

Isabelle Fox

Sempre con lui

*I vantaggi di essere un genitore
a tempo pieno*



Il leone verde

A mio marito Robert, “sempre con noi”.

© Isabelle Fox, 1996.

Titolo originale: *Being There: the benefits of a stay-at-home parent.*

Traduzione dall'inglese di Elena Balsamo e Beatrice Cerrai.

In copertina: ©iStockphoto.com/Ilona75

ISBN: 978-88-95177-31-1

© 2009 Tutti i diritti riservati

Edizioni Il leone verde

Via della Consolata 7, Torino

Tel. 0115211790 fax 01109652658

leoneverde@leoneverde.it

www.leoneverde.it

www.bambinonaturale.it

PRESENTAZIONE

di Elena Balsamo

Quello che accade nell'infanzia è stampato nell'anima umana
Maria Montessori

Quando mi è stato proposto di tradurre questo libro ho accettato l'incarico con piacere, perché ho sentito che le tematiche di *Sempre con lui – I vantaggi di essere un genitore a tempo pieno* si riallacciavano in qualche modo a quelle del mio *Sono qui con te** (anche il titolo originale è molto simile: *Being There*, “Esserci”).

Ecco perché ho chiesto all'editore di aggiungere questa presentazione al testo: volevo offrirvi, in un linguaggio meno tecnico di quello dell'autrice, una mia personale sintesi e testimonianza di argomenti che conosco molto bene per averli vissuti in prima persona e faticosamente rielaborati. Mi rendo conto che solo ora riesco a parlarne perché fanno ormai parte del mio passato, divenuto una storia da raccontare.

È proprio vero – come afferma Isabelle Fox – che un bambino si costruisce un'immagine del mondo in base alle esperienze che ha vissuto nei suoi primi giorni, mesi e anni di vita. È come se queste gli rimanessero stampate nel corpo e nell'anima e fungessero da lenti deformanti, fornendogli una particolare interpretazione della realtà. Il problema è che anche quando la realtà cambia, l'interpretazione permane: è come se il bambino, una volta divenuto adulto, continuasse a guardare attraverso le lenti dell'infanzia che gli danno una visione distorta e inadeguata della realtà. Così la sofferenza permane e cova all'interno del suo animo non trovando una via d'uscita, se non attraverso sintomi emotivi e a volte anche fisici che si manifestano

* Elena Balsamo, *Sono qui con te*, Il leone verde, Torino 2007.

6 Sempre con lui

spesso in età avanzata. Più precoce è l'esperienza traumatica e più profonde sono le ferite che ne derivano.

Lo schema di base è molto semplice: un neonato ha un bisogno (come la fame, il freddo, la paura), si sente solo, triste, annoiato, intimorito e piange. Il suo pianto è un richiamo per l'adulto, è l'unico modo che il bambino ha per catturarne l'attenzione, il suo solo linguaggio. La mamma accorre e lo prende in braccio, lo culla e gli offre il seno, il papà lo coccola e lo accarezza. Il bambino si rassicura e subito si calma. Si sente accudito, compreso e amato. Qualcuno ha capito il suo linguaggio e gli ha risposto: "Sono qui con te". Non è uno straniero in questo mondo. Questa esperienza è la base su cui si formano la fiducia nel mondo, negli altri ma anche in se stessi. L'interpretazione che il bambino dà è: "Questo è un buon posto dove stare, è un posto sicuro, dove sono accolto, protetto e amato". Un bambino che cresce con questa visione è un bambino che cresce su una base sicura e che sarà in grado di far fronte alle tempeste della vita, proprio come un albero che può sfidare il vento perché ha forti radici che affondano nella terra.

Al contrario, un bambino che nei primi tempi della sua vita ha vissuto l'esperienza dell'abbandono, sia perché è stato separato dalla madre per un'eccessiva medicalizzazione della nascita e del *post-partum*, sia perché ha dovuto stare troppo a lungo in un'incubatrice, oppure a causa di problemi di salute suoi o della madre è passato di mano in mano e ha ricevuto cure da persone estranee (come possono essere le infermiere) dal tocco anonimo e frettoloso, o anche perché è stato affidato molto presto alla cura di sostituti materni, o è stato lasciato piangere a lungo nel suo lettino, questo bambino si costruisce una ben diversa interpretazione della realtà: "Il mondo è un posto insicuro e pericoloso dove stare. Se piango nessuno risponde, nessuno viene. Nessuno mi vede, mi ascolta e mi ama". L'unica cosa che il bambino può fare in questo caso è aspettare, ma l'attesa diventa infinita, anche perché un neonato non ha il senso del tempo e per lui un quarto d'ora equivale all'eternità. Questo bambino non riesce a sviluppare la fiducia e la sicurezza perché i suoi bisogni primari non sono stati soddisfatti al momento giusto. Sarà come un albero senza radici, che ondeggia al minimo soffio di vento.

Per un bambino piccolo non essere toccato, guardato, ascoltato con amore significa non esistere, e il senso di solitudine e il dolore che ne conseguono sono così forti e impossibili a reggersi che devono essere per forza repressi e rimossi. Si tratta di una strategia di sopravvivenza.

Questo bambino cercherà per il resto della sua vita ciò che così tanto gli è mancato: il tocco fatato, il contatto morbido e caloroso con il corpo materno, il senso di sicurezza dell'essere accudito, la gioia dell'essere ascoltato, visto e apprezzato. In una parola la beatitudine unica dell'intimità tra il neonato e la sua mamma. La cercherà con tutte le sue forze nelle persone che incontra nel corso della sua vita, ma queste non faranno che riattizzare in maniera inconsapevole il fuoco della sua ferita primaria fino a quando la sofferenza repressa per tanto tempo sarà divenuta talmente insopportabile da spingerlo a cercare una soluzione, avviando così un processo di terapia e di guarigione. Dovrà con coraggio andare a guardare in faccia ciò che gli faceva tanta paura: l'esperienza della morte – perché è questa che vive un bambino piccolo lasciato a se stesso. Purtroppo non c'è altra strada per curare le ferite del passato se non quella di andarle a guardare.

Vista la fatica e la difficoltà di un processo di ri-nascita (che però toccherebbe a tutti i genitori se non vogliono trasmettere ai loro figli pesanti carichi emotivi), converrebbe concentrare i propri sforzi nella prevenzione e nell'offerta di condizioni ottimali di accoglienza al neonato. Il bambino giunge tra noi proprio come un ospite che si aspetta di essere atteso e ricevuto con tutti gli onori. E soprattutto con amore.

Basta una sola persona – ci ricorda Maria Montessori – che creda in noi, che abbia fiducia nelle nostre capacità, che sia pronta a difenderci, una persona che ci apprezzi per quello che siamo, che veda in noi ciò che altri non vedono – la nostra essenza, la nostra bellezza interiore –, che si interessi a noi in modo speciale, per darci la forza di superare tutti gli ostacoli che la vita ci pone e il coraggio di vivere anche in condizioni difficili. Non occorre una folla, ma una relazione uno-a-uno solida, affidabile, su cui poter contare. Come quella con una mamma (o una sua sostituta) buona e presente.

Questo credo sia il messaggio più importante di *Sempre con lui*.

Ritengo perciò una grande, ottima idea, da divulgare e promuovere, quella proposta dall'autrice, di corsi da introdurre nelle scuole superiori e nelle università sulla conoscenza dei bisogni del bambino e le tappe del suo sviluppo. Il mestiere di genitori è uno tra i più difficili e nello stesso tempo l'unico per il quale non esista preparazione di sorta. Questo è sicuramente un dato su cui riflettere.

Un'ultima precisazione prima di concludere: spesso si parla nel testo della necessità di “stimolare” i bambini. Credo che queste parole vadano

8 Sempre con lui

interpretate nel senso corretto: gli stimoli di cui hanno bisogno i bambini sono in realtà le risposte ai loro bisogni. Si tratta di fornire loro gli strumenti necessari alla loro crescita e al loro sviluppo fisico, psichico e spirituale, il cibo necessario al loro corpo, alla loro mente e alla loro anima.

È tutto qui. In fondo è semplicemente una questione di consapevolezza e di amore. Come ci testimoniano del resto le parole delle mamme che hanno scelto di “esserci” per i loro figli e che abbiamo voluto inserire in questa edizione italiana di *Being There* per renderla ancora più interessante di quanto già non sia e soprattutto utile a tutti quei genitori che si interrogano con onestà e impegno sui bisogni e sul benessere dei propri bambini.

Buona lettura!

Elena Balsamo

PREFAZIONE

Negli ultimi anni pochi argomenti hanno creato un dibattito così acceso e una così intensa reazione emotiva quanto il tema di questo libro. *Sempre con lui - I vantaggi di essere un genitore a tempo pieno* affronta il dilemma con cui molti genitori in attesa o neogenitori si trovano a dover fare i conti quando arriva il momento di scegliere a chi affidare il proprio figlio, sia esso un neonato, un lattante o un bimbo sotto i due anni.

Questo libro è stato scritto soprattutto per quei genitori che hanno, o possono avere, una situazione economica che consente loro di operare delle scelte in fatto di accudimento dei figli. Suo intento è aiutare quelle mamme e quei papà – soprattutto coloro che si sentono in dovere di lavorare a tempo pieno – ad apprezzare il valore della loro presenza nella vita dei propri bambini e la grande importanza di un accudimento costante nei primi anni di vita. Esplora inoltre la possibilità, che ogni genitore possiede, di giocare un ruolo essenziale nell'apprendimento della disciplina, nello sviluppo del linguaggio e delle funzioni cognitive, oltre che nell'insegnamento dei valori sociali e morali.

Il mio scopo è quello di metterli in guardia sulle pericolose conseguenze del “carosello delle tate”. Con questa espressione si vuole indicare l'abitudine sempre più diffusa – e ormai comune a milioni di bambini – di cambiare spesso le figure di riferimento. Di solito, quando entrambi i genitori lavorano a tempo pieno, i bambini passano l'80% della loro giornata con dei sostituti che, purtroppo, tendono ad avvicinarsi con grande frequenza – anche ogni 4-5 mesi – e con effetti oltremodo disturbanti. È mio intento spiegare come tale discontinuità nell'accudimento del bambino sia emotivamente devastante e abbia effetti negativi a lungo termine, poiché compromette lo

10 Sempre con lui

sviluppo del legame di fiducia con le principali, e fondamentali, figure di riferimento. Ciò si riflette, a sua volta, anche sulle modalità di relazione con gli altri, sulle capacità di apprendimento, di sviluppo di un atteggiamento ottimistico verso la vita e persino sul rispetto delle regole della società.

Pare che i tanti problemi legati al continuo avvicendamento di tate e baby-sitter tendano ad essere sottovalutati, forse in ragione del fatto che le conseguenze spesso si rivelano solo molti anni dopo. Soltanto di recente ci si è resi conto che i bambini vivono reazioni emotive molto serie legate alla perdita, durante l'infanzia, delle principali figure di riferimento.

È altresì evidente che il messaggio riguardo l'importanza di un accudimento costante e qualitativamente valido risulta molesto, e in molti casi inneschi non pochi sensi di colpa. I genitori spesso rifiutano la conclusione che frequenti sostituzioni delle figure di riferimento abbiano conseguenze a lungo termine, ed è comprensibile che tale messaggio provochi l'irritazione di molti di loro, che quindi si rivolgono altrove in cerca di rassicurazione.

Mi rendo conto che alcuni genitori sono ostili o hanno un atteggiamento di rifiuto o di indifferenza nei confronti dei loro figli. È anche vero che molti sostituti dei genitori sono in grado di ricreare un ambiente favorevole a uno sviluppo armonioso. Comunque sia, questo libro si rivolge a quei genitori che posseggono la salute emotiva e la motivazione necessarie per prendersi cura dei propri figli in modo amorevole.

Voglio sottolineare la mia personale adesione all'idea che la realizzazione professionale della donna sia importante quanto quella di un uomo. Non è mia intenzione incarnare alcuna posizione regressiva nei confronti del perseguimento del successo professionale e dell'indipendenza economica, né mi interessa prendere parte ad alcuna azione reazionaria contro il movimento femminista. Piuttosto il mio scopo, nello scrivere questo libro, è di spostare l'attenzione sui bisogni dei bambini e nello stesso tempo accrescere la consapevolezza dei genitori rispetto al proprio ruolo affinché entrambi, madri e padri, imparino a rispettarlo e ad apprezzarlo.

Uno dei problemi dei nostri tempi è che molti giovani sono stati educati a pensare di poter godere di tutti gli aspetti della "bella vita" nello stesso momento. In altre parole credono che si debbano sperimentare contemporaneamente sia le gioie della maternità e della paternità, sia gli stimoli dell'auto-gratificazione professionale e i vantaggi materiali di due entrate economiche, riuscendo a rendere merito ad ognuno di questi aspetti. Tali

scopi sono di fatto raggiungibili nel corso dell'esistenza, ma è difficile farlo allo stesso tempo se si ha a cuore il benessere di un figlio.

La mia opinione è che un genitore, la madre o il padre, dovrebbe porsi come referente principale del proprio bambino almeno durante i suoi primi due o tre anni di vita. In questo periodo sarebbe auspicabile una sospensione della propria carriera professionale in favore del mestiere di genitore. Durante questo breve periodo della vita del bambino, i genitori che si prendono cura di lui in modo responsabile e positivo compiono un investimento di grande valore per il futuro del figlio, della propria famiglia e della società stessa, un investimento che non mancherà di ripagarli ampiamente negli anni successivi.

Provo profonda comprensione nei confronti di quei genitori che all'epoca attuale si trovano, rispetto alle generazioni precedenti, a doversi confrontare con molte pressioni di ordine economico e sociale, alcune delle quali indotte dai mass-media. Ma mi sono decisa a scrivere questo libro per il bene dei nostri bambini, che sono spesso vittime delle scelte dei genitori di oggi. Questi bambini, che non possono parlare in propria difesa, possono contare sul sostegno di un numero esiguo di organismi e di rappresentanti che perorino la loro causa; non dispongono delle risorse finanziarie, dei voti o delle energie necessari per "spingere" e battersi in favore di un accudimento costante e qualitativamente valido. Sono troppo piccoli e troppo impotenti.

