

Il Bambino adottato

I bambini sono predisposti biologicamente sin dalla nascita a sviluppare relazioni d'attaccamento con i *caregiver*.

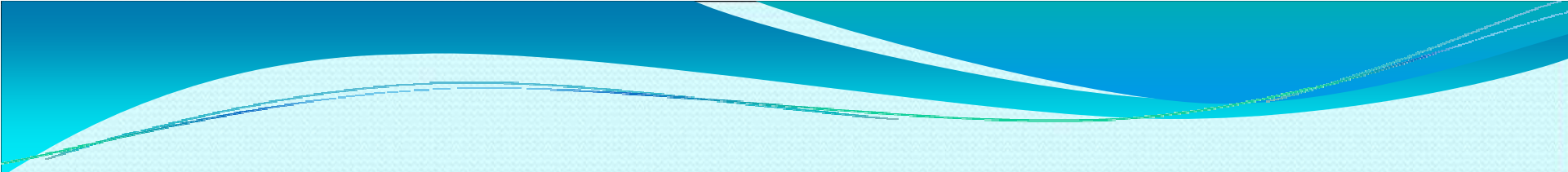
Analogamente i genitori sono predisposti biologicamente a fornire cure ai figli
(*Numan e Insel 2003*).

LA TEORIA DELL'ATTACCAMENTO NEL CONTESTO DELL'ADOZIONE

L'ATTACCAMENTO...

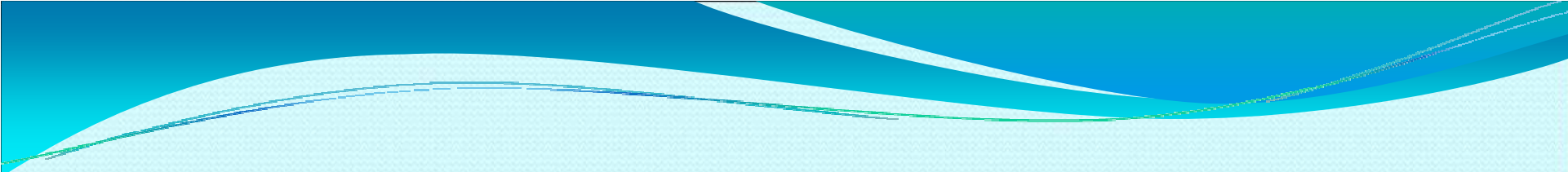
è un sistema comportamentale e motivazionale, biologicamente determinato, che spinge il bambino a cercare la vicinanza e il conforto di una figura percepita come “più forte e/o più saggia” (*Bowlby 1969*), nei momenti in cui si sente spaventato, confuso, ansioso o angosciato.

Sulla base dell'interazione con l'ambiente e con le sue figure d'attaccamento (FdA o *caregiver*), ogni bambino costruisce dei Modelli Operativi Interni (MOI), ossia delle rappresentazioni interne di sé e delle FdA: modelli di *sé-con-l'altro*, cioè della relazione.

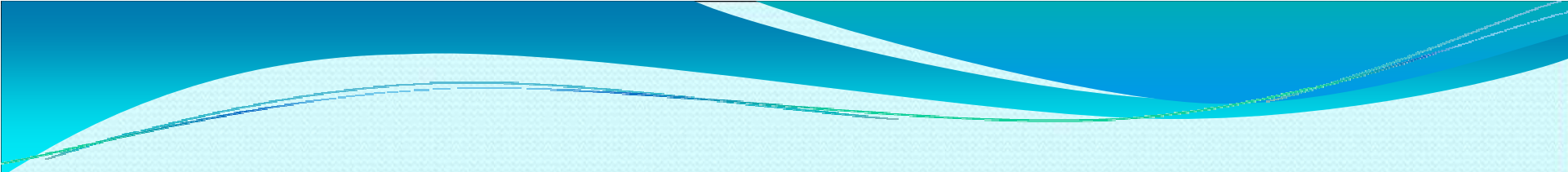


Può accadere che i bambini adottati continuino ad utilizzare, nella relazione con la nuova famiglia, le strategie d'attaccamento (e i conseguenti MOI) appresi nella disfunzionale famiglia di nascita; se però tali strategie potevano essere considerate adattive come risposta alle situazioni patologiche caratterizzanti il nucleo familiare di origine, nella famiglia adottiva si rivelano disfunzionali.

