ESSERE GENITORI
tra nido e scuola d'infanzia

Paola Manfredi (*)

INTRODUZIONE

La mente, intesa come un processo dinamico emergente dalle attività del cervello è potenzialmente sempre esposta a cambiamenti - dalla vita fetale fino alla morte - dal momento che le esperienze interpersonali plasmano e modificano le connessioni neuro-anatomiche, le strutture e le funzioni del cervello (D.J. Siegel 1999). Per quanto attiene alla dimensione strettamente psicologica questo era da tempo noto, fin da quando Bion scrisse dell' Apprendere dall'esperienza (1962).

La genitorialità è un'esperienza pregnante, tanto sul piano fantasmatico quanto su quello concreto; giocata dentro di sé ed espressa nella relazione, nei corpi; in un rapporto di solito intenso, prolungato e in evoluzione. Sembrerebbe quindi porsi come esperienza capace di incidere, di mutare, corroborare e forse di trasformare il funzionamento mentale di quegli adulti che divengono genitori.

La letteratura da tempo ha messo a fuoco alcuni cambiamenti che occorrono nella donna che diviene madre; basti pensare ai contributi di D. Winnicott con il concetto di preoccupazione materna primaria ((1958), di W. Bion con quello di rêvérie (1959); più recentemente si collocano gli studi sulla costellazione materna (D. Stern 1995) e sull'attivazione del circuito cerebrale materno (M. Ammaniti 2008)

Meno indagati – ed è questo il focus di questo studio - sono invece i cambiamenti più ampi, al di là della relazione di cura, a cui vanno incontro sia la donna che l'uomo, dal momento che nella loro vita entra l'esperienza della genitorialità. Si è cercato, attraverso uno strumento, che è ancora in corso di revisione, di cogliere alcuni cambiamenti in varie aree, dall'immagine di sé, al modo di affrontare le difficoltà, al rapporto di coppia, al rapporto con i propri genitori, dalla gestione dei propri interessi alle relazioni oggettuali, ecc.

In questa relazione vengono tralasciate le informazioni più pertinenti allo strumento e alla metodologia, per riportare alcuni dati e alcune considerazioni che potrebbero essere utili a chi

come i presenti è attivamente impegnato nella cura e nella tutela delle famiglie e dei minori. I dati che vi propongo sono relativi alla somministrazione, a due differenti campioni, di versioni modificate dello strumento. Il primo campione è composto da 104 soggetti di cui almeno un figlio frequenta la scuola d'infanzia, mentre il secondo campione – costituito da 38 soggetti – ha almeno un figlio iscritto al nido.

Rispetto alla parietà la maggioranza del primo campione ha due figli (56,7%), il 37,5% ha un solo figlio e nettamente inferiore è la percentuale dei genitori con tre figli (5,8%). Rispetto all'età il *range* va dai 25 ai 49 anni, con maggiore rappresentanza della fascia dai 33 ai 39 anni, che accorpa circa la metà del campione. In prevalenza le famiglie appaiono costituite tradizionalmente: i coniugati rappresentano infatti l' 85,4%.

Il campione con provenienza nido ha un'età compresa fra i 25 e 51 anni, con prevalenza della fascia tra i 32 – 43 anni. La grande maggioranza (81,6%) risulta anche qui sposata, con uno (48%) o due figli (53%).

In termini generali due ci paiono gli elementi da sottolineare. Un primo rilievo è l'esistenza, in tutti i protocolli, di variazioni nelle più significative aree indagate, rispetto al tempo che precede la nascita dei figli, anche se considerando i singoli item si evidenzia una buona percentuale di soggetti "stabili". Un altro dato, che ricorre frequentemente, è il rilievo di minori variazioni nei questionari dei genitori dei bambini afferenti al nido rispetto a quelli afferenti alla scuola d'infanzia.

Fermo restando che altri fattori possono essere in gioco nel differenziare i due campioni e che non è possibile un confronto statistico per quantificare l'esistenza effettiva di tale differenza – sia perché sono state somministrate due diverse versioni dello strumento sia per le caratteristiche dei dati – possiamo però avanzare a tal proposito alcune considerazioni. Se il fattore età dei figli avesse effettivamente discriminato i due campioni potremmo ipotizzare che:

- la breve esperienza nel ruolo di genitore possa richiedere un maggior tempo di elaborazione o che
- la relazione con bambini piccoli sia maggiormente marcata dall'urgenza del prendersi cura quotidiano e lasci poco spazio all'elaborazione più profonda.