Questo libro pertanto intende parlare a loro favore, pur riconoscendo il difficile dilemma che si trovano ad affrontare i genitori, e si ripropone quindi quattro obiettivi principali:

1. *Insegnare le basi della teoria dell'attaccamento.* Essa spiega come conquistare il senso di sicurezza, dapprima nell'infanzia e poi nell'età adulta. Lo psichiatra inglese John Bowlby è stato uno dei primi a osservare e descrivere il valore del legame di attaccamento precoce tra madre e bambino, e a sviluppare la teoria dell'attaccamento come interpretazione del comportamento. Secondo questa teoria il bambino si sente più sicuro quando è in stretta prossimità della persona che si occupa di lui. L'"attaccamento" tra il neonato e la figura che se ne prende cura si crea assai precocemente nella vita del bambino, già a partire dalle innumerevoli interazioni necessarie alla sopravvivenza. Piano piano il piccolo impara ad aspettarsi da quella persona un mondo prevedibile, sicuro e confortevole. Il legame di attaccamento comincia così a crearsi e a svilupparsi con la figura che è sempre a

12 Sempre con lui

sua disposizione, ed è con lei e grazie a lei che il neonato sviluppa una base sicura dalla quale partire per la libera esplorazione del mondo.

È mio obiettivo inoltre spiegare come l'ansia da estranei e l'ansia da separazione facciano parte del normale sviluppo infantile, e come i bambini possano sviluppare un "attaccamento sicuro", "ansioso" o "distaccato". Si parlerà inoltre di come i bambini da 0 a 2 anni creino "modelli strutturali" in grado di rivelare come saranno trattati in futuro. Vengono altresì descritte le reazioni dei bambini alla perdita e alla separazione.

2. *Mostrare i vantaggi – sia per il bambino sia per la famiglia – della presenza dei genitori durante il percorso di crescita di un figlio negli anni dell'infanzia.* I genitori hanno un ruolo fondamentale nello sviluppo cognitivo, emotivo e sociale dei figli. Se eventuali figure sostitutive sono in grado di offrire cure adeguate, genitori motivati riescono sicuramente a creare un ambiente ben più ricco e stimolante dal punto di vista sociale e cognitivo in cui crescere un figlio. Un coinvolgimento genitoriale di questo tipo ha un valore inestimabile nei primi anni di vita del bambino così come in quelli successivi. In genere la mamma e il papà dimostrano maggior disponibilità ed entusiasmo nel proteggerlo, sostenerlo, coccolarlo, rassicurarlo, nutrirlo, stimolarlo, giocare e comunicare con lui. E man mano che lui cresce e matura, durante gli anni dell'asilo e della scuola elementare, sono sempre loro a stimolarlo, educarlo, proteggerlo e arricchirlo meglio di chiunque altro. Non solo: essi svolgono un ruolo importante nello sviluppo del linguaggio, nell'acquisizione della disciplina, nella trasmissione di valori morali e sociali, nell'offerta di ambienti ludici stimolanti e nella creazione di rituali e tradizioni familiari.

3. *Spiegare come il "carosello delle tate", cioè il frequente avvicinarsi di diversi sostituti materni, e la conseguente disgregazione dei legami di attaccamento, possa provocare nel bambino sotto i 2 anni profondi traumi di natura emotiva, oltre che disturbi a lungo termine che spesso perdurano nel corso della vita.* Diversi ricercatori confermano che molti bambini la cui esperienza nei primi anni di vita è stata segnata dalla discontinuità dell'accudimento, cosa che li ha resi incapaci di creare legami di attaccamento sicuro, risultano essere a maggior rischio di sviluppare quei problemi che sempre più affliggono la società di oggi, tra cui:

- l'incapacità di adottare un codice morale e di osservare la legge;
- la difficoltà di apprendimento con conseguenti insuccessi nell'iter scolastico;

- l’incapacità di resistere all’abuso di alcol, droghe, o altre sostanze;
- l’incapacità di creare e mantenere relazioni di intimità con conseguenti problemi coniugali e fallimenti matrimoniali;
- la maggiore predisposizione verso seri disturbi psichici quali la depressione.

4. *Proporre soluzioni e consigli pratici a tutte le famiglie che desiderano dedicarsi con costanza ai propri figli.* Spiego loro come prendersene cura, offrendo suggerimenti validi per i genitori *single* e per le famiglie mononucleari, per i genitori con grandi disponibilità economiche e per le famiglie più modeste. Ecco alcuni esempi:

- la descrizione delle varie modalità attraverso cui genitori con differenti possibilità economiche possano trovare sostituti materni che si occupino dei loro figli con la necessaria continuità, onde evitare eventuali disturbi legati al continuo cambiamento delle figure di riferimento;
- soluzioni alternative che permettano ai genitori stessi di partecipare in modo più attivo all’accudimento dei figli. A quei genitori con limitate possibilità economiche, che intendono comunque occuparsi dei loro bambini, vengono offerte indicazioni utili alla realizzazione dei loro obiettivi sfruttando la propria creatività e motivazione.

So bene che i gravi problemi sociali descritti nel libro non sono interamente imputabili al frequente avvicinarsi di diverse figure di riferimento nel corso dei primi anni di vita di un figlio, ma che esiste un concorso di cause. Tuttavia un numero crescente di dati clinici indica come la frequente perdita o separazione dalle principali figure di riferimento abbia un profondo impatto sul futuro del bambino, così come esperienze di attaccamento carenti siano una delle principali cause di problematiche a lungo termine. Su questi temi si sono espresse molte eminenti autorità nel campo della salute mentale, come John Bowlby, T.Berry Brazelton, Alan Sroufe, Jay Belsky, Mary Ainsworth, Mary Main, Selma Fraiberg, Ken Magid, Penelope Leach e altri ancora. Sospetto che ancora oggi siano molti i genitori ad essere all’oscuro dell’esistenza o del significato del “carosello delle tate”, oltre che degli enormi vantaggi derivanti dall’aver un genitore a tempo pieno. Esiste un ulteriore merito, meno ovvio e meno noto, legato alla costante presenza della madre o del padre: che entrambi lavorino o no fuori casa, i bambini restano comunque esposti all’eventualità di incidenti. Potrebbero verificarsi esplosioni di rabbia rivolte verso di loro, che ne risulterebbero

14 Sempre con lui

spaventati. Un genitore a casa ha quantomeno modo di accorgersi subito del problema, e in caso di malattia o lesioni, di accompagnare il figlio dal medico, o di dimostrargli amore e attenzione. La risposta alle esigenze del proprio bambino, solerte e appropriata, fa di lui un genitore amorevole e premuroso.

È mio sincero auspicio e intento incoraggiare sia i genitori in attesa che i neogenitori a sopportare piccoli sacrifici e adattamenti temporanei che permetteranno loro di accompagnare questi piccoli cittadini del mondo negli anni più delicati della loro formazione.

Tutti noi sappiamo che, per dare fiori profumati e frutti succosi, i semi vanno seminati in un terreno fertile, annaffiati regolarmente e nutriti dalla luce del sole. Anche per i bambini funziona così.

I

CHI SI OCCUPA DEI NOSTRI FIGLI: IL DILEMMA DI OGNI GENITORE

È mattina. Helen si sveglia, si stiracchia e si rigira nel letto per dare al marito il bacio del buongiorno. Con sua grande sorpresa lui non c'è. Sente dei passi nella stanza, si volta e trasale nel vedere un estraneo avanzare verso di lei, con una voce e un volto a lei sconosciuti. L'estraneo si china su di lei, le braccia protese, quindi la solleva dal letto.

Il suo tocco è spaventoso. Helen scoppia a piangere e subito dopo, all'improvviso, si sveglia alla luce del sole.

Helen ha fatto un brutto sogno. A breve gli strascichi emotivi di questo inquietante episodio svaniranno. Ma per milioni di bambini l'incubo di Helen è troppo spesso una realtà, una realtà che si ripete di continuo nel corso dei loro primi anni di vita.

Pensate alla paura e all'impotenza di un bambino che non è in grado di parlare o capire quello che gli viene detto, che non sa proteggersi da un estraneo – una nuova figura di accudimento con una voce, un aspetto, un odore e un tocco sconosciuti. All'improvviso, senza spiegazioni che comunque non saprebbe comprendere, il bambino si trova davanti una persona del tutto diversa dalla madre o dalla figura di riferimento a lui più familiare, con la quale aveva iniziato a sviluppare un importante legame di attaccamento.

Questa esperienza, comune a un numero crescente di bambini sotto i due anni appartenenti al ceto medio, illustra un fenomeno che si è andato sviluppando negli ultimi vent'anni e che è il risultato di una serie di pressioni a cui la famiglia medio-borghese non era mai stata sottoposta fino ad allora. Oggi il reddito familiare è sempre più costituito da due stipendi e, a

16 Sempre con lui

partire dagli anni Novanta, la donna del ceto medio ha iniziato a perseguire obiettivi di realizzazione professionale che risultano spesso in conflitto con il suo ruolo di madre.

Molte professioni svolte fuori casa, oltre a essere intellettualmente stimolanti e fonte di soddisfazioni personali, costituiscono un utile introito all'economia familiare. Una moglie che abbia un buon stipendio o che stia realizzando una carriera importante, spesso ne trae un appagamento e un senso di valorizzazione di sé a cui difficilmente è disposta, seppur per breve tempo, a rinunciare.

Non ci si sorprenda, quindi, del continuo esodo delle madri che lasciano la casa per il posto di lavoro. In genere una madre oggi riprende a lavorare entro i sei mesi del bambino, che viene affidato a una figura di riferimento sostitutiva o a strutture competenti. Le ragioni sono di solito economiche. I genitori spesso ripetono: "Ci vogliono due stipendi per pagare le bollette. Abbiamo trovato una meravigliosa baby-sitter che si prenderà cura del bambino".

È convinzione diffusa che qualunque persona minimamente responsabile sia in grado di cambiare il pannolino a un bimbo di pochi mesi, di nutrirlo, di fargli il bagnetto, insomma di prendersi cura di lui.

Inoltre, le donne con un alto livello di istruzione o che abbiano conseguito una specializzazione (come avvocati, medici, insegnanti, scrittrici, giornaliste) sono spesso portate a pensare che la propria professionalità e competenza andrebbe persa nello svolgimento delle quotidiane mansioni legate all'accudimento di un bambino. È altresì opinione generale che le cure offerte da un sostituto materno vadano sempre bene, a condizione che la persona in questione sia responsabile, non maltratti il piccolo e si preoccupi di tenerlo pulito, ben nutrito e al sicuro.

Si tratta di idee generalmente condivise che tendono a tranquillizzare e a ridurre il senso di colpa e l'ansia di milioni di genitori che, ogni giorno, vanno a lavorare lasciando i figli nelle mani di figure sostitutive per buona parte della giornata.

Ora tali opinioni, tanto rassicuranti quanto ampiamente diffuse, sarebbero valide se i sostituti scelti fossero non solo persone affettuose e competenti, ma anche garanti di una *continuità* di accudimento nei primi anni di vita del bambino.

Un'istituzione molto prestigiosa quale la Carnegie Corporation, in una

pubblicazione del 1994 divenuta pietra miliare nella letteratura del suo genere – *Starting Points: Meeting the Needs of our Youngest Children*¹ –, analizza i primi tre anni di vita del bambino. Il rapporto descrive i vantaggi di un accudimento dei bambini da parte di un ristretto numero di pochi “*adulti affidabili*” in grado di garantire “*una base sicura da cui il bambino possa esplorare in modo più ampio il mondo fisico e sociale*”², oltre a spiegare che “*per uno sviluppo sano, i bambini da 0 a 2 anni hanno bisogno di una relazione continuativa con poche figure di riferimento, primi fra tutti i genitori e, in un secondo tempo, anche persone diverse. Se il contatto primario è solido e costante, il bambino sarà in grado di creare legami di attaccamento basati sulla fiducia, essenziali per uno sviluppo sano*”³.

Purtroppo però, tale continuità viene sempre più negata alla maggior parte dei bambini americani. I sostituti materni a cui vengono affidati i più piccoli, sia in ambito domestico sia nelle strutture competenti, vanno e vengono con grande e malaugurata frequenza. L'avvicinarsi di tante figure diverse ha assunto, come vedremo, ritmi vertiginosi.

Come se non bastasse, sono pochi coloro che si rendono conto delle conseguenze a lungo termine di un simile carosello. Neonati e lattanti non sono preparati ad affrontare questo fenomeno perché prima dei due anni non è loro possibile comprendere il significato delle parole. Tuttavia il cambiamento continuo della figura di riferimento viene già vissuto come una profonda perdita emotiva, perdita che, nel corso degli anni, dispenserà i propri effetti negativi sullo sviluppo del bambino.

Obiettivi di questo libro

PRIMO – Descrivere e illustrare i problemi che possono insorgere dalla mancanza di continuità nell'accudimento di un bambino sotto i 2 anni, sottolineando l'importanza di un genitore “sempre con lui” nei primi anni della sua vita.

1 Carnegie Corporation of New York, *Starting Points: Meeting the Needs of our Youngest Children*, New York, 1994.

2 *Ibidem* pag. VII.

3 *Ibidem* pag. 106.

18 Sempre con lui

SECONDO – Studiare e valutare come i genitori siano (in genere) più motivati, rispetto ai loro sostituti, nell’offrire ai propri figli ad ogni età (sebbene questo libro si occupi soprattutto dei più piccoli), stimoli cognitivi e sostegno emotivo.

TERZO – Offrire soluzioni specifiche per garantire ai bimbi in età preverbale continuità e qualità dell’accudimento, e rendere tale continuità un dato acquisito per le successive fasce d’età, anche nel caso in cui entrambi i genitori lavorino.