Tuttavia, se è vero che i MOI tendono a non subire grandi variazioni durante l'arco di vita, è altrettanto vero che, per la loro stessa natura relazionale, possono essere modificati dalla presenza di nuove esperienze interpersonali positive, così come dalla presa di consapevolezza e dalla riflessione da parte dell'individuo. La vera sfida, allora, sarà quella di costruire insieme al bambino dei nuovi modelli fondati su un senso di sicurezza e calore, in grado di sostituirsi a quelli disadattivi che egli porta con sé. Perché ciò possa avvenire, è fondamentale imparare a riconoscere e a comprendere le ragioni che portano il bambino a sentire ciò che sente e a comportarsi come si comporta, ragioni sconosciute a lui stesso.



Potrà essere utile non solo conoscere i suoi ricordi e cercare di capire ciò che guida le sue azioni e le sue emozioni, ma anche conoscere il proprio bagaglio esperenziale, di aspettative e di schemi mentali, cioè i MOI delle figure di accudimento, poiché anch'essi contribuiranno in maniera fondamentale alla qualità della relazione con il bambino.



Le componenti che garantiscono la sicurezza dell'attaccamento sono: il contatto fisico e visivo, la sintonizzazione emotiva, un ambiente sicuro e il gioco esplorativo.

I genitori devono quindi essere in grado di fornire questi quattro elementi al fine di assicurare ai loro figli lo sviluppo di un attaccamento sicuro.

Attaccamento sicuro VS attaccamento disfunzionale

Il bambino che si è sentito sicuro, amato e accudito avrà imparato che è importante e avrà quindi una rappresentazione positiva di sé e degli altri.

Le sue convinzioni positive saranno: *“Io posso chiedere aiuto”, “posso essere vulnerabile”, “posso essere amato”, “non devo essere perfetto”, “sto bene e mi merito cose buone”*.

Questo sistema di credenze facilita la ricerca di relazioni positive in età adulta ed egli è attratto da persone che corrispondono a queste rappresentazioni.

Quando i bambini hanno però vissuto per un lungo periodo di tempo in ambienti caotici, stressati o spaventati, possono sviluppare credenze negative e disfunzionali e sebbene queste credenze non siano più verosimili, il bambino potrebbe aver bisogno di molto tempo perché esse si modifichino: *“Non c’è nessuno che può aiutarmi”, “non mi posso fidare”, “essere vulnerabile è pericoloso”, “non mi merito vicinanza e amore”, “non sono buono abbastanza”, “sono un errore”, “i genitori ti lasciano”, “prima o poi sarò rifiutato e abbandonato ancora”.*

Queste convinzioni impediscono al bambino adottato di accettare immediatamente l'amore del genitore adottivo, ma non perché non ne senta bisogno, ma perché non è pronto ad abbinare la parola vicinanza alla parola sicurezza, cosicché capiterà che possa chiedere vicinanza e il momento dopo aver bisogno di mettere distanza. Quindi il bambino, sentendosi in pericolo, potrebbe mostrare difficoltà nel relazionarsi con i genitori adottivi e con il mondo, e potrà avere difficoltà nell'apprendimento scolastico a causa delle emozioni intense dovute al suo bisogno di rimanere vigile.

COSTRUIRE UN LEGAME D' ATTACCAMENTO CON IL BAMBINO

Un'aspettativa comune in molti genitori adottivi è che il bambino li ami a prescindere, o, anche, che essi stessi amino a prescindere il bambino; invece all'inizio è normale che ci si trovi a vivere una condizione di reciproca estraneità ed è quindi necessario innescare un processo di comprensione e accettazione dell'altro, dandosi del tempo per conoscersi veramente.

I genitori si troveranno ad affrontare le difficoltà relative sia alla differenza e al confronto tra bambino immaginato e bambino reale, sia al confronto tra l'immagine di se stessi come genitori e il proprio reale atteggiamento verso il bambino.

LE DIFFICOLTA' DELL'ATTACCAMENTO

I bambini destinati all'adozione spesso hanno avuto delle relazioni, con i genitori biologici o altri *caregiver*, in cui la funzione fondamentale del sistema d'attaccamento risultava alterata, patologica oppure assente.