Percezione di sé come genitore

Entrando nello specifico dei dati, osserviamo come nell'area relativa alla percezione di sé come genitore si evidenzia un quadro sostanzialmente positivo in entrambi campioni. I genitori con figli alla scuola d'infanzia si definiscono massimamente fortunati 83%, appagati 63% ed equilibrati 27%. I genitori dei bambini del nido scelgono di definirsi fortunati (71%), appagati (63%) e felici (55%). Non mancano però le ombre. In particolare, mentre nei genitori con figli più grandi gli elementi di inquietudine ed incertezza sono presenti ma si attestano sotto il 10% e un quinto del campione (21%) si riconosce competente nel ruolo genitoriale, meno serena sembrerebbe la valutazione delle competenze dei genitori con figli al nido. In quest'ultimo campione si definiscono preoccupati il 29%, inadeguati o insicuri o inefficaci il 15% e solo lo 0.8% capaci.

Immagine di sé

Un andamento simile si ritrova anche nella valutazione dell'immagine di sé, in cui tutti i genitori danno prevalenti valutazioni positive, con qualche nota negativa.

Il campione proveniente dalla scuola d'infanzia legge i cambiamenti nella direzione di una maggiore serenità (49%), felicità (44,2%) e soddisfazione (33,7%), pur nella consapevolezza (condivisa dal 26%) che il tempo che passa desta qualche preoccupazione.

Di fronte alle difficoltà il 58,7% si sente più battagliero, più tenace (32,7%), più forte (31,7%) mentre meno di un 15% si sente più a rischio (14,4%), più esposto (14,4%) e più fragile (13,5%).

Anche i genitori con figli al nido consegnano un'immagine di sé positiva con modalità sul valore 4 in una scala Licher a cinque punti. Vi è un'ampia percentuale di soggetti (60% e 70% rispettivamente nelle due sezioni che indagano queste tematiche), che non registrano variazioni, ma in chi rileva cambiamenti si osserva una bidirezionalità di questi. Ad esempio il 32,6% si sente più vecchio, ma il 23,9% meno vecchio; meno "a rischio" di fronte alle difficoltà il 27% e più tenace il 20%, ma meno battagliero il 22% e più fragile il 24%. Dà inoltre da pensare l'alta percentuale - 25,9% - di colore che si sentono meno felici. Se questo da una parte dimostra la libertà di coloro che compilando il questionario si sono permessi di non consegnare un'immagine stereotipata in cui figli portano solo gioia, resta da meglio valutare il peso di questa affermazione. Dato che il campione non è composto da giovanissimi non è plausibile ricondurre il dato ad una generica nostalgia di giovinezza; non è cioè possibile che la domanda si possa sovrapporre alla desiderabilità di un periodo della propria vita in cui si era giovani perché cronologicamente si tratta di valutare un periodo precedente di circa due anni. Nulla vieta però che i periodi antecedenti e successivi alla nascita dei figli possano essere stati vissuti e confrontati come analoghi al raffronto "giovinezza" vs. "maturità": dato questo che meriterebbe qualche riflessione. L'ipotesi – che andrebbe con altri strumenti indagata - troverebbe nel questionario in oggetto un qualche puntello raffrontata con l'affermazione: "La maternità/la paternità mi ha fatto sentire più grande e capace". Tale affermazione è condivisa dal 70% dei genitori con figli alla scuola d'infanzia e dal 58% di quelli con figli al nido

Al di là degli aspetti positivi legati alla percezione di una accresciuta competenza, ci pare più interessante notare come – maggiormente nel primo campione - la maternità e la paternità sembrino marcare il confine del mondo dei grandi, analogamente ad un moderno rito di passaggio. Di fatto non vi è forse nella nostra società qualcosa che definisca, in maniera altrettanto forte come la nascita di un figlio, una diversa condizione di vita, che demarchi un prima e un dopo. L'uscire di casa è spesso diluito in allontanamenti per percorsi scolastici; il lavoro non ha più le caratteristiche di una condizione definitiva e stabile; i rapporti affettivi possono portare a convivenze che non necessariamente sono pensate come definitive o a lungo termine: di fatto il mettere al mondo un figlio costituisce una delle poche condizioni non reversibili dato che per sempre una persona sarà madre o padre. Può essere quindi plausibile che i primi tempi di una condizione così nuova e impegnativa come la costituzione di una famiglia, generi anche vissuti negativi – meno felice – rimane però importante valutare quanto questo vissuto soggettivo non precluda la possibilità di prendersi cura di un bambino piccolo. E' pur vero che serve tempo all'adulto per adattarsi ad una nuova condizione e per imparare a fare il genitore, ma è anche vero che un bambino piccolo non ha grande possibilità di dilazione: per un neonato il tempo è adesso!