Il significato di “continuità” e la sua importanza nella formazione di un “attaccamento sicuro”

Con il termine “continuità” intendo la presenza costante e prevedibile della figura di riferimento *principale*, ovvero la persona che si occupa del bambino per gran parte della giornata e con cui il bambino crea un “legame di attaccamento” o “*bond*”. Alcuni autori parlano di “continuità” come di “costanza dell’accudimento”. Il modo migliore per comprendere l’impatto emotivo di termini come “continuità”, “costanza”, “presenza prevedibile” e “attaccamento sicuro” – e la loro eventuale mancanza – è quello di immaginare la reazione del bambino al presentarsi e allontanarsi delle figure di riferimento. Prendiamo l’esempio di un bambino di due anni che chiameremo Timmy, la cui madre riprende a lavorare a tempo pieno quando lui ha quattro mesi.

L’esperienza di Timmy è tipica di molti bambini che ho curato come psicoterapeuta.

Dalla sua storia se ne possono dedurre i sentimenti, certi pensieri fortuiti e alcune reazioni, utili a capire meglio lo stress prodotto dal continuo avvicinarsi di figure di accudimento diverse.

Sappiamo che Timmy non può tradurre i suoi sentimenti in parole: se però proviamo a immaginare quel che sta pensando, forse arriveremo a comprendere quel che prova.

La storia di Timmy

Quando sono nato, ho pianto perché volevo stare vicino alla mia mamma, sentire il battito del suo cuore e il profumo del suo corpo. Mi piaceva tanto poppare perché in qualche modo rivivevo il piacere provato quand'ero dentro la sua pancia. Durante i miei primi mesi di vita ho preso confidenza con i gesti della mia mamma, che mi cullava, mi cambiava il pannolino, mi sorrideva e mi faceva tanti suoni divertenti. Oramai avevo imparato a riconoscerne l'odore e il modo di parlare. Mi piaceva tanto il suo odore, come mi teneva in braccio e mi stringeva a sé mentre mi portava a spasso. Non ho mai pianto a lungo: subito mamma, o papà, si precipitavano a consolarmi. Mi sentivo un bambino desiderato, amato e protetto.

Poi, un giorno, quando avevo circa quattro mesi e ormai sapevo come si svolgeva la mia giornata, mamma è tornata al lavoro. È arrivata una signora nuova, Betty, a darmi il biberon, a cambiarmi i pannolini e a tenermi in braccio. A me non piaceva per niente.

Perché mamma se ne era andata? Ho pianto tanto perché mamma o papà tornassero, volevo che fossero loro a occuparsi di me. Ho pianto più a lungo e più forte di quanto avessi mai fatto prima.

Molto, ma molto più tardi, la mia mamma è *tornata* a casa. Ero tanto contento di vederla, ma lei se n'è andata anche il giorno dopo. Ho pensato che non ero più il suo bimbo speciale.

Dopo circa una settimana mi sono abituato a Betty, sebbene fossi ancora arrabbiato per l'assenza di mamma. Betty mi dava da mangiare e mi teneva pulito ma non rideva e non mi parlava tanto come facevano mamma e papà. Però sapeva cantare. Dopo un po' di tempo mi sono abituato al suo odore e alla sua voce. Tutto sommato era simpatica. Quando ero triste mi prendeva in braccio e mi teneva proprio come faceva la mia mamma quando si occupava di me tutto il giorno.

Quando avevo circa otto mesi, Betty all'improvviso è scomparsa. Non so perché, ma non è più tornata. Ha iniziato a prendersi cura di me una certa Agata. Ero triste e arrabbiato allo stesso tempo. Non solo non avevo più la mamma con me quando la desideravo, ma non avevo più neanche Betty. E questo proprio quando aveva cominciato a piacermi.

Perché se ne era andata? Nessuno sapeva dirmelo. Se ne era andata e basta. Ho pensato di non essere un bravo bambino: nessuno voleva stare con me. Agata non mi piaceva, aveva un odore diverso. Non mi teneva come faceva Betty e, quando mamma non era nei paraggi, stava sempre a brontolare. Ero così triste! Non facevo che dormire. Non avevo voglia di gattonare per

20 Sempre con lui

casa o di cercare di stare in piedi. Piangevo ma tanto mamma non tornava prima. Di notte mi svegliavo diverse volte per vedere se mamma e papà c'erano davvero. Mamma si arrabbiava con me ma io non me ne curavo: anch'io ero arrabbiato.

Quando avevo circa un anno, Agata non è più venuta. Anche lei mi aveva lasciato. Tutte le mattine, mamma mi caricava in macchina per portarmi in una casa strana dove una signora di nome Jenny e un'altra donna che la aiutava si occupavano di me, di un altro bambino, di una bimba di quattro anni e di due gemelli di due. C'erano molti giocattoli ma io ero troppo spaventato e preoccupato per giocare.

Jenny, che non smetteva mai di sorridere, ha detto a mamma che mi sarei trovato bene con gli altri bambini. Mamma mi ha dato un bacio, e con un "torno più tardi" e se n'è andata. Non smettevo più di piangere. Jenny è venuta a consolarmi ma l'altro bimbo piangeva pure lui e lei è dovuta andare a dargli da mangiare. Così mi ha passato alla sua aiutante, che con voce cattiva mi ha ordinato di smettere di piangere. Ma io non ci riuscivo. Volevo la mia culla, la mia coperta, la mia cameretta. Volevo la mia mamma o il mio papà. Quando finalmente mamma è tornata a prendermi, io non potevo raccontarle della donna dalla voce cattiva. Quando Jenny le ha riferito che era andato tutto bene, io non potevo dirle che avevo pianto e che ero rimasto digiuno per quasi tutta la giornata. Nelle settimane successive non ho saputo raccontarle del bambino di quattro anni che mi aveva fatto cadere dalla sedia e battere la testa. Avevo sul serio bisogno della mia mamma in quel momento. Non ho saputo dirle che i gemelli mi portavano via i giocattoli, o raccontarle che non c'erano adulti a giocare con noi, a sorriderci o a parlarci, se non quando arrivava il papà o la mamma di uno di noi.

Più sto a casa di Jenny e più sento di non essere amato da nessuno. La mia mamma mi abbraccia e *dice* di amarmi.

Ma se mi amasse davvero non mi lascerebbe per così tanto tempo e starebbe lì con me quando mi faccio male o sono triste. Credo che non le importi più nulla di me: tutto il suo tempo e tutte le sue energie lei li dedica all'ufficio. Quando, nel tardo pomeriggio, mi viene a prendere per portarmi a casa, è stanca e affannata. Lei e papà sono nervosi, e quando mi leggono qualcosa, dopo vogliono che me ne vada subito a nanna. Io li sento quando parlano con i loro amici della "qualità" del tempo trascorso con me una volta rientrati dal lavoro, ma io invece preferirei meno di quella "qualità" e mamma sempre a casa con me, tutto il giorno. Tornerei a dipendere solo da lei, ritroverei la fiducia e la sicurezza di essere il suo bimbo speciale. Non sarei più tanto inquieto.

Adesso che ho quasi due anni sono così sconvolto e arrabbiato con mamma e papà che neanche li sto ad ascoltare, perché loro non ascoltano i miei bisogni. Devo contare solo su di me per consolarmi e darmi piacere. Se piango non cambia nulla, quindi tanto vale smettere di piangere e lamentarsi. Mi succhierò di più il dito e forse troverò altri giocattoli da gettare per terra. Sento i miei genitori quando confessano ai loro amici di quanto si sentano in colpa di dovermi lasciare a casa di Jenny, ma di come ci sia bisogno di due stipendi per traslocare in una casa più grande e comprare una macchina nuova. A me piacciono la casa e la macchina che abbiamo ora. Vorrei che la mia mamma e il mio papà sapessero che l'unica cosa di cui mi importi davvero è averli vicino a me. Ma i miei bisogni non sembrano interessarli, quindi credo che mi toccherà restare con Jenny, o con qualcun altro come lei, per molto, molto tempo ancora.

Fermiamoci un attimo a osservare un po' più da vicino che cosa è successo davvero a Timmy nei primi diciotto mesi della sua vita. E ricordiamoci che quanto è successo a lui si verifica sempre più spesso in milioni di famiglie negli Stati Uniti [e in Europa, N.d.E.].

Timmy ci "ha detto" quanto si sentisse bene e al sicuro nei suoi primi quattro mesi di vita, quando mamma e papà si prendevano cura di lui: lo cullavano, gli cambiavano il pannolino, gli sorridevano e rispondevano subito ai suoi pianti. Timmy conosceva l'odore, la voce e le altre caratteristiche fisiche di sua madre (parole queste che ricordano quelle di *Diario di un bambino* di Daniel Stern⁴).

Poi, alla tenera età di quattro mesi, questa felice routine viene interrotta all'improvviso. La mamma di Timmy torna al lavoro e una nuova figura di riferimento principale si occupa di lui per l'80% o più della sua giornata. Questa percentuale vi scandalizza? Forse, ma sta di fatto che una tata che sta con un bambino dalle 8 di mattina alle 6 di sera per cinque giorni la settimana è responsabile della fetta più grossa del suo tempo!

La conseguente interruzione della continuità del fragile legame di attaccamento ancora in via di strutturazione infligge un duro colpo alla stabilità emotiva di Timmy. Ad aggravare tale trauma interviene la sua incapacità di esprimersi: non ha avuto modo di prepararsi al cambiamento che avrebbe

4 Stern, Daniel, *Diario di un bambino*, Mondadori, 1999 (titolo originale: *Diary of a Baby*, New York, Basic Books, 1990).

22 Sempre con lui

dovuto affrontare. Per citare la nota psicologa infantile Penelope Leach, un bambino dell'età di Timmy “*non può sapere che il genitore appena andato via prima o poi tornerà, non è in grado di quantificare il tempo trascorso, né di interiorizzare l'immagine del genitore per anticiparne il ritorno*”⁵.

Ciononostante, come molti bambini, Timmy ha ottime capacità di recupero. Dopo poco tempo comincia a fidarsi di Betty, la sua prima tata, con la quale arriva a stabilire un legame. La sua vita torna a essere prevedibile e rassicurante, perché chi si occupa di lui risponde a ogni sua necessità con amore e dedizione.

Purtroppo però, quattro mesi dopo – a soli otto mesi –, Timmy si trova a doversi confrontare con un nuovo sconvolgimento quando Betty all'improvviso va via e lui viene affidato a una nuova tata, Agata. Ad aggravare ulteriormente questa vera e propria violenza emotiva, l'abbandono, pochi mesi più tardi, anche da parte di Agata e l'irruzione nella sua vita di Jenny, con la sua casa sconosciuta piena di altri bambini.

Nel descrivere i sentimenti di un bimbo come Timmy, abbandonato da numerose figure di riferimento, la dottoressa Leach aggiunge: “*La disperazione del bambino che si sente abbandonato è disperazione vera, anche se l'abbandono non è altro che il quotidiano allontanamento di un genitore che va al lavoro*”⁶. Il problema di Timmy, poi, è ancor più esasperato dalla perdita consecutiva di più figure di riferimento. Il racconto della sua triste esperienza illustra meglio di tanti manuali il trauma causato dalla discontinuità dell'accudimento e dal continuo e inaspettato avvicendamento di diverse figure di riferimento nei primi anni di vita.

Purtroppo quando un bambino come Timmy viene accompagnato da un terapeuta in età scolare, o addirittura prescolare, difficilmente si riesce ad accedere a certi episodi della primissima infanzia. Una madre o un padre che lavora spesso non è a conoscenza degli eventi significativi dei primi anni del figlio. Timmy era stato forse spaventato da un cane? Era caduto dal letto? Era stato spintonato da un altro bambino? Aveva dovuto piangere a lungo perché gli venisse dato il biberon?

Timmy non poteva raccontare al terapeuta che Agata era nervosa e depressa, non poteva esprimere la propria tristezza per l'improvvisa scom-

⁵ Leach, Penelope, *Children First: What our Society Must Do And Is Not Doing for Our Children*, New York, Knopf, 1994.

⁶ *Ibidem* pag. 206.

parsa di Betty o la paura di essere lasciato in un “posto strano”, qual era per lui la casa di Jenny. Eventi così remoti sono quasi sempre impossibili da recuperare, e i ricordi del bambino rappresentano spesso un contributo inaccessibile per il lavoro psicoterapeutico. La mancanza di informazioni riguardanti la storia del paziente e dei suoi genitori, come nel caso delle difficoltà di Timmy a fidarsi degli adulti, mina le probabilità di successo di una psicoterapia. A quel punto, le ferite nell’anima del bambino restano aperte e a volte non guariscono mai.

Le esperienze preverbalì irrisolte rischiano di inibire seriamente la capacità di un bimbo come Timmy di inserirsi costruttivamente nel mondo e di esprimere il proprio potenziale intellettuale.

Perché la terapia diventi un’esperienza davvero riparatrice è importante che la relazione con il terapeuta si fondi in principio sulla fiducia. Tuttavia, la capacità di provare fiducia dipende dalla qualità delle esperienze con le primissime figure di accudimento. Nel caso di Timmy, lui non è mai riuscito a costruire legami di attaccamento sufficientemente intimi e saldi e quindi tenderà ad essere piuttosto cauto nel creare un rapporto di vicinanza con un terapeuta.

Nei miei 35 anni di esperienza clinica con i bambini, mi sono resa conto che i problemi affrontati in studio negli ultimi dieci anni sono molto più seri di quelli di 15 o 30 anni fa. Altri terapeuti infantili concordano nell’affermare che oggi non si curano più semplici nevrosi e problematiche legate allo sviluppo, ma disturbi più complessi che riguardano le capacità di relazione, l’iperattività e le gravi manifestazioni di aggressività.

Tali disturbi hanno soppiantato difficoltà di più semplice risoluzione quali, ad esempio, la rivalità tra fratelli, l’educazione sfinterica, l’enuresi notturna, i problemi alimentari e le lotte di potere tra il bambino e i genitori. Il progredire delle disfunzioni infantili sembra aver avuto una lenta evoluzione. Le storie di questi bambini rivelano che, in numero sempre crescente, vengono affidati ancora piccolissimi alle cure di molte persone diverse. Ciò starebbe a indicare che esiste una relazione di causa-effetto tra precoce discontinuità delle cure e gravità degli effetti prodotti.