Difficoltà nella regolazione delle emozioni

- Come abbiamo visto, il bambino impara a regolare le sue emozioni all'interno della relazione d'attaccamento.

Un bambino evitante, per diminuire il senso di frustrazione derivato dai continui rifiuti del genitori, impara a ridurre al minimo l'espressione di emozioni correlate all'attaccamento.

Un bambino ambivalente, potrebbe mostrare segni di ansia e paura alla separazione, perché separarsi dal genitore significa dover contare unicamente sulle proprie capacità di autoregolazione che, viste le ripetute esperienze di stati emozionali eccessivamente intensi, saranno percepite come insufficienti.

In situazioni **d'attaccamento disorganizzato**, invece, il bambino avrà vissuto esperienze terrorizzanti, imparando ad attivare contemporaneamente il sistema d'attaccamento e di difesa. In tal caso, nei primi mesi con i genitori adottivi, mostrerà una sensibilità estrema ogni qualvolta percepirà un senso di rifiuto o il rischio di abbandono. Sarà restio a fidarsi, potrà mostrarsi eccessivamente indipendente oppure insistere affinché tutti i membri della famiglia rimangano nella stessa stanza con lui.

- Alcuni bambini, non riuscendo a regolare le emozioni, possono manifestare dei comportamenti auto-aggressivi (come mordersi, battere la testa, graffiarsi) o bizzarri (come dondolarsi, cantilenare), soprattutto in momenti stressanti in cui si sentono in pericolo.
- E' importante che i genitori ricordino che il bambino sta mettendo in atto nel presente una strategia che nel passato era, almeno in parte, adattiva.
- Gli adulti dovrebbero mostrarsi stabili nelle manifestazioni di affetto e nelle abitudini di vita ; il bambino, infatti, ha bisogno di sperimentare un clima coerente , prevedibile e ripetitivo che lo farà sentire al sicuro e protetto così da poter costruire nuovi modi per regolare le emozioni.

ALCUNI MITI DA SFATARE PER I GENITORI ADOTTIVI

1. Alcuni genitori potrebbero aspettarsi che l'arrivo del piccolo in famiglia possa istantaneamente instaurare un legame d'attaccamento.
2. Potrebbe accadere che, nelle prime interazioni con i nuovi genitori, il piccolo si mostri docile, contento, remissivo, probabilmente spinto dall'ansia di compiacerli. Non è raro però, che in seguito egli possa mettere in atto comportamenti rifiutanti o aggressivi, frustrando o deludendo le aspettative dei genitori e la convinzione di aver instaurato ormai con lui un buon legame.

3. Bisogna anche ricordare che l'educazione e l'apprendimento delle regole sociali e familiari, in circostanze normali avvengono gradualmente, mentre il bambino adottato si trova a dover apprendere queste norme di comportamento in breve tempo, con un enorme sforzo.
4. Infine, i genitori potrebbero incappare nella convinzione che, a fronte delle condizioni di pregressa mancanza affettiva del figlio, solo l'amore e l'affetto possono immediatamente riparare le ferite. Tale convinzione è inevitabilmente disillusa, poiché il bambino può, in un primo momento, rifiutare qualunque contatto affettivo, mostrando segnali di disagio e diffidenza.
5. Altre delusioni potrebbero riguardare eventuali ritardi nello sviluppo del bambino o eventuali sue problematiche comportamentali ed emotive.

TROVARE NUOVI EQUILIBRI

Le delusioni e le frustrazioni, che prendono il posto delle aspettative dei genitori adottivi e delle loro speranze, possono accompagnarsi a una sensazione di fallimento.

Cosa è possibile fare per affrontare al meglio il duro scontro con la realtà dell'adozione e del bambino adottivo?

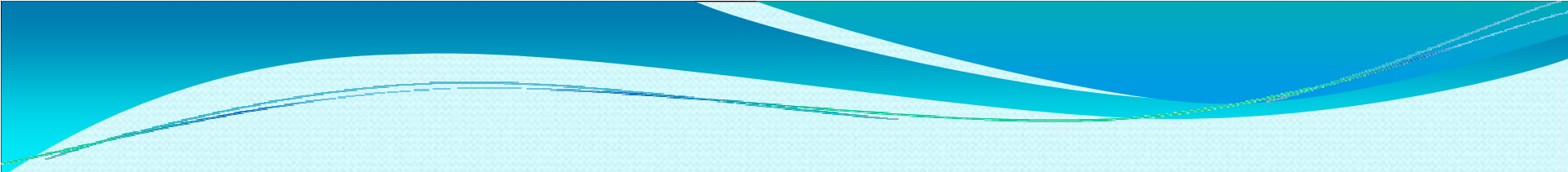
- a. Farsi domande e ascoltare le risposte.
- b. Accettare i sentimenti negativi.
- c. Condividere e cooperare.
- d. E' bene che la coppia genitoriale possa esprimere apertamente non solo le proprie aspettative.
- e. Rimanere flessibili.