Circa un terzo del campione (35,2 % dal campione della scuola d'infanzia e dal 31,6% del nido) condivide un'altra affermazione di tono negativo secondo cui la maternità/paternità avrebbe moltiplicato gli impegni facendo sentire i genitori "disperse/i" in troppe attività. Ciò che colpisce è la seconda parte dell'affermazione, volutamente forte. Quel sentirsi "disperso/a" va ben oltre l'essere impegnati e, pur non attribuendogli certo una connotazione "clinica", viene da pensare che una larga fetta di genitori viaggi per così dire "sul filo": un imprevisto, un impegno aggiuntivo, una preoccupazione, una malattia o anche solo la persistenza di tale condizione per così dire "al limite", potrebbe verosimilmente mettere a dura prova certi equilibri familiari.

Relazioni oggettuali

Anche l'area delle relazioni oggettuali offre spunti di segno diverso e anche in questa area nei questionari dei genitori con figli al nido si registrano minori variazioni.

In quest'ultimo campione infatti poco più della metà non registra variazioni nei rapporti interpersonali e un'alta percentuale (68%) dichiara di valutare in maniera positiva e molto positiva il rapporto con gli altri. Però il 32% dichiara di essere diffidente e sospettoso (sì assolutamente sì) e il 24% di esserlo più di prima. Inoltre anche se una larghissima fetta del

campione (61%) è impegnata a coltivare rapporti interpersonali più profondi e arricchenti, il 45% dei soggetti indica, fra gli interessi trascurati con l'arrivo dei figli, gli "amici". Il 30% dichiara di avvicinarsi agli altri con più fiducia e serenità, di avere maggiore interesse nei confronti degli altri (26%), mentre un quinto del campione sente di non avere più tempo per persone esterne alla famiglia, di essere più selettivo ed esigente e una percentuale un poco più alta (28%) di desiderare rapporti significativi ma faticare a trovarne. In sintesi ci pare che 2/3 del campione abbiano una buona rete di amicizie, anche se con l'arrivo dei figli può essere meno agevole conciliare impegni familiari ed amici; mentre una percentuale più ristretta, ma significativa, ha rapporti interpersonali meno soddisfacenti. E' interessante osservare come, dall'analisi correlazionale, emerga come la percezione della propria fragilità sia correlata al desiderio poco appagato di rapporti significativi e come d'altra parte chi si percepisce come una persona forte sente di avvicinarsi agli altri con fiducia. E' questo un rilievo che trova conferme cliniche dal momento che le famiglie più a rischio sono generalmente anche quelle più isolate e prive di una valida rete di sostegno.

Più sfaccettata sembrerebbe l'immagine che si ricava dai questionari dei genitori con figli alla scuola d'infanzia, dove all'interesse e all'apertura fiduciosa nei confronti degli altri (39% e 34%) fa da contrappunto una maggiore selettività (42%) e un'accresciuta diffidenza e sospettosità (35%): sembrerebbe esserci una sorta di "apertura con riserva". Inoltre l'alta percentuale (68%) di coloro che dichiarano di coltivare rapporti interpersonali più profondi e arricchenti è assai simile (62%) a coloro che ammettono di non avere più tempo per persone esterne alla famiglia. Vien da pensare quindi che per buon parte dei genitori con bambini alla scuola d'infanzia l'orizzonte si restringa nella cerchia delle famiglie, più di quanto non accada a genitori con figli più piccoli. Questo parrebbe un dato un po' strano perché è con l'ingresso alla scuola d'infanzia che generalmente i bambini intessono le loro prime relazioni amicali esterne alla famiglia e iniziano i primi inviti, che coinvolgono di solito anche i genitori.

Rapporto di coppia

Meno marcate sembrerebbero le differenze fra i due campioni per quanto concerne il rapporto di coppia. La percentuale di coloro che non ha avvertito cambiamenti prima e dopo i figli è rispettivamente del 43% nel campione con figli alla scuola d'infanzia e del 35% nel campione con figli al nido. Registrano invece meno attenzioni da parte del partner rispettivamente il [1]38% e il 48%; un minore appagamento il 28% e il 40%; un aumento dell'intesa il 29% e il 24%; una perdita della complicità e dell'intimità di coppia il 52% e il 30%. Riconosce un senso di gratitudine nei confronti del partner il 51% e il 39% e una consistente maggioranza (78% e 62%) reputa più forte il proprio legame di coppia. Percentualmente poco rappresentata (12% e 13%) è la situazione di coloro che ritengono il proprio rapporto di coppia abbastanza simile a quello fra fratello e sorella.

