.

Secondo Bowlby l'opportunità di una scarica emotiva è un ingrediente essenziale per un lutto sano; essa diminuisce infatti la possibilità che il soggetto utilizzi manovre difensive, che invece sono richieste dalle manovre inesprese e da tutto ciò che resta non detto o addirittura negato dall'ambiente.

### **3) SEPARAZIONE E DIVORZIO**



I bambini sentono lo stesso senso di smarrimento e di panico provato dai genitori nel momento in cui questi decidono di divorziare. Essi hanno perso l'integrità della famiglia e sono costretti ad adattarsi ai molteplici cambiamenti dettati dalle circostanze. La separazione è vissuta dal bambino con un misto di emozioni che toccano il senso di abbandono, la rabbia, la frustrazione, i sensi di colpa, sentimenti molto vicini al dolore provato di fronte alla morte di una persona cara. Ed infatti, nonostante ci siano delle differenze tra la perdita della famiglia originaria e la perdita di una persona cara, le fasi di adattamento ed integrazione alla nuova situazione sono molto simili.

**1) NEGAZIONE**- I bambini non vogliono il divorzio. I bambini potrebbero rifiutare di accettare la perdita. Essi negano la separazione e insistono affinché i genitori ritornino insieme.

**2) RABBIA**- I bambini spesso provano rabbia o ostilità. Diventano ostili nei confronti di uno o di entrambi i genitori, dei fratelli, delle sorelle, degli amici e persino di loro stessi.

**3) NEGOZIARE**- Alcuni bambini cercano di fermare il divorzio. Essi compiono ogni sforzo al fine di posticipare la perdita o cercano di manipolare i genitori cambiando il loro comportamento.

**4) DEPRESSIONE**- I bambini si sentono tristi, soli ed impauriti. Provare tristezza e abbandono dopo una perdita permanente è normale.

**5) ACCETTAZIONE**- I bambini si sentono meglio con il passare del tempo. Nella nuova situazione familiare, possono di nuovo provare gioia e spensieratezza senza sentire il pericolo del dolore.

## 4) LE EMOZIONI DEI BAMBINI

Le esperienze di perdita, rottura di legami d'amore, violenza, maltrattamento, sradicamento dal proprio ambiente familiare possono provocare enorme sofferenza emotiva nei bambini.

**DOLORE, LUTTO, RABBIA, INFELICITA', SOLITUDINE, UMILIAZIONE, ANGOSCIA, PAURA**

L'impatto di questi vissuti sull'equilibrio e la salute mentale del bambino può essere contenuto e riparato se l'ambiente circostante si dimostra attento e responsivo.

Il disagio nasce se l'esperienza emotiva di dolore viene vissuta in solitudine, se non trova accoglienza e disponibilità per essere comunicata ed elaborata.

Non sempre è possibile proteggere i bambini dai vissuti negativi, ma possiamo aiutarli ad esprimerli, raccontarli per ricercarne il significato da collocare nella sua storia.

### ...COME?.....

- Ascolto empatico (non giudicante, non intrusivo)
- Offrire le risposte (no lezione tecnico/scientifica o fantasiosa)
- Disponibilità e contatto fisico ( se tollerato)
- Consapevolezza delle proprie emozioni nella relazione
- Pensiero
- Interventi di classe che finalizzati alla promozione e alla solidarietà (non generare invidie e conflitti)
- Ricerca di soluzioni e strumenti per dare voce a sentimenti e pensieri (approfondimenti di contenuti didattici, disegno, lettura di storie, visione di film e cartoni animati, laboratori mirati)
- Coinvolgere la famiglia (se possibile)
- Lavorare in team, consulenze con esperti

La continuità delle esperienze di trascuratezza esercitano un effetto negativo e durevole se anche altri contesti educativi o altre risorse relazionali finiscono per essere caratterizzati dal persistere delle esperienze svantaggiose.

La presenza di un genitore sufficientemente adeguato, o di figure sostitutive significative quali nonni o parenti, genitori adottivi, famiglie affidatarie può compensare ed ottenere un effetto protettivo per la salute psichica del bambino vittima di abbandono, maltrattamento e trascuratezza.

