

## Una strada per l'autonomia

*Ogni passo avanti nella crescita  
e nella maturazione  
comporta non solo nuove acquisizioni,  
ma anche nuovi problemi.*

*A. Freud*



*Il mare che ho dentro* di Domenico Dell'Osso  
[www.artisticcontemporanei.com](http://www.artisticcontemporanei.com)

Crescere è non solo un'esperienza che coinvolge la persona nella sua globalità fisica, psichica e cognitiva, ma anche un percorso la cui durata coincide con l'intero arco della vita.

Lungo questo percorso di sviluppo si possono identificare alcune "tappe": momenti di passaggio particolarmente significativi che richiedono all'individuo di confrontarsi con la propria capacità di superare le difficoltà legate al cambiamento.

Alle trasformazioni corporee più evidenti e continuative si affiancano le conquiste cognitive e i corrispondenti vissuti emotivi dell'esperienza della crescita.

Talvolta, la fisiologica fatica che caratterizza questo processo si trasforma in un ostacolo che mette in crisi; **l'equilibrio e l'armonia raggiunti fino a quel momento si perdono ed emerge un disagio, un problema, un conflitto che si fa portavoce del malessere che è in circolo e che si può esprimere sul piano fisico, cognitivo o emotivo.**

Dal momento che la sensazione di benessere è il risultato dell'intreccio e del modo in cui queste tre dimensioni si integrano reciprocamente occorre rivolgere l'attenzione non solo ad una parte (il problema/sintomo) ma al suo insieme (persona).

**Il sintomo pur sostituendosi alle parole non perde la sua potenzialità comunicativa, richiede, però, di imparare a comprenderne il senso non**

**limitandosi ad individuare quelle che possono essere state le cause che lo hanno generato ma anche le finalità a cui tendeva.**

**Ogni momento di crisi, se affrontato con l'intento di superarlo costruttivamente, può trasformarsi in una occasione di conoscenza e di cambiamento, per sé e per l'altro.**

Quando si accompagna il proprio figlio lungo le tappe evolutive che dall'infanzia lo condurranno a diventare adulto, inevitabilmente si ristabilisce un contatto con i vissuti legati al personale percorso evolutivo. I comportamenti che si adottano, dal punto di vista psicologico, sono il risultato della nostra storia, di quanto è andato strutturandosi nel nostro mondo emotivo nel corso del tempo, a partire dalla nascita in poi. Questa "organizzazione interna" condiziona le modalità con cui ci si muove nel mondo esterno e si instaurano relazioni.

**L'esperienza di cui si è portatori, in qualità di figli, è alla base dell'approccio che si adotterà, spesso inconsapevolmente, una volta diventati genitori.** A seconda dei vissuti legati alla propria infanzia, potrà accadere di trincerarsi dietro un sistema di regole ferree e sani principi in base ai quali stabilire come è meglio procedere o si sarà portati a chiedere tacitamente al bambino di crescere in fretta, perché quella strada già percorsa tempo addietro non attrae poi così tanto e si è persa la capacità di giocare; ancora si potrà avere la sensazione di essere sprovvisti di punti di riferimento saldi, che aiutino a capire quando è il caso di porre dei limiti e quando si possono accontentare le richieste dei figli ...ma, ci si potrà anche concedere di provare a guardare il mondo così come i bambini possono mostrarcelo, insegnandoci a recuperare quello che si è perso senza quasi rendersene conto.

**Ripercorrere insieme ai propri figli le tappe evolutive già sperimentate è certamente un'esperienza che mette alla prova, espone a continui interrogativi sul modo migliore di proteggere, sostenere, stare accanto all'altro senza sostituirsi nelle scelte o ritrarsi di fronte a ciò che spaventa.** Tutto questo non è un compito facile, soprattutto perché ciascuno si confronta con le proprie fragilità ed insicurezze che non si dissolvono per il solo fatto di essere diventati anagraficamente adulti o genitori. Occorre tenere a mente che il clima emotivo che si stabilisce tra grandi e piccini è di fondamentale importanza nel determinare il modo con il quale si farà fronte alle difficoltà che inevitabilmente si incontreranno lungo la via: fiducia in sé, nelle proprie possibilità di aggirare o superare gli ostacoli non passano per via teorica; sono l'esempio e l'esperienza che rendono possibili tali acquisizioni. Le aspettative genitoriali, i timori e le speranze, consapevoli e inconsapevoli, si mescolano nel creare l'ambiente all'interno del quale avrà luogo la strutturazione del carattere e della personalità dei figli. Per questo motivo è

**importante che gli adulti siano consapevoli del proprio bagaglio di emozioni e siano aiutati, quando necessario, a riconoscere le possibili influenze che questo può avere sulla vita dei figli... occorre cioè rimboccarsi le maniche per poter riconoscere, separare e dare spazio al Sé e all'altro da sé.**

Diventare genitori significa affrontare il complesso passaggio dalla dimensione duale propria della coppia coniugale a quella più ampia e articolata che caratterizza la **coppia genitoriale**. Comporta inoltre il doversi confrontare con una serie di cambiamenti, non solo pratici ma anche emotivi.

**La nascita** di un figlio rappresenta un evento profondamente trasformativo. Gli stati d'animo che caratterizzano questa esperienza sono molteplici e contraddittori: alla gamma di emozioni positive che l'accompagnano si affiancano fatica, senso di inadeguatezza, insicurezza... spesso vissuti come fuori luogo e con senso di colpa.

**L'attenzione che viene primariamente, quando non esclusivamente, rivolta alle esigenze del neonato rischia di esiliare in angoli remoti emozioni personali che sembrano ingombranti ed inutili rumori di fondo. Occorre invece dare voce e parola a questi stati d'animo affinché la famiglia si proponga come un luogo di crescita e di cambiamento per tutti i membri che ne fanno parte.**

L'evento della nascita è solo la prima delle situazioni con le quali, da lì in poi, ci si dovrà confrontare: infanzia, latenza, pubertà, adolescenza sono tutti momenti di passaggio che riguardano non solo l'individuo che li attraversa ma, indirettamente, i suoi genitori, partecipi di un processo di trasformazione che li mette di fronte ai personali vissuti suscitati dal prendere atto che ogni conquista del figlio è fonte, allo stesso tempo, di possibile soddisfazione e tristezza dovuta all'idea che il percorso di separazione si è ormai avviato e procede verso l'individuazione e l'autonomia.

***dott.ssa Silvia Fancello***