24 Sempre con lui

Scegliere: un genitore o un sostituto

Tutti i genitori prima o poi si trovano a dover scegliere dei sostituti che si occupino dei loro figli. La scelta dovrebbe essere tra due alternative:

1. Un genitore (o entrambi i genitori) resta a casa con il bambino e provvede a quella continuità dell'accudimento che è stata negata a Timmy. È ovvio che non si tratta di un'alternativa accessibile a *tutti*, ma possibile per *molti* milioni di genitori, se solo fossero disposti ad accettare alcune momentanee rinunce economiche e professionali (si veda il capitolo II). Naturalmente ciò dipende anche dalle possibilità materiali della famiglia e dalle soluzioni pratiche di fatto adottabili per mettere in atto le decisioni prese (si veda il capitolo VII).

2. La seconda alternativa consiste nel trovare una persona che si prenda cura del bambino con affetto e dedizione, garantendo quella *continuità* necessaria al pieno raggiungimento del suo potenziale intellettuale ed emotivo e alla realizzazione di una vita appagante (si veda il capitolo VII e le soluzioni per garantire la continuità dell'accudimento da parte di un sostituto).

Più avanti verranno analizzati sia i vantaggi della prima alternativa, sia le soluzioni proposte per la realizzazione della seconda. Ma riuscire a garantire al proprio bambino la continuità di un accudimento premuroso, a prescindere dalla scelta fatta, produrrà i seguenti benefici:

- ottimismo e autostima;
- una maggiore capacità di ascolto e di apprendimento nei confronti di genitori, insegnanti e altri adulti;
- una maggiore capacità di interiorizzazione di principi morali positivi proposti dai genitori e della comunità;
- una maggiore capacità di stabilire relazioni di intimità durante l'adolescenza e nell'età adulta. In termini pratici, ciò si esplica in una maggiore probabilità di contrarre matrimoni felici e duraturi.

I genitori potrebbero chiedersi: “Sebbene il nostro bambino abbia sperimentato un accudimento discontinuo nei primi mesi e anni di vita, perché non dovrebbe essere in grado di realizzare un attaccamento sicuro più avanti, qualora gli venisse garantita maggiore continuità, per esempio, a 3, 4 o 5 anni?” La risposta è che mentre la prevedibilità e la stabilità dell'accudimento è sempre importante a qualsiasi età, *la capacità di provare fiducia si*

sviluppa soprattutto nei primi 3 anni di vita. Si tratta della principale tappa di sviluppo dell'infanzia: è in quegli anni che il bambino vive le sue prime esperienze di relazione. Se la capacità di provare fiducia *non* si compie in *quel* periodo, si vanno man mano a definire quelle potenti strutture di difesa inconscia che servono a proteggersi dal dolore della delusione, dell'abbandono e della perdita. Tali strutture fungono da corazza emotiva, con lo svantaggio però di impedire al bambino di formare quelle intime alleanze tanto importanti per la formazione di relazioni positive.

Inoltre, come evidenziato con forza e convinzione da recentissimi studi, risulta che le difese costituite nella primissima infanzia rimangono come elemento strutturale alla base del carattere del bambino, e dell'adulto che sarà.

Come sostiene L. Alan Sroufe: *“Le esperienze precoci possono assumere un significato speciale perché vanno a costituire il fondamento dell'intero processo di sviluppo successivo. Un accudimento di scarsa qualità nei primi anni di vita, quando si stabiliscono i primi legami di attaccamento, può produrre conseguenze molto più profonde di uno scarso accudimento ricevuto in anni successivi”*⁷.

È molto difficile giudicare gli aspetti positivi o negativi di un sostituto materno quando un genitore non è lì a osservarlo, valutarlo e a metterlo in discussione. Come è possibile conoscere il livello dell'accudimento ricevuto dal bambino? E con quanta gentilezza, allegria, solerzia, sintonia ed empatia si è soliti rispondere alle necessità di un lattante o di un bambino tanto indifeso?

Basi della teoria dell'attaccamento

Le basi teoriche che oggi consentono di identificare le difficoltà di sviluppo di un attaccamento sicuro nei primi anni di vita, furono gettate dallo psichiatra inglese John Bowlby che, con la psicologa Mary Ainsworth, fu tra i primi, nel 1940, a osservare e descrivere il legame di attaccamento tra mamma e bambino, il concetto di “base sicura” e la reazione alla separazione dalla madre, illustrata nella storia di Timmy.

⁷ Sroufe, Cooper, DeHart e Marshall, *Child Development: Its Nature and Course*, 2° ed., New York, McGraw Hill, Inc., 1992, pag. 217.

Fin da subito, Bowlby notò che i bambini separati dai genitori durante i massicci bombardamenti su Londra della seconda guerra mondiale (per motivi di sicurezza, i bambini venivano mandati presso famiglie che vivevano in campagna) avevano subito traumi emotivi maggiori rispetto ai coetanei rimasti con la propria madre durante gli attacchi aerei. In un articolo intitolato *Forty-Four Juvenile Thieves* [“quarantaquattro ladruncoli”, N.d.T.]⁸, Bowlby mostrava l’alto tasso di delinquenza minorile nei ragazzi che avevano subito una precoce separazione materna.

Sulla base delle sue osservazioni cliniche, Bowlby iniziò a formulare la nota “teoria dell’attaccamento” il cui principio fondamentale è che un bambino è portato per istinto ad assumere comportamenti volti a garantirgli la stretta vicinanza con la madre o con un’altra principale figura di riferimento. Scopri inoltre che i neonati e i lattanti separati dalla madre o da una figura analoga subiscono un grave stress emotivo. A differenza di Freud, che indicava nelle pulsioni istintuali (sesso, aggressività, fantasie e conflitti interni) i principali moventi del comportamento, Bowlby era molto più interessato alle esperienze reali dei bambini e alla qualità della loro relazione con i genitori o con le persone destinate a prendersi cura di loro. È interessante notare come, cinquant’anni dopo, la stessa teoria venga esposta dal *Carnegie Corporation Report*, che afferma: “Già sul finire del primo anno di vita, il bambino ha raccolto un significativo numero di ricordi legati a episodi particolarmente importanti e significativi”⁹.

Un altro principio della teoria di Bowlby è l’importanza del legame di attaccamento del bambino con la persona che per prima si è presa cura di lui e delle profonde conseguenze che le precoci esperienze scaturite da tale attaccamento – o dalla sua assenza – esercitano negli anni a venire. “*Quello di base sicura individuale*”, scrive Bowlby, “*dalla quale un bambino, un adolescente o un adulto parte per esplorare il mondo e alla quale ritorna di quando in quando, è un principio cruciale per comprendere lo sviluppo e il funzionamento, nell’arco dell’intera esistenza, di un individuo emotivamente stabile*”¹⁰. Bowlby ritiene che “l’attaccamento” primario tra il

8 Bowlby, J., *Forty-four Juvenile Thieves: Their Characters and Home Life*, “International Journal of Psychoanalysis” n. 25, Gordon Bailiere, Tindall & Cox, 1946., pagg. 19-52; 107-127.

9 Carnegie Report, *Starting Point*, op. cit. pag. X.

10 Bowlby, J., *Una base sicura. Applicazioni cliniche della teoria dell’attaccamento*, Corti-

bambino e una figura materna serva da prototipo per le future relazioni sociali, per cui l'assenza *precoce* di un adeguato accudimento avrà *successive* ripercussioni sulla vita di relazione. Molti psicologi dello sviluppo concordano nell'affermare che i bambini necessitano di cure amorevoli, solerti e costanti nel tempo, e che abbiano bisogno, oltre che di protezione e nutrimento, di stimoli e d'amore. Come già rilevava il dottor R.A. Spitz dall'osservazione dei piccoli ospiti di strutture educative e istituti, quando ci si limita a dispensare cure meramente materiali, molti bambini smettono di crescere e spesso muoiono¹¹.

Nei primi anni Settanta due ricercatori, Suomi e Harlow, studiarono gli effetti della separazione dalla madre nei cuccioli di scimmia e scoprirono che le scimmie private delle normali cure materne presentavano problemi analoghi a quelli degli esseri umani. I piccoli isolati, per esempio, manifestavano evidenti segni di stress emotivo e comportamenti insoliti nonostante venissero loro garantiti cibo e acqua. Tali anomalie erano molto simili a quelle riscontrate nei bambini descritti dal dottor Spitz¹².

I motivi della sottovalutazione dei problemi dovuti all'avvicendamento di diverse figure di riferimento

È piuttosto evidente che i problemi legati alla primissima infanzia sono stati ampiamente ignorati dall'opinione pubblica, dagli organismi governativi e dai servizi di igiene mentale. Questa è una delle principali ragioni per le quali la Carnegie Corporation ha deciso di focalizzare la propria attenzione su questo momento specifico della vita del bambino: "*L'arco di tempo che va dal periodo prenatale ai primi tre anni di vita – denuncia il Carnegie Report – è probabilmente il più ignorato*"¹³. E per evidenziare il grande numero di individui coinvolti, non manca di sottolineare che "*ad oggi, negli*

na Raffaello, 1989 (titolo originale: *A Secure Base*, New York, Basic Books, 1988) – Traduzione libera dell'originale inglese.

11 Spitz R. A., "Hospitalism: An Inquiry into the Genesis of Psychiatric Condition in Early Childhood", in *Psychoanalytic Study of the Child*, 1945. pagg. 53-74.

12 Suomi S. J. e Harlow H. F., "Abnormal Social Behavior in Young Monkeys", in *Exceptional Infant*, vol. 2, New York, Bruner/Mazel 1971.

13 Carnegie Report, *Starting Point*, op. cit., pag. X.

*Stati Uniti si contano 12 milioni di bambini di età inferiore a 3 anni*¹⁴.

Sono molte le ragioni per cui il problema della discontinuità dell'accudimento e del continuo avvicinarsi di diverse figure di riferimento – con relative ripercussioni sulla salute del bambino – è stato così a lungo e così largamente ignorato dai genitori e da buona parte degli operatori socio-sanitari.

La prima è che il problema si è andato insinuando poco alla volta, in punta di piedi. Non ci sono state trombe ad annunciare l'esodo delle donne che, anno dopo anno e sempre più numerose, abbandonavano il focolare per il posto di lavoro – o, se si è udito uno squillar di trombe, era in onore della rivoluzione epocale! Nel 1965 solo il 17% delle madri di bambini di un anno lavorava a tempo pieno o mezza giornata¹⁵. Erano quindi le madri casalinghe a garantire la necessaria continuità all'accudimento della prole, senza difficoltà se non in caso di separazione o di morte di uno dei genitori.

Da allora si è consumata una rivoluzione sociale silenziosa. Un insieme di pressioni economiche (alcune reali e altre indotte dai mass-media), unite al dilagare del movimento femminista, ha comportato un ribaltamento delle statistiche riguardanti il lavoro femminile, tanto che oggi ben più del 50% delle madri – anche quelle con figli molto piccoli – lavora fuori casa. Ma il ribaltone è stato così graduale che solo pochi operatori socio-sanitari ne hanno rilevato gli effetti sui bambini.

Le *conseguenze* del frequente avvicinarsi di figure di riferimento sempre diverse sono state anch'esse assai sottostimate – e in questa sede verranno analizzate nel dettaglio nel capitolo IV.

Tali disturbi, tra cui delinquenza, abbandono scolastico, depressione, uso di droghe e difficoltà nelle relazioni intime, spesso si manifestano solo molti anni più tardi. Ecco perché alcuni genitori non colgono – o si rifiutano di cogliere – il rapporto di causa-effetto tra l'alternanza delle baby-sitter durante l'*infanzia* e i comportamenti negativi degli anni *successivi*. Essi prestano scarsa attenzione alla qualità dei legami di attaccamento precoce dei figli, avendo piuttosto la tendenza ad attribuire la responsabilità di certi cattivi comportamenti alla scuola, ai compagni, alla televisione e anche alle baby-sitter del momento.

14 *Ibidem*, pag. XIII.

15 *Ibidem*, pag. 43.

Ma, come osserva lo psicologo Jay Belsky riguardo all'affidamento dei figli a strutture per l'infanzia: *“si può ragionevolmente ipotizzare che le modalità di accudimento adottate nella prima infanzia possano essere associate a un atteggiamento sempre più elusivo della madre, tale per cui il legame di attaccamento risulta essere di grande insicurezza, e all'eventuale calo di collaborazione e obbedienza nei confronti degli adulti, all'aumento dell'aggressività e persino a un maggior disadattamento in età prescolare e scolare”*¹⁶.

Il secondo motivo sostanziale per cui si sono ignorati i problemi legati alla frequente sostituzione delle figure di riferimento è semplice: il messaggio è scomodo e spiacevole.

Nessun genitore, in attesa di un figlio o dopo la sua nascita, vuole sentirsi dire che andare a lavorare e lasciare il proprio figlio con una persona pagata per prendersi cura di lui può essere dannoso. Ed è ancora più scomodo prendere in considerazione un'ovvia e pratica soluzione: quello di accettare qualche piccolo sacrificio economico e personale, per consentire a uno dei due genitori di rimanere a casa per un paio d'anni, o fintanto che il bambino non sia veramente in grado di comprendere il motivo per cui papà e mamma sono assenti per la maggior parte del tempo. È più facile negare l'esistenza del problema e “attaccare il messaggero” accusandolo di essere sessista, retrogrado, in torto o inadeguato rispetto alla realtà attuale. Pochi di noi sono disposti ad ammettere di aver fatto qualcosa di potenzialmente nocivo per i propri figli.

I professionisti della salute mentale e i genitori sono ben consapevoli degli effetti a lungo termine delle violenze *fisiche e sessuali*, ma intento di questo libro è chiarire finalmente il principio secondo cui frequenti sostituzioni delle figure di riferimento nella primissima infanzia, così come attaccamenti caotici e imprevedibili sono causa di una diversa e più sottile forma di sofferenza emotiva, tanto subdola da passare il più delle volte inosservata. Cogliere e finanche capire i mutamenti degli ultimi anni, e il perché di tali mutamenti, ci darà modo di affrontare con maggior sensibilità e intuito il dilemma di chi sia più idoneo a occuparsi dei nostri figli: ecco lo scopo di questo libro. Una maggiore consapevolezza delle difficoltà farà sì che i genitori riescano a trovare le soluzioni più idonee all'accudimento dei loro figli con maggior facilità.