Le esperienze sfavorevoli e le perdite durante l'infanzia non determinano in modo assoluto lo sviluppo della personalità a patto che esse siano seguite da esperienze veramente positive. in questi casi le esperienze negative precoci possono svanire o ridursi quasi totalmente.

## BIBLIOGRAFIA DI RIFERIMENTO:

- Artoni Schlesinger C. (2006) *"Adozione e oltre"*, Edizioni Borla, Roma
- Blandino G., Granieri B. (1995) *"La disponibilità ad apprendere"*, Raffaello Cortina Editore, Milano
- Blandino G., Granieri B. (2002) *"Le risorse emotive nella scuola"*, Raffaello Cortina Editore, Milano
- Bowlby J. (1957) *"Cure materne ed igiene mentale del fanciullo"*, Editrice Universitaria.
- " (1972) *"Attaccamento e perdita vol.1: l'attaccamento alla madre"*, Bollati Boringhieri.
- " (1975) *"Attaccamento e perdita vol.2: la separazione dalla madre"*, Bollati Boringhieri.
- " (1983) *"Attaccamento e perdita vol.3: la perdita della madre"*, Bollati Boringhieri.
- Holmes J. *"La teoria dell'attaccamento"*, R. Cortina Editore, 1994.
- Camaioni L. (1996) *"La prima infanzia"*, Il Mulino, Milano
- Di Blasio P. (2000) *"Psicologia del bambino maltrattato"*, Il Mulino, Bologna
- Fonagy P. & Target M. (2001) *"Attaccamento e funzione riflessiva"*. Raffaello Cortina Editore, Milano
- Francescato D. (1994) *"Figli sereni di amori smarriti"*, Oscar Saggi Mondadori, Milano
- Ghezzi D., Vadilonga F. (1996) *"La tutela del minore"*, Raffaello Cortina Editore, Milano
- Ianes D. (2007) *"Educare all'affettività. A scuola di emozioni, stati d'animo e sentimenti"*, ed. Erickson, Trento
- Lieberman A.F., Compton N.C. et. al. (2007) *"Il lutto infantile"*. Il Mulino, Bologna.
- Lebovici S., Soulè M. (1972) *"La conoscenza del bambino e la psicoanalisi"*, Feltrinelli Editore, Milano
- Marcelli D. (1995) *"Psicopatologia del bambino"*, Masson, Milano
- Marcoli A. (1993) *"Il bambino nascosto"*, Oscar Saggi Mondadori, Milano
- Marcoli A. (1996) *"Il bambino arrabbiato"*, Oscar Saggi Mondadori, Milano
- Quèmada N. (2000) *"Cure materne e adozione"*, UTET Libreria, Torino
- Salzberger –Wittenber I. Williams P.G., Osbone E. (1993) *"L'esperienza emotiva nel processo di insegnamento e apprendimento"*, Liguori Editore, Napoli.
- Vegetti Finzi S., Battistin A.M. (2003) *"I bambini sono cambiati. La psicologia dei bambini dai cinque ai dieci anni"*, Oscar Saggi Mondadori, Milano
- Documentazione ANFAA su affido e adozione

## TESTI CON PROPOSTE OPERATIVE PER LABORATORI ED ATTIVITA'

- Ianes D. (2007) *"Educare all'affettività. A scuola di emozioni, stati d'animo e sentimenti"*, ed. Erickson, Trento
- Portmann R. *"Anche i cattivi giocano"* Ed. La Meridiana
- Sundeland M. (2005) *"Aiutare i bambini che fanno i bulli"* ed. Erickson, Trento
- Sundeland M. (2005) *"Aiutare i bambini pieni di rabbia o odio"* ed. Erickson, Trento
- Sundeland M. (2007) *"Aiutare i bambini a superare lutti e perdite"* ed. Erickson, Trento
- Whitehouse E., Pudney W. (1999) *"Ho un vulcano nella pancia"*, EGA Editore, Torino