NARRARE E RICOSTRUIRE LA STORIA DEL BAMBINO ADOTTATO

Compito fondamentale dei genitori adottivi è quello di saper narrare al bambino la sua storia. E' importante, sia per il bambino sia per i genitori adottivi, acquisire la capacità di raccontare in che modo è nata la nostra famiglia.

Attraverso il dialogo e il racconto, è possibile aiutare il bambino a comprendere meglio questa nuova fase della sua vita e a sentirsi legittimato ad appartenere alla nuova famiglia.

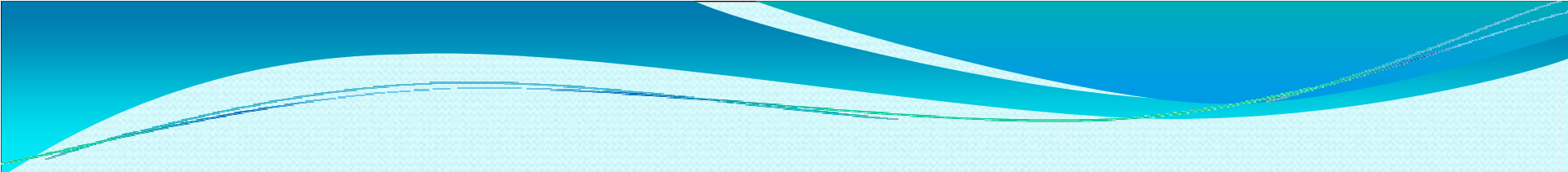
Nella storia, andrà spiegato il motivo per cui i genitori naturali hanno rinunciato all'accudimento o il motivo per cui è stato loro negato. La storia comprenderà il racconto del desiderio di diventare genitori e, quindi, le difficoltà incontrate e l'eventuale problema dell'infertilità o di precedenti aborti o della perdita di altri figli naturali. **Tutto questo sarà possibile qualora i genitori abbiano elaborato le proprie esperienze traumatiche e andrà realizzato accompagnando il bambino nelle sue fasi di crescita e rispondendo alle sue stesse domande.** Il dialogo non dovrebbe fermarsi al racconto del passato e delle origini, poiché narrare la realtà adottiva, dovrebbe essere parte della quotidianità familiare, in un processo libero e sereno, senza diventare un segreto.



I bambini pongono naturalmente domande, nel modo e nel momento in cui sono pronti a sentire le risposte, ma lo fanno soprattutto se sentono che intorno a loro c'è il clima adatto ad accoglierle e a fornire risposte.

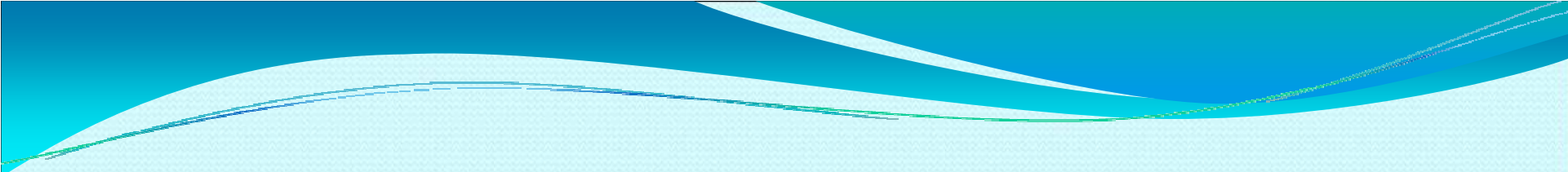
Diventa fondamentale rispondere a tutte le domande del bambino, dirette o indirette che siano, per aiutarlo a rielaborare la sua storia e connetterla con il presente. **L'importante è farsi guidare da lui che, per esempio, potrà esprimere l'esigenza di sentire la sua storia molte volte e sarà compito del genitore assecondarlo.**

E' importante che la comunicazione avvenga in un clima di serenità e costanza all'interno dei rapporti familiari. Se il racconto avviene serenamente, può diventare un potente strumento per trasmettere al bambino un senso di valore personale e la gioia nell'accoglierlo.