¹⁶ Belsky, J., *Infant Day Care: a Cause for Concern*, “Zero to three”, settembre 1986, pag. 6.

Riporteremo esperienze atte a dimostrare come i genitori (più che i sostituti) siano di continuo arricchimento per la vita dei figli nel corso di *tutta* l'infanzia. Stiamo parlando di qualcosa che dovrebbe risultare ovvio, e cioè che la maggior parte dei genitori è desiderosa di dare affetto e sicurezza. Ora però mostreremo come la presenza di un genitore comporti numerosi vantaggi “nascosti” per *ogni* età del bambino.

Mi rendo conto che *alcune* madri o *alcuni* padri risultino irrispettosi, ostili e inadeguati nei confronti dei figli, o irrimediabilmente infelici nel ruolo di genitori, e che esistono molti sostituti *in grado* di offrire un ambiente sereno e stimolante in cui crescere. Comunque sia, questo libro si rivolge alla maggior parte delle madri e dei padri dotati di stabilità emotiva, energia e motivazione sufficienti a occuparsi in prima persona della gestione amorevole dei propri figli.

Infine, riconosco che alcuni dei consigli volti a incoraggiare i genitori in tal senso risultino economicamente impraticabili per molte famiglie. A queste ultime suggerisco alcune soluzioni pratiche (si veda il capitolo VII), per garantire ai figli la necessaria continuità dell'accudimento nei primi anni di vita anche attraverso sostituti materni, oltre a illustrare come il lavoro *part-time* dia al bambino l'opportunità di creare un legame di attaccamento con il genitore evitando, nello stesso tempo, l'eccessiva dipendenza emotiva dal sostituto materno.

Questo libro è dedicato al bambino. È stato scritto per aiutare madri e padri a capirne meglio i bisogni emotivi. Come sottolineato nell'ultimo capitolo, sono pochi i difensori dei più piccoli, che pure ne avrebbero tanto bisogno!

So che per le madri e i padri non sarà una lettura consolatoria, ma desidererei che lo fosse. Non è di conforto al nostro *ego* di genitori, né ci dice quale grande lavoro stiamo facendo nonostante gli ostacoli economici da affrontare. E neppure placa il senso di colpa che ci assale ogni qual volta i nostri figli si trovano ad affrontare numerose perdite e separazioni.

E nello sforzo di capire i problemi di tanti genitori, e futuri genitori, ho maturato, nel corso degli anni, la consapevolezza che sono i nostri cittadini più giovani – gli adulti e i leader di domani – ad aver bisogno di un portavoce già da molto piccoli, e di protezione, sostegno e fiducia. Ma loro non sanno esprimere la necessità di cure costanti e della presenza di una mamma o di un papà sempre vicini.

II

UN DONO D'AMORE: IL MESTIERE DI GENITORI COME CARRIERA TEMPORANEA

Da quando la società umana ha raggiunto quel punto del cammino verso la civiltà in cui la mera sopravvivenza non rappresenta più la principale preoccupazione quotidiana, la ricerca dell'amore reciproco è diventata la meta più ambita, oltre che la maggiore fonte di ansia per gran parte di uomini e donne.

Di tanto in tanto i sondaggi d'opinione chiedono agli americani qual è secondo loro il principale ingrediente della ricetta per la felicità personale. Più di nove persone su dieci collocano l'amore in cima alla lista, ben prima di denaro, posizione sociale, potere e fama. Ma sebbene la capacità di dare e ricevere amore risulti tanto desiderata e ricercata, oltre che così determinante per la nostra esistenza, sembrerebbe – in molti casi e per molte persone – altrettanto inafferrabile. Inutile citare l'evidenza delle statistiche sui divorzi, o le scoraggianti osservazioni degli esperti sul proliferare di relazioni disfunzionali per dare triste dimostrazione del fatto che molti di noi hanno difficoltà a instaurare rapporti di intimità e ad impegnarsi emotivamente. In breve, sembrerebbe che siano pochissimi gli individui dotati della capacità – tanto agognata da ognuno di noi – di vivere e mantenere una relazione d'amore.

Supponiamo che qualcuno vi dica di essere dotati, in quanto genitori, della capacità di fare a vostro figlio un regalo speciale: la capacità di amare. Supponiamo, inoltre, che vi venga svelato che tale regalo potrebbe offrirgli qualcosa in più della capacità di dare e ricevere amore; che, per esempio,

saprebbe instillare in lui altre qualità, come la curiosità, la creatività, l'energia, la resistenza, la moralità, la motivazione, la perseveranza e l'autostima – qualità a garanzia di una vita felice e piena di soddisfazioni, non solo durante l'infanzia, ma anche nell'età adulta. Naturalmente nessun genitore rifiuterebbe l'offerta.

Però, come per tutti i doni magici, c'è un prezzo da pagare. Vi viene detto che il regalo deve essere offerto ogni giorno per diversi anni, che è compito vostro garantire al bambino la presenza positiva di una persona allegra e affettuosa che si prenda cura di lui e che sia sensibile e in sintonia con le sue esigenze. Vi viene anche raccomandato di assicurarvi della continuità dell'accudimento, riducendo al minimo eventuali traumi e separazioni fin tanto che il bambino non abbia compiuto due o tre anni. È questo l'arco di tempo, detto periodo preverbale, che termina (in alcuni casi raggiunti i due anni di età, in altri casi i tre anni) nel momento in cui il bambino riesce a farsi capire con una certa facilità ed è in grado di comprendere i messaggi a lui rivolti, ed è quindi pronto ad affrontare i cambiamenti legati al distacco.

Non è facile fare un regalo come questo, neanche quando il genitore è presente. Ma se i contatti con la persona che si prende cura del bambino negli anni formativi sono ridotti al minimo, il dono d'amore è pressoché impossibile.

L'importanza della principale figura di riferimento

Immaginate un coniuge che dichiara a parole il proprio amore ma che sia a casa solo di rado, che lavori fino a tardi durante la settimana, che trascorra gran parte del fine settimana con gli amici e che sia poco disponibile quando gli si chiede affetto e consolazione. È ovvio che chiunque dubiterebbe della forza del sentimento e dell'impegno di un simile compagno e che, col tempo, la fiducia in lui riposta andrebbe pian piano sgretolandosi.

Allo stesso modo, le dichiarazioni d'amore di un genitore per il figlio non possono essere puramente verbali; un bimbo piccolo non capisce le parole "ti voglio bene". Per dargli la sensazione di essere amato, bisogna che le parole vengano accompagnate da – o se volete tradotte in – *un gran numero di interazioni affettive quotidiane*. Terminologia tecnica che sta semplicemente a indicare l'insieme delle azioni svolte da un genitore (o

da una diversa figura di riferimento principale) nell'accudire ogni giorno e con amore il proprio bambino: allattarlo, cantargli la ninna-nanna, tenerlo in braccio e cullarlo mentre piange, parlargli facendogli i versetti, divertirlo con un giochino o leggergli un libro illustrato.

Se le persone che lo accudiscono cambiano di frequente, il bambino non riuscirà a sviluppare la fiducia in un mondo sicuro e prevedibile. Se la persona con la quale sta realizzando un legame d'attaccamento scompare all'improvviso, sostituita da una figura sconosciuta, è come se d'un tratto gli venisse a mancare il terreno "emotivo" sotto i piedi, procurandogli ansia e tensione. Ne potrebbe risultare una maggiore difficoltà a creare stretti legami affettivi con le successive figure di riferimento, oltre che una ridotta capacità di instaurare, nel corso degli anni, relazioni basate sull'amore e sull'intimità.

Purtroppo, nell'America di oggi i bambini sempre più spesso subiscono il frequente alternarsi di diversi sostituti materni, sia nel caso di un continuo avvicendamento di baby-sitter o domestiche sia in quello dei numerosi *turnover* delle educatrici nei nidi, anche in quelli migliori.

Per capire cosa prova un bambino quando le persone che si prendono cura di lui continuano a cambiare, cercate di immaginare di essere pazienti ricoverati in ospedale. In genere il personale infermieristico è organizzato su due o tre turni diversi nell'arco delle 24 ore. Un'infermiera mai vista prima all'improvviso compare al vostro capezzale: per la maggior parte dei pazienti adulti, questo avvicendamento può creare fastidio e disappunto.

In molti casi sono sufficienti otto ore di degenza perché si instauri un rapporto tra paziente e infermiere, ma con il turno successivo il malato è costretto a stabilire un nuovo legame con chi si prende cura di lui in quel momento. Tuttavia può capitare che, all'ennesimo cambio di turno, il paziente rinunci definitivamente a qualsiasi interazione, chiudendosi in se stesso.

Si può presumere che i sentimenti appena descritti siano simili a quelli di un neonato che abbia acquisito familiarità con l'odore, le braccia e la voce della persona che si prende abitualmente cura di lui. Quando a questa succede un estraneo, è bene tenere a mente che il neonato risulterà assai più vulnerabile dell'adulto succitato: non è in grado di parlare, né di capire il linguaggio e non ha neppure la maturità necessaria per iniziare a comprendere i tanti avvicendamenti nella persona per lui più importante: la principale figura di riferimento.

I vantaggi di un genitore come principale figura di riferimento

Se le possibilità economiche lo consentono, contare su un genitore come principale figura di riferimento presenta vantaggi evidenti. I genitori risultano più motivati, pertanto più affidabili e meno soggetti a improvvise scomparse, abbandoni o trasferimenti in altre città. A differenza di un sostituto, è improbabile che si prendano una vacanza fuori programma, o che trovino scuse improponibili per non presentarsi al mattino. Di tutte le persone che possono occuparsi di un bambino, i genitori sono di certo quelle ad avere maggior interesse a garantirgli un accudimento continuativo e qualitativamente valido.

Nel 1994 il dottor Benjamin Spock, prendendo in esame i problemi legati alle cure genitoriali o sostitutive, spiegò quanto fosse auspicabile che almeno uno dei genitori (se non entrambi) *“dedichi molto del proprio tempo ai figli nei loro primi due o tre anni di vita, non solo nutrendoli, vestendoli e tenendoli puliti, ma donando loro un senso di sicurezza e intimità”*, e aggiunse: *“In questo periodo, sempre che la situazione economica familiare lo permetta, è preferibile che uno dei due genitori si astenga dal lavorare fuori casa”*¹.

Penelope Leach torna a sottolineare il valore della presenza dei genitori: *“Per quanto si tenda a delegare ad altre figure di riferimento o alle istituzioni educative, il ruolo dei genitori e delle figure genitoriali resta determinante in ogni fase della lunga infanzia dell'uomo, se non altro perché sono proprio loro a desiderare con più slancio di accontentare i figli, ed è di questo slancio che c'è tanto bisogno”*².

Se questo è vero, è necessario che le madri e i padri rivedano le loro priorità in un'ottica nuova e più ampia secondo cui la paternità e la maternità vengano vissute come temporanea scelta lavorativa.

Di primo acchito occuparsi a tempo pieno di un figlio per un periodo di due anni potrebbe sembrare un impegno troppo prolungato per essere definito “temporaneo”. Ma considerando che gran parte dei giovani genitori di oggi può contare su una prospettiva lavorativa di 25-40 anni o più,

1 Spock, Benjamin, *A Better World for Our Children*, National Press books, 1994, pag. 142.

2 Leach, *Children First*, op. cit. pag. XV

concedersi un breve intervallo di 24 mesi non compromette la futura crescita professionale, né il raggiungimento dei propri personali obiettivi o la realizzazione di una certa sicurezza economica, anche previdenziale.

È altresì importante sottolineare come non sempre una pausa lavorativa di due anni all'inizio del percorso professionale di un genitore ha gravi ripercussioni a lungo termine sulla sua carriera. L'ex primo ministro inglese Margaret Thatcher è l'esempio perfetto di una madre che ha messo da parte il lavoro per stare a casa con i figli fintanto che non sono andati a scuola. Solo allora è tornata alla politica, riprendendo una carriera piena di successi³.

In realtà è più probabile che certe ripercussioni si registrino nel caso in cui, come descritto al capitolo IV, si espone un bambino a frequenti sostituzioni delle figure di riferimento.

Sarebbe forse il caso che i genitori rivedessero anche il significato del termine "carriera": la "genitorialità", la "maternità" o la "paternità" forse meriterebbero di per sé tale titolo, se non altro nel breve arco di tempo interessato e nel momento in cui si prende coscienza dell'impatto di una simile scelta sui figli. Perché se un genitore riesce a trasformare il proprio ruolo in una carriera temporanea a tempo pieno, solo per i primi anni di vita del figlio, arriva a trarre soddisfazione dalla consapevolezza di fare il possibile per offrirgli in dono una base emotiva sicura.

Grazie a questa base, il bambino potrà:

- *Imparare ad aver fiducia e ad amare.* Ne risulterà una maggiore capacità di stabilire e mantenere relazioni intime gratificanti nel corso della vita, come ad esempio un matrimonio felice, oltre che l'opportunità di trasmettere ai figli una base emotiva altrettanto sicura.

- *Muoversi con successo all'interno del sistema educativo,* imparando ad aver fiducia nei docenti e a seguirne gli insegnamenti, oltre che ad affrontare con successo le difficoltà scolastiche e a esprimere al massimo le proprie innate potenzialità.

- *Apprendere e interiorizzare un codice morale costruttivo* aderente alle regole e ai doveri dettati della società.

- *Evitare il consumo di alcol, droghe e sostanze analoghe,* e prevenirne le inevitabili conseguenze.

³ Margaret Thatcher, intervista di Larry King, *The Larry King Show*, Cable News Network, del 26 giugno 1995.

• *Infine, evitare la depressione* e tutti i disturbi emotivi che affondano le proprie radici nei primi anni di vita. Il comportamento depressivo si manifesta già nella prima infanzia, nel caso in cui interruzioni sopravvenute nel processo di attaccamento compromettano la realizzazione di un attaccamento emotivo sicuro. Alle perdite subite fa seguito un periodo di lutto e depressione.