Anche in questa area l'elemento più rilevante sembrerebbe consistere nella bi-direzionalità dei cambiamenti. L'esperienza della genitorialità si inserisce nel percorso peculiare di ogni persona (e di ogni coppia) e questa vi risponde con le risorse e le attitudini di cui dispone. L'essere padre e l'essere madre è per una buona parte dei nostri genitori compatibile con la possibilità di vivere con pienezza altri ruoli – ad esempio quello di amante – ma tale possibilità si gioca e si costruisce all'interno di ogni specifica coppia. Accade così che in alcune coppie il legame, che emerge diffusamente rafforzato, lo sia a dispetto dell'impoverimento della vita sessuale. In alcune coppie tale impoverimento si distingue per uno sguardo diverso sull'altro, che parrebbe perdere quasi del tutto gli attributi specifici di partner della coppia per sovrapporsi a quello di un legame fraterno. Se questo dato segnalasse un effettivo un viraggio nella relazione, rappresenterebbe un elemento di forte preoccupazione, non solo per il benessere dei

[1] Per snellire la lettura non viene ripetuto nel testo, ma qui indicato al lettore, che la prima percentuale si riferisce al campione di genitori con figli alla scuola d'infanzia e la seconda al campione di genitori con figli al nido.

genitori, ma anche per lo sviluppo dei loro figli, che nel rapporto con i genitori, uniti in una relazione di coppia, possono accedere alla triangolazione, sperimentando le dinamiche di esclusione e di gelosia che intessono la trama della conflittualità edipica.

Famiglie d'origine

Rispetto al rapporto con le famiglie d'origine, il campione della scuola d'infanzia e quello del nido mostrano un andamento differenziato.

La genitorialità sembra favorire i rapporti con i genitori (44% vs 20%) e ridurre i contrasti con loro (57% vs. 20%) nel campione scuole d'infanzia; mente nel campione-nido i rapporti sono favoriti solo nel 18% vs. 63% e i contrasti sono acuiti per il 18% vs. 45%. Ci sembra ipotizzabile che nella cura dei bambini più piccoli (nido), più che in quella dei bambini della scuola d'infanzia, sia più frequente rilevare diversità di vedute o interferenze fra le famiglie e che possano essere queste situazioni contingenti ad avere influenzato l'esito delle percentuali.

D'altra parte in entrambi i campioni si rileva una correlazione statisticamente positiva fra il sentirsi più grandi e capaci e un rapporto migliore con i propri genitori.

Potremmo quindi ipotizzare che quando vi è una sufficiente autostima e fiducia nelle proprie capacità – magari anche comprovata da una certa esperienza nel ruolo genitoriale – è meno probabile che eventuali divergenze di vedute si trasformino in difficoltà nei rapporti.

E' interessante inoltre osservare, come tra i cambiamenti indicati dai genitori in domande aperte – in questo caso solo nella versione del questionario proposta al campione del nido – prevalgano le note positive. Si sottolinea infatti un senso di completezza, di maggiore serenità, fiducia, di meraviglia e la possibilità di rivedere se stessi nel figlio che cresce. Un altro tema è quello del cambio di priorità: i figli vengono collocati al primo posto e ogni progetto viene declinato nel plurale "noi". Non mancano le note sulla stanchezza e sulle varie tensioni ("meno solare", "più aggressiva") che realisticamente accompagnano la crescita dei figli.

Il rilievo più bello che ci consegna questo strumento, e con cui concludo questa mia relazione, è la percentuale altissima di genitori che nei due diversi campioni (87% 76%) ritiene che la maternità/paternità abbia accresciuto il sentimento della tenerezza.

Nel campione scuole d'infanzia questo dato non dà luogo a correlazioni, mentre nel campione dei genitori con bambini al nido correla con il senso di responsabilità. Il fatto che non emergano importanti correlazioni, fa ipotizzare che questo sia tra "i regali" condivisi che i figli hanno per i loro genitori, indipendentemente da come questi sono, da come funziona la coppia e dai rapporti con nonni. Ed è un bel regalo!