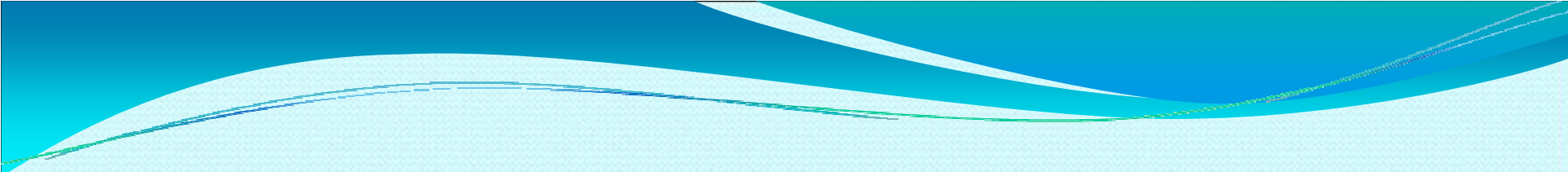


Nel narrare ogni fase del percorso adottivo, è importante che i genitori si mostrino comprensivi e accoglienti nei confronti dei momenti di maggior sofferenza del bambino, senza la pretesa di cancellarli o nasconderli.

La storia dell'adozione va costruita e ricostruita insieme, in modo che a ogni passaggio possa essere percepito il valore dell'identità individuale, così come il supporto per le avversità vissute.



La narrazione consentirà di trasformare le esperienze passate del piccolo, spesso così difficili, in una storia realistica e comprensibile, dotata di nessi logici e causali che favoriranno la costruzione coerente dell'immagine di sé e del proprio passato e che lo aiuteranno a prendere contatto con le proprie emozioni e a sentirsi più sicuro.



Il racconto delle origini ha un duplice ruolo: da un lato consente al piccolo di integrare parti della sua identità tra passato e presente; dall'altro contribuisce a non far perdere la fiducia nei confronti dei genitori adottivi e a costruire più saldamente il nuovo legame.

Sentendo narrare la propria storia, infatti, il bambino può rappresentarsi come dotato di una continuità e di un passato narrabile e accettato dalla nuova famiglia.

Consigli per la pratica quotidiana

ACQUISIRE NUOVE CONSAPEVOLEZZE E STRATEGIE

Vediamo quali caratteristiche potrebbe avere un bambino che ha vissuto esperienze traumatiche e quale consapevolezza è importante che i genitori sviluppino per poter instaurare con lui una buona relazione.

- Difficoltà nello sviluppo e regressioni.
- Problemi di alimentazione e disturbi del sonno.
- Difficoltà nella modulazione del contatto fisico.
- Comportamenti aggressivi.

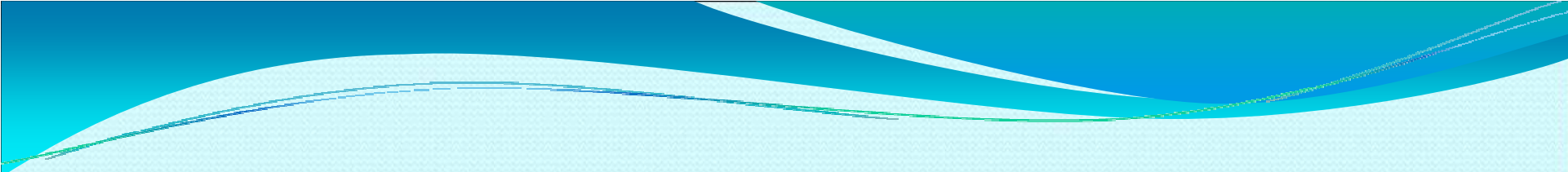
AIUTARE IL BAMBINO A REGOLARE LE EMOZIONI

- Stabilire aspettative e regole chiare.
- Sintonizzarsi sulle emozioni del bambino.
- Calmare il bambino.
- Insegnare modi alternativi di comportamento.