Essere temporaneamente genitore a tempo pieno non significa non uscire mai di casa, non rivolgersi mai a una baby-sitter, o non concedersi una breve vacanza, bensì rappresentare, per gran parte del periodo interessato, la figura di riferimento *principale* per il proprio figlio – la persona su cui poter contare, e che è “sempre con lui” nei momenti di bisogno. Significa avere il compito straordinario di aiutarlo a realizzare quel legame emotivo fondamentale da cui trarrà forza per tutta la vita. Stare sempre con lui gli garantirà, nel corso degli anni, la supervisione, la responsabilità e il sostegno necessari alla trasmissione di valori e all’acquisizione di una condotta disciplinata.

Per finire, fare temporaneamente il genitore a tempo pieno non significa neppure sobbarcarsi l’intero carico delle attività domestiche. Alcune madri sono desiderose, se non addirittura liete di stare tutto il giorno a casa con il proprio bambino, ma non altrettanto pronte a sostenere l’onere delle faccende domestiche. Perché mai essere mamme a tempo pieno dovrebbe per forza equivalere a essere casalinghe a tempo pieno? Così come uomini e donne in carriera assumono segretarie e assistenti per alleviare il proprio carico lavorativo, altrettanto un padre o una madre in carriera non dovrebbe scusarsi di chiedere una mano per i lavori di casa. La collaborazione del coniuge, del partner, dei nonni, dei parenti, degli amici, dei vicini o, potendoselo permettere, quella di una persona pagata, è sempre di notevole sostegno psicologico. Poiché le madri o i padri che non lavorano si sentono spesso in colpa di non portare uno stipendio a casa, in alcuni casi ritengono di dover fare tutto da soli, con il risultato di subire un tale accumulo di stress e risentimento da compromettere, alla lunga, la tranquillità e la serenità fondamentali per l’avvio di un buon legame di attaccamento.

Riduzione del tempo dedicato ai figli nel corso della loro crescita

È bene ricordare che nel corso del processo di maturazione del bambino e con lo sviluppo delle competenze verbali, si assiste a una progressiva riduzione del tempo richiesto al genitore. Il fanciullo è ormai in grado di esprimere i propri bisogni in modo efficace, oltre che di raccontare le esperienze della giornata. Ha raggiunto un maggior livello di comprensione e sa tollerare meglio brevi separazioni dai genitori che lavorano o che si assentano per ragioni diverse.

Se un bambino di età inferiore a 2 anni che ha un genitore sempre a casa con lui piangerà di certo al momento del suo rientro al lavoro, compiuti 2 o 3 anni potrà essere preparato a tutti gli effetti alla gestione dello stesso evento: a quell'età, infatti, il bimbo è grande abbastanza per capire e comunicare.

Ad ogni modo, nessun genitore dovrebbe sentirsi obbligato a rimanere a casa 24 mesi in qualità di figura di riferimento principale. Milioni di genitori che ne avrebbero il desiderio non hanno la disponibilità economica per farlo. Ma tutti, senza eccezione alcuna, hanno un dovere inderogabile, quello di fare il possibile per garantire un accudimento continuativo e qualitativamente valido ai propri figli. Tale dovere non riguarda solo le singole figure di riferimento, ma si estende anche al personale degli asili-nido. È compito del genitore accertarsi che questi ultimi siano provvisti delle necessarie competenze, oltre che di doti di affettuosità e comprensione, ma ancor più importante è impegnarsi affinché l'avvicendamento di diverse figure di riferimento sia ridotto al minimo (per avere specifici suggerimenti in merito, si vada al capitolo VII). Qualsiasi genitore è in grado, con l'impegno, di ottemperare a tali doveri.

Naturalmente un accudimento costante nel corso dei primi anni di vita non basta di per sé a garantire il raggiungimento di tutti gli obiettivi prospettati da una base emotiva sicura. Eventi quali maltrattamenti fisici o psicologici, malattie, incidenti, divorzi o la morte dei genitori – possono compromettere molto seriamente lo sviluppo successivo di un individuo. Sono tuttavia numerosi, e in continua crescita, i dati a suffragio dell'importanza di una base emotiva sicura nei primi tre anni di vita, e in questa sede vengono citate autorevoli personalità a supporto di tale tesi, da John Bowlby a Mary Ainsworth, da Burton White a Benjamin Spock, senza dimenticare i

rapporti della Carnegie Foundation e dell'Università del Colorado.

Non bisogna infine dimenticare che, durante l'infanzia, la supervisione e il coinvolgimento dei genitori nelle ore extrascolastiche dei figli rappresenta un ulteriore contributo e motivo di arricchimento, come incentivo al pieno raggiungimento delle loro potenzialità di individui creativi e coraggiosi.

Perché le madri rientrano al lavoro

La maggior parte delle madri – a metà degli anni Novanta ben oltre il 50% – rientra al lavoro, a volte nei primissimi anni di vita dei figli. Sono molte le ragioni di una tale decisione. Tra le più confessate, il bisogno reale o percepito di incrementare il reddito familiare, particolarmente sentito in una cultura consumistica come la nostra, dove i media ci indirizzano verso desideri materialistici. A principi quali “la donna deve lavorare” e “in famiglia c'è bisogno di due stipendi” si oppongono alcuni studi che sembrerebbero smontare questi diffusissimi slogan. Tali ricerche dimostrerebbero come milioni di donne lavorino per mantenere un certo tenore di vita, concedersi qualche lusso, “essere all'altezza degli amici”, o per ragioni diverse dalle reali necessità economiche. Secondo Harriet Heath, consulente sanitaria, “sono anni che la carta stampata e i sondaggi d'opinione sostengono che l'80% delle donne con un impiego retribuito sceglierebbe di lavorare fuori casa, anche senza averne effettiva necessità, per ragioni puramente economiche”⁴. Allo stesso modo, lo psicologo Jay Belsky sostiene che “bisogna riconoscere l'esistenza di un buon numero di famiglie che potrebbe fare a meno di due stipendi” durante il primo anno di vita del figlio, in ragione degli “eventuali rischi presenti all'interno delle strutture per l'infanzia”⁵.

Ecco i principali motivi che spingono le madri a rientrare a lavoro:

- La perdita di uno stipendio come conseguenza di un divorzio, della morte del coniuge, o difficoltà economiche di tutta la famiglia;
- La ricerca di maggiori stimoli intellettuali o emotivi, che uomini e donne tendono a ricercare in ambito lavorativo;

4 Heath, Harriet, *A Good Reference for Parents*, “Zero to three”, febbraio 1987, pag. 25.

5 Belsky, J., *Risks Remain*, “Zero to three”, giugno 1987, pag. 22.

- Il mantenimento e il perfezionamento di capacità e competenze professionali acquisite prima di diventare madri;

- Il rischio di perdere l'anzianità lavorativa o di compromettere la carriera. Molte lavoratrici posticipano la maternità per ottenere una promozione, mansioni di supervisione o posizioni di maggior rilievo, e temono di perdere gli avanzamenti ottenuti se il rientro dopo la nascita di un figlio non è immediato;

- La continua svalutazione del ruolo di casalinga e madre nella cultura contemporanea. Sia l'uomo che la donna tendono a valorizzare la crescita professionale e il raggiungimento di un livello economico sempre più alto, a discapito dell'importanza attribuita al ruolo di "genitore a tempo pieno". A quel punto, pressioni di carattere economico e sociale spingono la neomamma a riprendere l'attività lavorativa e a considerare la propria professionalità e capacità di guadagno come termini per la definizione del "sé". Una tendenza tipica delle donne appartenenti all'attuale ceto medio è quella di aver dedicato molti anni della loro vita agli studi universitari e alla carriera, posticipando matrimonio e maternità in favore del prestigio economico e professionale.

Molte di loro faticano ad immaginare di trarre soddisfazione dalle gratificazioni meno tangibili della maternità, e spesso temono lo stress dell'isolamento sociale. Non trovano tanto entusiasmante dover scendere da un letto caldo per consolare un neonato in lacrime, né spingere un bimbo sull'altalena, o cantar canzoncine e leggere libricini al figlio di 14 mesi; tutte attività assai meno attraenti di un "lavoro vero", e senza gli stessi vantaggi. Lo stipendio a fine mese finisce con l'apparire ben più appagante da un punto di vista emotivo e intellettuale che nutrire il proprio bambino cinque o sei volte al giorno. Risulta quindi comprensibile perché oggi sono tante le donne costrette ad affrontare il cruciale conflitto emotivo di chi si dovrà occupare dei loro figli.

- Infine, l'*ignoranza* – forse il vero problema di molte mamme di oggi – sui danni causati da educatori incompetenti, e sui tanti vantaggi goduti dal bambino che ha un genitore – madre o padre che sia – "*sempre con lui*" non solo la sera o il week-end, e sempre di fretta, ma *per tutta la settimana*.

Genitori single: per caso o per scelta

Al giorno d'oggi è sempre più frequente constatare che donne e uomini *single* scelgano di diventare madre o padre senza contare su una rete di sostegno affidabile costituita dal coniuge, dal compagno o da un membro della famiglia.

Se dal punto di vista di un adulto in cerca di una realizzazione personale il desiderio di essere genitore è più che comprensibile, sarebbe altresì auspicabile che si mettessero in primo piano gli interessi del bambino.

Un accudimento continuo, come anche offrire esperienze sempre nuove e stimolanti, è però ben più difficile da realizzare nella famiglia monoparentale. Il genitore *single* è costretto a guadagnarsi da vivere e, nella maggior parte dei casi, questo lo tiene lontano da casa. Allo stesso tempo deve aiutare il bambino a costruire un attaccamento sicuro; eppure risulta spesso difficile contare su una rete di sostegno, tanto necessaria in casi come questi.

Per quanto appagante, l'accudimento sensibile e amorevole di un figlio è un compito gravoso. Non per nulla agli insegnanti vengono concessi lunghi periodi di vacanza per ricaricarsi delle energie e dell'entusiasmo necessari al lavoro quotidiano con gli studenti.

Spesso sono i nonni i primi ad ammettere che, nonostante il bene che vogliono loro, occuparsi dei nipoti è un compito sfibrante, tanto che, in genere, non disdegnano di riferire il proprio sollievo al momento di riconsegnarli ai genitori al termine di una visita.

Purtroppo sono molti i genitori che, dopo la morte, la separazione o l'abbandono del coniuge, diventano l'unico punto di riferimento del figlio. Senza aver scelto apposta di essere genitori *single*, si vedono costretti ad affrontare le reali difficoltà che il nuovo ruolo comporta. Qualunque sia la causa alla base di una famiglia monoparentale, resta difficile garantire un accudimento costante. Ma nel momento in cui il genitore riesce a provvedere in tal senso, in prima persona o affidandosi a sostituti affettuosi, sarà certo di aver compiuto un gesto importante per il dono d'amore.

Il "mito" della qualità del tempo

Molte giovani madri lavoratrici con cui ho avuto modo di parlare durante la preparazione di questo libro hanno sollevato la questione della "qualità del tempo", rivolgendomi questa domanda: "È possibile riuscire a creare un legame di attaccamento forte e sicuro con mio figlio se quando sono *a casa* con lui gli dedico attenzioni speciali?". Una madre mi ha riferito di sentirsi un genitore decisamente migliore *perché* lavora fuori casa. "Se fossi a casa tutto il giorno con i miei due figli, uno molto piccolo e l'altro di due anni, senza altri adulti con cui parlare, credo che impazzirei", ammette. "Al lavoro, invece, mi sento stimolata, così quando torno a casa il tempo che dedico ai bambini è qualitativamente migliore. Sento che più che la quantità, è la qualità che conta".

Sono molti i genitori che condividono questo punto di vista. Mi raccontano come rimedino alle assenze dei giorni lavorativi concentrandosi sui figli la sera, nei fine settimana e durante i giorni di vacanza. Quanto affermano sembra logico e convincente, e per certi versi ragionevole: i momenti "di qualità" – trascorsi giocando col bambino, ascoltandolo, leggendogli una storia, o accompagnandolo in una breve passeggiata – sono estremamente significativi e da non sottovalutare, in quanto elementi essenziali nello sviluppo del legame con il genitore, e fattore integrante nella costruzione del senso di sé del bambino.

Tuttavia – e lo scrivo con doppia sottolineatura! – non è tanto semplice garantire la qualità del tempo, e in molti casi non sortisce neppure i risultati sperati.

In realtà i genitori si aspettano molto dal tempo libero e dalle energie di cui dispongono. Il lavoro è solo uno tra i tanti impegni; molti di loro hanno obblighi all'interno della comunità, della chiesa, della famiglia e degli amici, a volte anche nei riguardi dei figli maggiori che vanno già a scuola. Quanto tempo resta per poter parlare di "qualità"?

È altresì vero che i genitori hanno ridotto al minimo gli impegni extra lavorativi, ma ad ogni modo, quando rientrano a casa la sera, spesso sono entrambi stanchi, stufi e desiderosi di staccare la spina e parlare tra di loro. Sta di fatto che alla fine di una giornata o di una settimana di lavoro, è probabile che siano i genitori stessi ad aver bisogno di essere accuditi. Ecco allora che i rituali della pappa e della nanna vengono espletati in modo

frettoloso, negando al bambino proprio la qualità al poco tempo che gli si sta dedicando. A fine giornata anche il bambino è spesso stanco, irritabile, insistente, arrabbiato con mamma e papà che sono stati via tutto il giorno. E se ha iniziato a legarsi al sostituto che (in assenza dei genitori) si prende cura di lui, potrebbe essere di cattivo umore una volta che questi lo lascia all'improvviso. Risultato: né l'uno né gli altri sono in grado di esprimere i buoni sentimenti e creare l'atmosfera rilassata tanto necessari alla "qualità del tempo" passato insieme.

Penelope Leach torna a sottolineare l'errore insito nel concetto di "qualità del tempo": *"più il bimbo è piccolo, e più risulta impossibile programmare il tempo per stare con lui"*, scrive. *"Non si può tener sveglio un bambino esausto per recuperare tutte le coccole di una giornata, se non nell'intento egoistico di lavarsi la coscienza e sedare i propri conflitti interni, a scapito di bambini iperstimolati. Non è facile convincere un piccolo di un anno, che voleva giocare con te la mattina, ad approfittarne adesso; se è ancora arrabbiato per l'abbandono, non te la caverai tanto liscia. E se non ci sei quando tuo figlio recita la sua prima filastrocca, non lo sentirai e non vedrai il suo viso felice per quello che è riuscito a fare. I momenti magici arrivano senza preavviso e la dura verità è che quelli perduti sono perduti per sempre"*⁶.