Qualche idea per prendersi cura della genitorialità

In sintesi mi pare che dall'analisi dei questionari emerga l'idea che i figli siano per gli adulti che ne sono padri e madri una ricchezza. In particolare nei commenti delle domande aperte si coglie un senso di stupore e di meraviglia per la vita che continua nei nostri figli; un sentimento che fa pensare ad un lungo innamoramento che trasforma e rinnova lo sguardo con cui noi adulti guardiamo al mondo e alla vita. E' verosimilmente questa disposizione d'animo che, fra altri e complessi desideri, continua a farci pensare alle nascite come lieti eventi e ci rende felici di essere genitori. Ma i dati esposti ci richiamano, meno poeticamente, anche alla fatica della genitorialità: esercitare un ruolo genitoriale e conciliarlo con altre esigenze, incombenze e desideri non parrebbe affatto semplice. Ai rilievi riportati nella relazione, vanno aggiunti altri due dati significativi, relativi alla versione del questionario proposto al nido secondo i quali l'86,5% dei soggetti ha lasciato con la genitorialità precedenti interessi e attività (in ordine decrescente: viaggi, amici, pulizie domestiche e cure estetiche,teatro e concerti, corsi di aggiornamento, mostre e conferenze) ed il 49% dei genitori dichiara di avere la sensazione che "manchi qualcosa"; fra coloro che cercano di individuare un oggetto per tale sensazione la maggioranza indica la mancanza di tempo, sovente per sé.

Pur riconoscendo i limiti dell'esiguità numerica del campione, penso che questi rilievi diano da pensare, perché espressi da genitori tendenzialmente normali. Plausibilmente la sensazione di fatica, la mancanza di tempo, l'essere sempre di corsa ("dispersi" in troppe attività) non sono dati connessi necessariamente alla genitorialità, ma sono legati alla nostra genitorialità e all'organizzazione della nostra società. Certamente esistono disagi più rilevanti, più eclatanti condizioni di sofferenza, ma se vogliamo pensare la salute come massimo benessere per gli adulti e per i bambini dobbiamo anche progettare una società in cui ci sia il tempo per essere persone (genitori e figli) felici! In termini preventivi il primo segnale di disagio possiamo individuarlo proprio nella difficoltà di vivere con gioia la genitorialità. Credo utile ricordare le equilibrate ed illuminanti parole di D.W. Winnicott che nel 1945 scriveva "I figli sono un peso e se danno gioia è perché due persone hanno deciso di accollarsi quel tipo dio peso; ovvero hanno deciso di non chiamarlo un peso ma un bambino".

Per concludere…

Ci sono certamente variabili psichiche – personali e di coppia – che contribuiscono a connotare più come peso o come gioia il prendersi cura di un figlio,ma ci sono anche dati di realtà. Se già tanti sono i pesi caricati sulle spalle degli adulti si possono portare solo figli leggeri! Ma il peso dei figli non si sceglie…

Mi pare che per chi si occupa della genitorialità vadano pensate nuove modalità per prendersi cura di nuovi utenti. Al di là delle sofferenze, che conoscono altre e più collaudate strade di presa in carico, penso vadano pensati spazi e proposte più a misura di vita quotidiana. Forse vanno ripensate e favorite forme di collaborazione fra i genitori –anche solo per il trasporto dei bambini scuola- casa -; pensati centri sportivi a misura delle famiglie, in cui negli stessi orari ci siano proposte di attività per i bambini e per gli adulti; o articolate forme di flessibilità lavorativa (rispetto ai tempi e ai luoghi) che meglio si possano conciliare con i ritmi di vita di chi vuol continuare a fare bene il proprio lavoro, ad essere un buon partner e ad essere un genitore adeguato (ma vorrei dire felice).

BIBLIOGRAFIA

M. Ammaniti Pensare per due. Nella mente delle madri. Editori Laterza 2009
W. R. Bion Attaks on linking Int. J. Psycho-Analysis 40, 1959;
W. R. Bion(1962) Apprendere dall'esperienza Armando Editore 1972
P. Manfredi Fa bene agli adulti la genitorialità? Imago, 3, 2005, 15-26
P. Manfredi Come cambiano gli adulti che diventano genitori. Studio preliminare Psychofenia XI, 18,2008, 97-120
D.J. Siegel (1999) La mente relazionale. Neurobiologia dell'esperienza interpersonale Raffaello Cortina, 2001
D. Stern La costellazione materna. Il trattamento psicoterapeutico della coppia madre/bambino Bollati Boringhieri 1995
D.W. Winnicott (1945) The Only Child in The child, the family and the outside world. Harmondsworth Penguin Books 1964
Winnicott, D.W. (1958). Dalla pediatria alla psicoanalisi. Tr. It. Martinelli, Firenze 1975.

(*) Psicologa, Psicoterapeuta, Professore Associato di Psicologia Clinica, Facoltà di Medicina e Chirurgia, Università di Brescia -