STRATEGIE PER GESTIRE LE CRISI

I bambini con difficoltà di regolazione emotiva possono andare incontro a crisi di rabbia e angoscia.

Le crisi possono essere di due tipi: quelle attivate da un *trigger* (fattore scatenante che riattiva ricordi ed emozioni del passato) e i capricci.

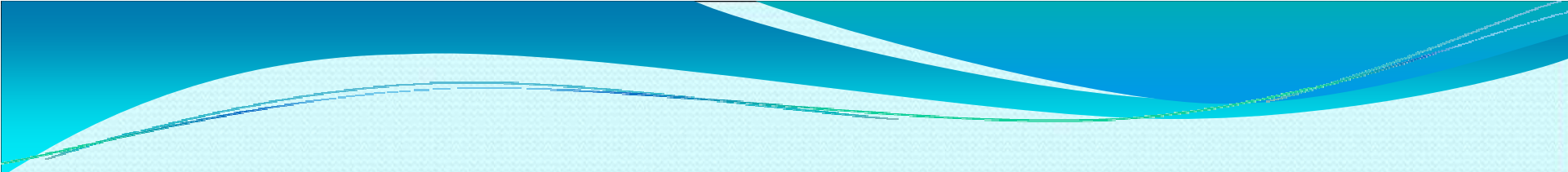


Se il bambino ha una crisi disregolativa insorta in conseguenza di un capriccio, non è utile negoziare, supplicare e farsi corrompere, anzi è controproducente.

Si può fare un profondo respiro e interrompere ogni comunicazione con il bambino, nel momento in cui è arrabbiato.

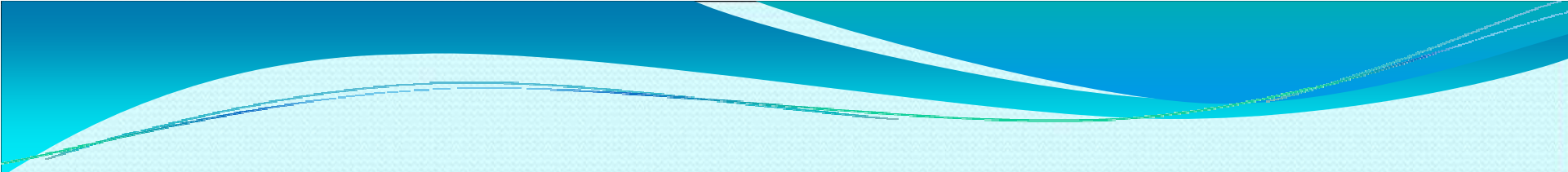
Quando qualcosa attiva il piccolo, e nessuna strategia contenitiva ha funzionato, inizia la crisi.

Nei momenti di crisi emotiva, nulla possono la logica e le spiegazioni, poiché il bambino è “dominato” dall'emisfero destro e dall'area cerebrale limbica a contenuto emotivo, mentre la parte sinistra e la parte prefrontale, a valenza cognitiva, sono temporaneamente disattivate, per cui gli interventi cognitivi hanno poco valore: queste crisi possono essere considerate piccoli momenti di dissociazione.



In questa fase il contatto fisico non è in genere tollerato, per via dell'attivazione del sistema di difesa e della reazione di attacco/fuga, e il bambino è verbalmente e/o fisicamente fuori controllo.

Cercare di stargli troppo vicino o minacciarlo, ricorrendo alle punizioni, potrebbe attivare uno scontro più intenso.



Questa fase può durare da un paio di minuti a diverse ore. E' importante non rischiare il circolo vizioso emotivo, infatti la perdita di controllo dei genitori con comportamenti quali urlare, rimproverare o sculacciare, può essere percepita come un rifiuto o un abbandono, aprendo la strada a una crisi di disregolazione ancora più importante.



Il bambino ha bisogno di spazio intorno a sé.

Se la crisi avviene in casa, i genitori possono invitarlo nella sua stanza o in un'altra parte della casa che sia sicura per lui, mentre loro possono restare nelle vicinanze, cercando di mantenere la calma, magari occupandosi d'altro.

In questi momenti è indispensabile una buona co-genitorialità, per cui un genitore potrebbe restare più nelle vicinanze e l'altro allontanarsi per calmarsi.