Di certo si arriva al fine settimana con il carico degli impegni personali e delle faccende domestiche da sbrigare, e troppo spesso, tra una commissione e l'altra, ci si porta appresso anche i figli più piccoli. Tali spedizioni, che in genere non sono affatto a misura di bambino, spesso risultano stressanti per grandi e piccini. Le visite al supermercato, dal benzinaio o in tintoria non possono certo considerarsi esempio di tempo qualitativamente ben speso con i propri figli, né i lavori domestici – cucinare, lavare e fare le pulizie – fonte di mutua realizzazione e appagamento, anche se, a volte, certe mansioni possono rivelarsi interessanti e il tempo trascorso insieme può diventare occasione per fare esperienza nel mondo degli adulti.

Eppure, alla fin fine, sono molti – se non la maggior parte – i genitori ad ammettere con riluttanza di condividere pochissimi momenti di gioia con i propri figli. La situazione estrema si verifica quando, con entrambi i genitori fuori casa per 8 ore, la qualità del tempo trascorso insieme risulta più

⁶ Leach, *Children First*, op. cit., pag. 78.

un mito che una realtà. I bambini desiderano la “quantità” del tempo con mamma e papà – perché è nell’arco di molte ore che la “qualità” del tempo a disposizione ha più occasione di realizzarsi. Scrive Leach: “*La brillante espressione ‘qualità del tempo’ coniata dagli americani suggerisce ai genitori che è possibile concentrare tutti gli scambi che si vorrebbero avere con i figli in un’ora sola al giorno, per ogni giorno lavorativo, purché sia un’ora ben spesa... Naturalmente un’ora è meglio di niente e se il tempo scarseggia è certo preferibile non sprecarlo nelle faccende domestiche. Tuttavia, il concetto di ‘qualità del tempo’ rimane assurdo*”⁷. (Si veda il capitolo VI: “momenti speciali” da dedicare a ogni figlio). La maggioranza dei bambini ha desiderio e bisogno della presenza fisica di un genitore per buona parte della giornata, *compresi* possibilmente i momenti tanto preziosi in cui è la “qualità del tempo” che conta.

Tuo figlio come “investimento”

Pochi di noi pensano ai figli come a un investimento per il futuro. È un’espressione utilizzata soprattutto per iniziative più commerciali: si investe nel lavoro, nella carriera, nella casa o in borsa. È solo quando un figlio raggiunge l’età dell’università che il costo della sua istruzione viene visto come investimento, prettamente in termini di reddito potenziale.

In realtà la continuità di un buon accudimento offerto a un figlio riserva “proventi” ben più importanti: il piacere di essere sempre con lui quando pronuncia la prima parolina, o fa il primo passo, e quando impara a salire sullo scivolo, o a usare il vasino, o ancora quando ci abbraccia in cerca di calore e consolazione. L’occasione di rivivere, sempre con lui, la propria infanzia, rimediando agli errori o recuperando le esperienze mai vissute. Se l’investimento verrà gestito con saggezza, sarà possibile trarne ricchi guadagni quali la gioia e la soddisfazione di vedere il proprio bambino diventare adolescente e, infine, adulto. Se non gli si daranno basi solide, l’investimento si rivelerà molto costoso da un punto di vista sia economico che emotivo.

Mi rendo conto che essere buoni genitori rappresenti un notevole “investimento” in termini di tempo ed energia, tuttavia è proprio attraverso

⁷ *Ibidem.*

un tale investimento nei primissimi e fondamentali anni dell'infanzia che sarà possibile realizzare un saldo legame e un attaccamento sicuro, oltre che gettare le basi del futuro successo scolastico del bambino. Come si osserva nel *Carnegie Report* “abbiamo imparato che i mattoni su cui poggia l'intero edificio dell'istruzione devono essere posati molto prima dei tre anni”⁸; vi si sottolinea inoltre come: “genitori ed esperti sanno da tempo che i primi tre anni di vita del bambino sono determinanti per le capacità di apprendimento”⁹.

L'investimento offre ulteriori profitti nel momento in cui un figlio diventa un adulto amorevole e responsabile nei confronti del coniuge e della prole. La qualità dell'accudimento si impara prima di tutto dalla condotta della principale figura di attaccamento; in altre parole, si impara a essere genitori dalle azioni dei propri genitori. È quindi possibile godere dei benefici resi dall'iniziale investimento nella continuità di un buon accudimento genitoriale molti anni più tardi, quando un figlio diventa a sua volta genitore, e nonno! Risultano quindi evidenti i vantaggi che vanno perpetrandosi di generazione in generazione, e che non coinvolgono soltanto le famiglie, ma la società intera.

Meg, mamma di George, ricorda che i suoi genitori avevano un rituale quotidiano: raccontarle storie e leggerle poesie. Anche Meg ha saputo ricreare un momento speciale con il suo bambino in cui leggergli le pagine che lei stessa aveva imparato ad amare. Ora George si scopre felice di trascorrere del tempo a leggere e recitare personalmente ai propri bambini le poesie e i testi che hanno avuto tanto peso nella sua infanzia. In questa famiglia la crescita intellettuale è stata trasmessa attraverso quattro generazioni, ed è possibile che l'amore per la parola scritta continui a essere fonte di arricchimento ancora per molti anni.

La conclusione sembra evidente. I genitori con la necessaria disponibilità economica possono affermare: “per i prossimi due o tre anni questa sarà la mia attività principale, e se svolgerò il mio compito di genitore al meglio, è probabile che mio figlio cresca sicuro e ottimista, in grado di apprendere e muoversi nel mondo. E, fra qualche anno, quando sarà abbastanza grande da comprendere cosa significa separarsi, potrò tornare al lavoro. Ma

8 Carnegie Report, *Starting Points*, op. cit., pag. 95.

9 *Ibidem* pag. 6.

qualunque cosa io decida di fare in futuro, la farò con la coscienza di aver adempiuto alle mie responsabilità di genitore, ossia di aver gettato le basi emotive e cognitive fondamentali per il mio bambino. Gli avrò fatto un dono d'amore: la mia costante presenza nei primi anni di vita, e la certezza di essere 'sempre con lui' quando, in futuro, avrà bisogno di me".

Che cosa desidera Timmy dalla sua mamma

Se Timmy potesse esprimere che cosa desidera dai genitori, direbbe:
"Vorrei una mamma¹⁰ che, con il suo tenero abbraccio, mi stringesse forte al suo cuore, che batte sulle onde familiari del suo respiro.
Vorrei essere cullato e consolato con le note di una canzoncina che sciogliesse la tensione e il dolore.
Vorrei riempirmi del calore che mi pervade ad ogni succhio regolare.
Vorrei poter toccare, assaggiare, picchiare e lanciare gli oggetti nel mio mondo. Vorrei strizzare, impastare, sporcare, schizzare.
Vorrei aver fiducia nel mio mondo – sapere che la mia mamma non svanisce nel nulla, e che quando la desidero lei è sempre con me.
Vorrei una mamma che stesse sempre con me quando mi sveglio arrabbiato, triste o spaventato, che rispettasse i miei pianti violenti e che non si arrabbiasse o si spaventasse quando sono preda delle mie emozioni.
Vorrei una mamma che, stando sempre con me, percepisse quando sento male o paura ancor prima di me – e che conoscesse le mie preoccupazioni anche se non riesco a dirglieste.
Vorrei una mamma che mi proteggesse dai pericoli, che non avesse paura di dire 'no' ma che, in assenza di rischi, mi incoraggiasse a osare.
Vorrei una mamma che mi permettesse di starle vicino. Solo così potrei sentirmi libero di fare i primi passi, di lanciarmi in nuove imprese, esplorare, o ponderare una nuova idea.
Vorrei una mamma che non si arrabbiasse se sporco tutto quando mangio da solo, ma che mi imboccasse se sono stanco e affamato.
Vorrei una mamma che capisse quando sono pronto a dire 'ciao!' ai pannolini, al biberon o alla copertina, che rispettasse i miei sforzi per cambiare, ma che incoraggiasse la mia capacità di apprendere le novità.

10 Per "mamma" si intende la figura responsabile della crescita di un bambino dalla nascita all'età adulta.

46 Sempre con lui

Vorrei una mamma che mi volesse bene non solo da neonato, ma anche quando, crescendo, comincio a strillarle ‘no’ in faccia – una mamma sempre con me mentre divento grande, che mi preparasse alle difficoltà e all’ignoto, a comprendere cosa spaventa e cosa ferisce.

Vorrei una mamma che mi aiutasse a comportarmi secondo le regole, una mamma amorevole e affettuosa, da ammirare, con cui arrabbiarmi e sempre pronta a ridere e giocare con me.

Vorrei una mamma che traesse gioia delle mie parole, espressioni e idee – che ascoltasse con pazienza anche quando non è facile capirmi.

Vorrei una mamma che non mi spaventasse o mi sopraffacesse con la sua rabbia, che mi trattasse con fermezza e riguardo, ma senza ferirmi nel corpo e nell’anima.

Vorrei una mamma che mi aiutasse a fare da solo – senza usarmi per sentirsi forte –, che mi mostri ‘come’ fare, ma felice se riesco a fare a modo mio.

Vorrei una mamma che mi permettesse di essere bambino, che non si aspetti che mi comporti da genitore o che sia troppo responsabile per la mia età.

Ma più di ogni altra cosa vorrei una mamma che mi proteggesse, mi accudisse e mi stimolasse, sempre pronta ad abbracciarmi con un sorriso, ma in grado di cogliere quando è il momento di lasciarmi solo.

Una mamma che mi riempi il mondo di fiducia, affetto e stupore – e di un amore che scorre libero perché lei è sempre con me.”

BIBLIOGRAFIA

- Ainsworth, Mary D., *Patterns of Attachment: a Psychological Study of the Strange Situation*, Hillsdale, N.J.: Erlbaum, 1978. Trad. It.: *Modelli di attaccamento e sviluppo della personalità. Scritti scelti*, Cortina Raffaello, 2006.
- Ainsworth, Mary D., *The Development of Infant-Mother Attachment*, "Review of Child Development and Research", vol. 3, edito da B.M. Caldwell e H.N. Ricciuti, 1-94. "University of Chicago Press", Chicago, 1973.
- Ainsworth, Mary D., *Infancy in Uganda: Infant Care and the Growth of Love*, John Hopkins, "University Press", Baltimora, 1967.
- Anderson, L.J., *Daycare Center Attendance and Hospitalization for Lower Respiratory Tract Illness*, "Pediatrics" 82, 300-307, 1988.
- Barglow, Peter, *Some Further comments About Infant Daycare Research*, "Zero to Three", giugno 1987.
- Baron, Naomi, *Growing up with Language: How Children Learn to Talk*, "Reading", 1982.
- Barton and Schwartz, *Daycare in the Middle Class – Effects and Elementary School*, articolo presentato all'annuale convention dell'APA, Los Angeles, 1981.
- Bell, David M., *Illness Associated With child Daycare, a Study of Incidence and Cost*, "American Journal of Public Health" 79, 479-484, 1989.
- Belsky, J., *The 'Effects' of Infant Daycare Reconsidered*, "Early Childhood Research Quarterly" 3, 235-272, 1988.
- Belsky, J., *Infant Daycare: a Cause for Concern*, "Zero to Three", settembre 1986.
- Belsky, J., *Risks Remain*, "Zero to Three", febbraio 1987.
- Belsky, J. e Michael Rovin, *Nonmaternal Care in the First Year of Life and the Security of Infant-Parent Attachment*, "Child Development" 59, 157-167, 1988.
- Belsky, J., A. Voneye e R.A. Isabella, *Origins of Infant Mother Attachment: An Examination of International Synchrony During the Infant's First Year*, "Developmental Psychology" 25, 112-121, New York, 1989.
- Black, R.E., et al., *Giardiasis in Day Care Centers: Evidence of Person-to-Person Transmission*, "Pediatrics" 60, 496-491, 1977.
- Bowlby, J., *Attachment and Loss*, vol. 1, New York, Basic books, 1969. Trad. It.: *Attaccamento e perdita/l'attaccamento alla madre*, Bollati Boringhieri, 1999.

Bowlby, J., *Attachment and Loss: Retrospect and Prospect*, "American Journal of Orthopsychiatry", 52, ottobre 1982.

Bowlby, J., *A Secure Base*, New York, Basic Books, 1988. Trad. It.: *Una base sicura. Applicazioni cliniche della teoria dell'attaccamento*, Cortina Raffaello, 1989.

Bowlby, J., *Forthy-four Juvenile Thieves*, "International Journal of Psychoanalysis" 25, 19-52, 107-127, Gordon Bailiere, Tindall & Cox, 1946.

Bowlby, J., *The Making and Breaking of Affectional Bonds*, London, Tavistock Publications, 1979. Trad. It.: *Costruzione e rottura dei legami affettivi*, Cortina Raffaello, 1982.

Bowlby, J., *Maternal Care and Mental Health*, "Monograph Series" no. 2, Ginevra: World Health Organization, 1951.

Bowlby, J., *Attachment and Loss*, vol. 2, *Separation*, Basic Books, New York, 1973. Trad. It.: *Attaccamento e perdita/la separazione dalla madre*, Torino, Bollati Boringhieri, 2000.

Brazelton, T.B., *Working and Caring*, Redding, Mass., Addison-Wesley, 1987.

Bretherton, Inge, *The Roots and Growing Points of Attachment Theory (The Nature of Attachment)*, 1991.

Butts, Mickey, *Day Care Laws*, "Parenting", 132, novembre 1993.

Carnegie Corporation, *Starting Points: Meeting the Needs of our Youngest Children*, New York, 1994.

