

TI RACCONTO UNA STORIA: LA MIA!
L'adozione dal punto di vista del bambino

Relatore: dott.ssa Barbara Meroni
Psicologa, psicoterapeuta, esperta di adozioni

Premessa

La serata apre un ciclo di quattro incontri dedicati all'adozione vista con gli occhi di diversi attori: il bambino, il papà, i nonni, la mamma. L'incontro di oggi, incentrato sul punto di vista del bambino, è ricco di spunti tanto per le famiglie in attesa di adottare (circa la metà dei partecipanti), quanto per coppie che hanno già adottato.

Per affrontare il tema, la dottoressa Meroni legge un'immaginaria lettera aperta scritta ai suoi futuri genitori adottivi da un bambino in attesa di una famiglia (che immaginiamo viva in istituto, in un Paese non precisato). Premettendo che affrontare questo tema susciterà in noi molte emozioni, alcune più piacevoli, altre meno, la dottoressa Meroni ci invita a prendere nota delle parole contenute nella lettera che ci procurano delle sensazioni sgradevoli.



La lettera, così inizia:

Ciao, Shalom, Hello...

Sono un bambino, perciò come prima cosa ti invito a **giocare un po' con me**. Giocare è importante per noi bambini: giocando imparo e cresco. Però nella mia storia, finora, di gioco ce n'è stato ben poco. Tu puoi aiutarmi a recuperare, ma solo a patto che tu stesso sia capace di giocare, il che significa anche "metterti in gioco" in prima persona.

Tra noi ci sono alcune differenze fondamentali. Tu guardi al passato e al futuro. Io mi concentro sul presente: conosco solo l'adesso. Ma soprattutto, io vengo da una realtà lontana e diversa dalla tua, perciò è possibile che a volte non sarò in grado di comprendere cose che per te sono scontate. Ma io sono piccolo: è a te che spetta il compito di metterti nei miei panni. *Pensaci: come ti senti quando gli altri non ti capiscono?* Sappi che potrà capitarti spesso con me!

La lettera prosegue affrontando diverse tematiche e suggerendo interrogativi che qui sintetizziamo:

IO SONO UNICO E HO BISOGNI PARTICOLARI

La mia storia è unica: è diversa dalla tua ed è diversa da quella di qualsiasi altro bambino.

In particolare, c'è una cosa importante della mia storia che non devi mai dimenticare: io sono stato abbandonato. Perciò **ho bisogno di più tempo e attenzioni rispetto agli altri bambini**.

Se per qualche motivo soffri o hai sofferto in passato, mi dispiace, ma non posso farci niente perché anche io ho già sofferto a mia volta.

Prima ancora di incontrarci, devi avere ben chiaro che io **non sono venuto al mondo per risolvere i tuoi problemi né per soddisfare le tue aspettative**.

DAMMI IL PERMESSO DI FARE DA SOLO

Crescendo, i miei bisogni cambieranno, e starà a voi genitori sintonizzarvi con me.

Finché sono piccolo, non mi devi mai lasciare solo. Crescendo, invece, devo sperimentare da solo ed è giusto che io abbia il permesso di sbagliare.

Quanto tu ti legittimi a sbagliare?



RISPETTO E CURIOSITÀ PER LA MIA STORIA

I miei geni portano con sé la mia storia: prima ancora che io nascessi, una parte di questa era già scritta. Devi avere rispetto e curiosità per le mie origini, perché è lì che la mia personalità affonda le radici. Allo stesso tempo, però, ricorda sempre che il fatto che la mia vita sia *condizionata* dal passato non significa che sia *determinata* da esso: il futuro è ancora tutto da scrivere!

Abbi rispetto del mio nome: qualunque esso sia, parla di me, è un pezzetto importante della mia storia.

A tutti piace pensare di essere stati desiderati. *A te com'è andata? Conosci la tua storia?*

L'inizio della mia vita non è stato certamente dei migliori, ma forse neanche dei peggiori, visto che, malgrado tutto, sono venuto al mondo. Anche se sono nato in condizioni molto difficili, **sono stato tenuto, e questo ha un valore enorme per me.**

AIUTAMI A RICONOSCERE ED ESPRIMERE EMOZIONI E SENSAZIONI

Le emozioni fondamentali sono cinque: gioia, tristezza, rabbia, paura, disgusto. Le sensazioni, invece, hanno un nesso con la sfera corporea: sete, fatica ecc. Io non sono capace di riconoscere ed esprimere le sensazioni e le emozioni che provo: per farlo, ho bisogno del tuo aiuto. Vorrei crescere curioso, ma perché ciò sia possibile è necessario che tu sia in grado di sollecitare con continuità i miei sensi, e questo passa anche dalla cura del corpo: più ti prenderai cura del mio corpo, più i miei sensi saranno vivi.

A PROPOSITO DI MAMMA, MADRE, SIGNORA DELLA PANCIA...

Tu come chiami chi mi ha partorito? E che emozioni ti suscita questa domanda? Preferiresti che non la nominassi affatto? So che per te è difficile “tenere insieme” la mia storia, ma pensa a quanto più difficile è per me! Non esiste una ricetta universale per gestirla: **occorre trovare il mondo per raccontare una verità senza nasconderla, maltrattarla o camuffarla.**

DOVRAI IMPARARE A GESTIRE SENTIMENTI CONTRASTANTI

Pensaci: ti senti pronto a provare sulla tua pelle che si può allo stesso tempo amare e odiare? A sentire il bene per chi ci ha messo al mondo e tenuto, malgrado tutto, e l'odio per chi ci ha abbandonato?