Chang, Hedy Nai-Lin, *The Critical Importance of Cultural and Linguistic Continuity for Infants and Toddlers*, "Zero to Three" 15, no. 2, National Center for Clinical Infant Programs, Arlington, Va., 1994.

Children's Defense Fund, *The State of America's Children Yearbook*, Washington, D.C., 1995.

Children at Risk: the Case Against Day Care, "The Family of America", 19, febbraio 1991.

Cline, F., *Understanding and Treating the Severely Disturbed Child*, Evergreen, Colorado, 1979.

Cole, Cynthia e Hyman Rodman, *When School Age Children Care for Themselves: Issues for Family Life Educators and Parents*, "Family Relations" 36, 92-96, gennaio 1987.

Cummings, E.M. e D. Cichetti, *Attachment in the Preschool Years*, Chicago, "University of Chicago Press", 1990.

Diehl, I., *The Prevalence of Colds in Nursery School Children*, "Journal of Pediatrics" 34, 52-61, 1949.

- Dobson, J. e G.L. Bauer, *Children at Risk*, Dallas, "Word publishing co.", 1990.
- Doyle, A.B., *Incidence of Illness in Early Group and Family Day Care*, "Pediatrics" 58, 607-613, 1990.
- Doyle, A.B. e A.J. Hawkins, *Economic Need and Wives' Employment*, "Journal of Family Issue", 38-66, 1990.
- Elkind, A., *The Hurried Child*, Redding, Mass., Addison-Welsey, 1981.
- Erickson, M.F., L.A. Sroufe e V. England, *The Relationship Between Quality of Attachment and Behaviour Problems in Preschool in a High Risk Sample*, Society of Research and Child Development, 1985, vol. 50.
- Fahlberg, V., *Attachment and Separation: Putting the Pieces Together*, Michigan Department of Social Services Publication, 429, Ann Arbor, Michigan, 1979.
- Can your Career Hurt Your Kids?*, "Fortune Magazine", 20 maggio 1991.
- Fraiberg, S., *Every Child's Birthright: in Defense of Mothering*, New York, Basic Books, 1977.
- Fraiberg, S., *The Magic Years*, New York, Charles Scribner's Sons, 1959. Trad. It.: *Gli anni magici*, Armando 1977.
- Hamilton, Victoria, *Some Problems in the Clinical Application of Attachment Theory*, "Psychoanalytic Psychotherapy" 3, no.1, 1987.
- Haskins, R., *Public School Aggression Amongst Children With Varying Daycare Experience*, "Child Development" 56, 689-703.
- Heath, Harriet, *A Good Reference for Parents*, "Zero to Three" 25, 1987.
- Henry, Sherry, *They fight to Protect Their Children*, "Parade Magazine" 92, 18 marzo 1990.
- Hunter, Virginia, *John Bowlby: An Interview*, "Psychoanalytic Review" 78, no.2, 1991.
- Jacobson, Arminta e Susan Owen, *Infant Caregiver Interaction in Day Care*, "Child Study Journal", 1987.
- Jacobvitz, D. e L.A. Sroufe, *The Early Caregiver-Child Relationship and Attention-Deficit Disorder with Hyperactivity in Kindergarten*, "Child Development" 58, 1496-1504, 1987.
- Karen, R., *Becoming Attached: What Children Need*. "The Atlantic", 2 febbraio, 35-70, 1990.
- Kestenbaum, R., E. Farber e L.A. Sroufe, *Individual Differences in Empathy Among Preschoolers: Relation to Attachment History*, "New Direction for Child Development" 44, San Francisco, 52-56, 1989.

Kobak, R. e J. Cassidy, *Avoidance and Its Relation to Other Defensive Processes*, edito da J. Belsky e T. Nezworsky in *Clinical Implication of Attachment*, Hillsdale, Lawrence Erlbaum, 1988.

Konner, M., *The Enigmatic Smile*, "Psychology Today", 42-44, marzo 1987.

Lamb, M., *Parent-Infant Interaction, Attachment and Socioemotional Development in Infancy*, in *The Development of Attachment and Affiliative Systems*, edito da R. Emde e R. Harmon, New York, "Plenum Press", 1982.

Leach, Penelope, *Children First: What our Society Must Do and Is Not Doing for Our Children*, New York, Knopf, 1994.

Magid, K. e C. McKelvey, *High Risk: Children Without a Conscience*, New York, Bantam Books, 1988.

Mooney, Clark, Martin e Lloyd, *Type of Childcare at 18 Months: Differences in Interactional Experience*, "Journal of Child Psychiatry and Allied Disciplines", 849, 1990.

Moore, T.W., *Children of Full-Time and Part-Time Mothers*, "International Journal of Social Psychiatry", no.2, 1964.

National Center for Clinical Infant Programs, Arlington, Virginia, "Zero to Three", settembre 1986 e febbraio 1987.

How Kids Grow, "Newsweek", estate 1991.

Norris e Miller, *The Working Mother's Complete Handbook*, New York, "Sunrise", 1979.

Parkes e Stevenson-Hinde, *The Place of Attachment in Human Behaviour*, New York, Basic Books, 1982. Trad. It.: *L'attaccamento nel ciclo della vita*, Il pensiero scientifico, 2000.

Powell Douglas, R., *After-School Childcare*, "Young Children", 62-66, marzo 1987.

Robertson, J., *A Two Year Old Goes to the Hospital*, University Park, Pennsylvania State University Audio Visual Services, 1953.

Rutter, M., *Maternal Deprivation Reassessed*, New York, Penguin Books, 1981. Trad. It.: *Cure materne e sviluppo del bambino*, Bologna, Il mulino, 1973.

Rutter, M., *Socio-Emotional Consequences of Day Care for Preschool Children*, "American Journal of Orthopsychiatry", 9-11, 1981.

Shapiro e Hadler, *Risks of Anterix Infection Associated With Child Daycare (epatite A ed epatite B in daycare settings)*, "Pediatrics Annals" 20, 403-441, 1991.

Shaver, Philip, C. Hazan e W.D. Bradshaw, *Love as Attachment*, "Psychology of Love", edito da Sternberg, R. e M. Barnes, New Haven, Connecticut, "Yale University Press", 1988.

- Spock, Benjamin, *A Better World For Our Children*, National Press Books, 1994.
- Sroufe, L.A., *Appraisal: Bowlby Contribution to Psychoanalytic Theory and Developmental Psychology; Attachment: Separation: Loss*, "Journal of Child Psychology and Psychiatry" 27, n.6, 841-849, 1986.
- Sroufe, Cooper, DeHart e Marshall, *Child Development*, New York, McGraw Hill, Inc., 1992.
- Sroufe, L.A. e E. Waters, *Heart Rate as a Convergent Measure in Clinical and Developmental Research*, "Merrill-Palmer Quarterly" 23, 3-27, 1977.
- Stelcette, R.W., *Recurrent Outbreaks of Giardiasis in a Child Day Care Center, Wisconsin*, "American Journal of Public Health" 79, 485-490, 1989.
- Stern, Daniel, *Diary of a Baby*, New York, Basic Books, 1990. Trad. It.: *Diario di un bambino*, Mondadori, 1999
- Stern, Daniel, *Interpersonal World of the Infant*, New York, Basic Books, 1985. Trad. It.: *Il mondo interpersonale del bambino*, Torino, Bollati Boringhieri, 1987.
- Thompson, Ross A., *Attachment Theory and Daycare Research*, Washington, D.C., National Center Clinical Infant Programs, dicembre 1987.
- Trotter, R.J., *The Play's the Thing*, "Psychology Today", 27, gennaio 1987.
- Vandel, D. e A. Corasaniti, *Variation in Early Childcare: Do They Predict Subsequent Social, Emotional and Cognitive Differences?*, "New Directions in Child Development", 1990.
- Ward, Sally, *Interview and Articles, Andrew Hobbs*, "London Observer", 17 luglio 1993, e "Manchester Guardian", 21 settembre 1994.
- Weil, John L., *Early Deprivation of Empathic Care*, Madison, "International University Press", 1992.
- Werner, Emmy, *High Risk Children in Young Adulthood: a Longitudinal Study from Birth to 32 Years*, "American Journal of Orthopsychiatry" 59, 75-76, gennaio 1989.
- White, Burton, *Hard Truths About Day Care*, a cura di Karl Zinsmeister, "Readers Digest" 90, ottobre 1998.
- White book, M., C. Howes e D. Phillips, *Who Cares? Childcare Teachers and the Quality of Care In America*, "The National Childcare Staffing Study", Oakland, Calif., Childcare Employee Project, 1989.
- Winnicott, D.W., *The Maturational Processes and the Facilitating Environment*, New York, "International University Press", 1965.
- Zigler, Edward, *Recommendations of the Advisory Committee of Infant Care Leave*, New Haven, Connecticut, Yale Bush Center, 1985.

INDICE

PRESENTAZIONE, <i>di Elena Balsamo</i>	5
PREFAZIONE	9
I CHI SI OCCUPA DEI NOSTRI FIGLI: IL DILEMMA DI OGNI GENITORE	15
Obiettivi di questo libro	17
Il significato di “continuità” e la sua importanza nella formazione di un “attaccamento sicuro”	18
<i>La storia di Timmy</i>	19
Scegliere: un genitore o un sostituto	24
Basi della teoria dell’attaccamento	25
I motivi della sottovalutazione dei problemi dovuti all’avvicendamento di diverse figure di riferimento	27
II UN DONO D’AMORE: IL MESTIERE DI GENITORE COME CARRIERA TEMPORANEA	31
L’importanza della principale figura di riferimento	32
I vantaggi di un genitore come principale figura di riferimento	34
Riduzione del tempo dedicato ai figli nel corso della loro crescita	37
Perché le madri rientrano al lavoro	38
Genitori <i>single</i> : per caso o per scelta	40
Il “mito” della qualità del tempo	41
Tuo figlio come “investimento”	43
<i>Che cosa desidera Timmy dalla sua mamma</i>	45
III <i>BONDING</i> E ATTACAMENTO: LA CHIAVE PER COMPRENDERE	
LA RELAZIONE GENITORE-BAMBINO	47
Il sorriso del neonato	50
Modelli operativi interni	52

216 Sempre con lui

Ansia da estranei	54
La “base sicura”	55
Ansia da separazione	57
Modelli di attaccamento: sicuro, ansioso e distaccato	60
L’eredità delle separazioni e delle perdite: protesta, disperazione e distacco	65
Separazioni a lungo termine	67
IV QUANDO LE FIGURE DI RIFERIMENTO CAMBIANO: I PERICOLI DEL “CAROSELLO DELLE TATE”	70
Problemi scolastici	77
Elevato rischio di comportamenti delinquenti	82
Difficoltà nello stabilire relazioni intime	85
Depressione e altre gravi malattie mentali	88
Abuso di alcol e droga	92
V CURE GENITORIALI E CURE SOSTITUTIVE A CONFRONTO	95
La giornata di Jane	97
La giornata di Randy	99
Betty e Sally a confronto	102
VI PERCHÉ OCCUPARSI DEI FIGLI	105
Linguaggio e sviluppo cognitivo	107
Comprendere le paure del bambino	111
La presenza come supporto alle diverse esperienze di crescita (svezzamento da pannolino, biberon succhiotto)	113
Riduzione dell’aggressività e della rivalità tra fratelli grazie alla presenza del genitore	115
– “Momenti speciali” da dedicare ad ogni figlio	117
Proposte di gioco: pittura, giochi con l’acqua, manipolazione con fango, sabbia, e argilla, le costruzioni, bambole e animali di peluche, travestimenti e drammatizzazioni	118
– Costruzioni	121
– Bambole e animali di peluche	123
– Travestimenti e drammatizzazioni	124
Incoraggiamento e supporto alla lettura	125
Controllo dei media: televisione e videocassette	127

Insegnamento della disciplina	130
– Insegnamento della disciplina attraverso l'esempio	132
Sviluppo della coscienza: la trasmissione di valori morali e sociali	134
Programmazione delle attività familiari, feste, gite e pasti in famiglia: questione di tempo	139
Il ruolo dei genitori nell'educazione sessuale	141
L'importanza di essere sempre con lui	142
<i>Che cosa desidera Timmy dal suo papà</i>	144
VII SOLUZIONI. OVVERO: COME GARANTIRE LA CONTINUITÀ DELL'ACCUDIMENTO	146
Guida pratica al buon accudimento di un figlio	148
– Quanto conta la disponibilità economica?	148
– Richiedere un prestito per prolungare la maternità	148
– Risparmiare in vista dell'arrivo di un bebè	150
– Ridurre le spese	151
– Rimandare il più possibile il rientro al lavoro	152
– Lavorare da casa	153
– Lavorare <i>part-time</i>	153
– I nidi aziendali	154
– Lavoro e carriera in " <i>stand-by</i> "	154
– Il metodo del "genitore a turno"	155
– La richiesta di un'aspettativa (eventi fortunati e disponibilità economiche permettendo)	156
Figure sostitutive dei genitori	156
– La tata "normale"	156
– Ulteriori considerazioni sulla scelta della tata	158
– Ragazze straniere alla pari	159
Come selezionare un'aspirante baby-sitter	160
– Accertarsi delle condizioni fisiche del candidato	160
– Accertarsi dell'idoneità al ruolo di baby-sitter	161
Soluzioni alternative	165
– Genitori-single "a domicilio"	165
– "Comuni" e cooperative familiari	166
– Unione delle risorse economiche in fondi comuni	166
– Nonni e altri parenti e amici motivati	166

218	Sempre con lui	
	– La riduzione dei tempi di spostamento verso il luogo di lavoro come soluzione per essere genitori più presenti	170
	– Asili nido “tradizionali”	170
	– Asili nido familiari	174
	Criteri per la selezione di un nido tradizionale o familiare	174
	– Nidi e rischi per la salute	178
	Fare la scelta migliore	182
VIII	CONSIDERAZIONI FINALI	183
	<i>I ricordi di una madre</i>	189
	APPENDICE	190
	Testimonianze	190
	– Vita di famiglia, di <i>Clara Scropetta</i>	206
	BIBLIOGRAFIA	209
	INDICE	214

Finito di stampare
nel mese di Giugno 2009 presso
Graphicolor, Città di Castello (PG)