I legami “veri” includono sentimenti contrastanti, che sono tutti fondamentali: **bisogna trovare il modo per tenere insieme amore e odio.**

L'ASCOLTO COME CURA PER LE FERITE DELL'ANIMA

Per entrare in sintonia con me, devi imparare metterti in ascolto, e il gioco rappresenta un ottimo strumento per favorire la nostra relazione. Raccontami quali fiabe amavi quando eri piccolo, i giochi che preferivi... e torna un po' bambino insieme a me!

REGALAMI IL TUO TEMPO, E DAMMI TEMPO PER ABITUARMI ALLA MIA NUOVA VITA

Noi bambini non abbiamo bisogno solo di cibo, ma anche di accudimento amorevole.

Ricordatelo tutte le volte che sei tentato di riempirmi di “cose”: **il regalo più prezioso che puoi farmi è il tuo tempo.** Avrò bisogno di molto tempo per abituarmi alla mia nuova vita...

Tu ed io abbiamo bisogno di “addomesticarci” a vicenda, come il Piccolo Principe e la volpe nel famoso racconto di Antoine de Saint-Exupéry, cioè di creare un legame, di stare insieme per conoscerci.

L'istituto lascia in noi bambini dei segni profondi. Tutto è scandito da orari e regole alle quali bisogna adattarsi per sopravvivere. **Devi darmi tempo per tornare a essere bambino.**

Dammi tempo per lasciare l'istituto, non pretendere troppo da me.

ABBI CURA DEI MIEI RICORDI

Potrei anche avere **nostalgia**: di odori, sapori, colori che riguardano il mio passato. *Anche tu hai nostalgia di qualcosa della tua infanzia?* Recupera questi tuoi ricordi per risuonare con il bagaglio di ricordi che porterò io.



La maggior parte dei bambini ha tante foto di quando erano piccoli, mentre nella mia storia c'è un buco, più o meno lungo. Anche per questo devi avere rispetto per i miei ricordi, anche per frammenti del mio passato che per te possono avere poco valore ma per me rappresentano la continuità con la mia storia.

IL CASO DELL'ALLONTANAMENTO FAMILIARE PER MALTRATTAMENTI

Nel mio passato potrebbe esserci una storia di trascuratezza, violenza e maltrattamenti. Al dolore di una separazione forzata si aggiungono in questo caso le cicatrici dei maltrattamenti che ho vissuto, difficilissimi da lasciarsi alle spalle. È umano essere legati alla propria famiglia d'origine, perciò anche io potrei difendere i miei genitori, e magari pensare che è per colpa mia che la mia famiglia d'origine si è sfasciata.

Tutte le difficoltà che ho vissuto potrebbero influenzare anche la mia curiosità e la mia intelligenza, visto che la dimensione cognitiva è strettamente legata a quella affettiva.

Conclusioni

Io sono piccolo e devo imparare tante cose da te, ma anche tu imparerai molto da me se saprai metterti in gioco. *Da 0 a 10, quanto ti ritieni capace di metterti in gioco? E che punteggio ti darebbe la persona che ti conosce meglio?*

E ricordati, mi farai sentire importante:

se mi chiederai scusa,
se mi dirai grazie,
se mi chiederai che cosa penso,
se mi coinvolgerai,
se mi renderai responsabile...

Dibattito

D.: Come bisogna intervenire se il bambino fantastica sulla sua famiglia d'origine?

R.: Occorre valutare innanzitutto in cosa consiste questo suo fantasticare, quanto pervade la qualità di vita del bambino e soprattutto interrogarsi sul bisogno sottostante.

In secondo luogo bisogna chiedersi come la vivono i genitori. Se essa mobilita vissuti di disagio, spaventato, allora come genitore devo prendermi cura del mio disagio. In generale, devo capire un bambino, come tutti noi, mette in atto delle difese che gli servono per sopravvivere, e che perciò non possono essere distrutte. A piccoli passi, si può cercare di fare in modo che le abbassi, ma in modo graduale, non traumatico.

D.: Può approfondire ulteriormente il nesso tra adozione e sviluppo cognitivo?

R.: Si tratta di un problema comune tra i bambini adottati. Detto in termini semplici, se nella storia del bambino ci sono delle ferite, è come se una parte del suo cervello fosse "occupata", come "ingombrata" da quei pensieri, lasciando poco o nessuno spazio per l'apprendimento. Che cosa fare, allora? Innanzitutto, comunicare con rispetto autorevole ed empatico, astenendosi dal giudicare. In secondo luogo, cercare aiuto tra i tantissimi professionisti oggi a disposizione, per esempio logopedisti, psicomotricisti ecc. Anche lo yoga, la meditazione o altre discipline possono aiutare: gli strumenti sono tanti e diversi.

A cura di **Diletta** - Staff Associazione Le Radici e le Ali
Sede di Paderno Dugnano (MI)

(Documento rivisitato dalla relatrice)

Associazione Famiglie Adottive LE RADICI E LE ALI

Tutti i diritti riservati – Ogni estrazione e/o riproduzione anche parziale è vietata