Se la crisi avviene in un ambiente al di fuori è importante fargli lasciare il posto in cui si è innescata la crisi e portarlo in una situazione dove c'è la possibilità di aver maggior controllo e sicurezza.

A quel punto, è importante modulare la voce con tono rassicurante, guardarli negli occhi e, se possibile, spiegargli che è un momento delicato e che si parlerà con lui non appena tornerà la calma.

Bisogna fare in modo che egli sappia che il genitore è ancora presente e che si prende cura di lui: la calma e la presenza possono aiutarlo a tornare in sé e abbreviare la crisi.

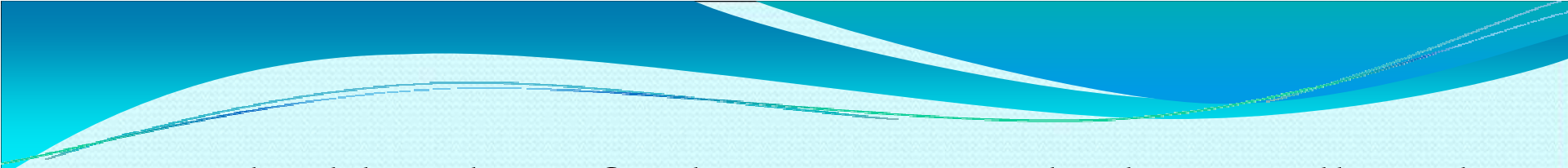
Terminata la fase acuta della crisi, il cervello del bambino è ancora “bloccato”.

In questa fase, potrebbe essere imbarazzato da quello che è appena successo ed essere pervaso dalla vergogna, può sentirsi in colpa e pensare di essere cattivo, di non essere amabile oppure che sarà abbandonato.

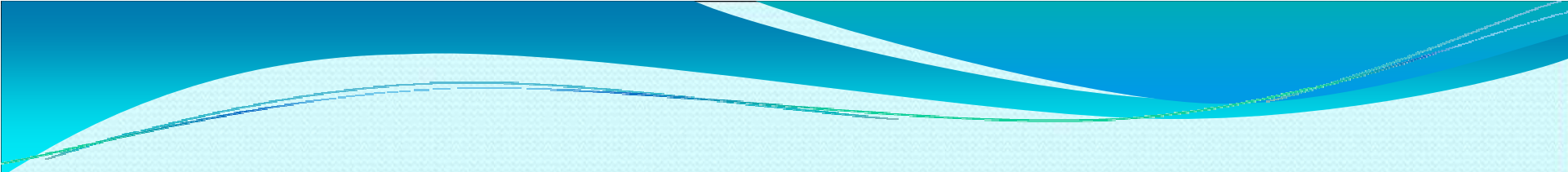
Per quanto questi pensieri non siano espressi esplicitamente, purtroppo restano presenti nelle credenze del bambino e continuano ad attivare le emozioni soverchianti che prova.

E' necessario rassicurarlo, ma non è ancora il momento di avvicinarsi troppo.

I bambini traumatizzati, nel momento in cui si sentono vulnerabili, hanno una sensazione di pericolo imminente. Per questo si attiva il sistema di difesa e non si attiva quello dell'attaccamento. In questo momento, sarebbe bene non lasciarlo solo e non avvicinarsi troppo. Si potrebbe stare seduti accanto, anche se non troppo vicini. Lo si può aiutare a orientarsi al presente, fargli domande come "posso aiutarti a farti sentire i piedi sulla terra?" o "siamo nella tua stanza, noti i colori delle pareti?". A questo punto, potrebbe tollerare un po' di contatto fisico. Bisognerebbe riuscire a sintonizzarsi con lui e rispondere a quello di cui ha bisogno.



Quando il bambino finalmente riprende il controllo è il momento allora di avvicinarsi e rassicurarlo del fatto che siamo contenti che si senta meglio. Il contatto fisico ora è importante. Il bambino sente il bisogno di connettersi con il genitore, fisicamente ed emotivamente, per riparare pienamente la relazione. In questa fase, si può parlare gentilmente, ma non è ancora il momento di discutere di quello che è successo o di cosa potrà fare la prossima volta o di cosa avrà bisogno per aggiustare qualcosa. Se questa discussione avvenisse troppo presto, mentre il bambino è ancora troppo coinvolto nelle emozioni di ansia e vergogna, potrebbe attivarsi un'altra crisi.



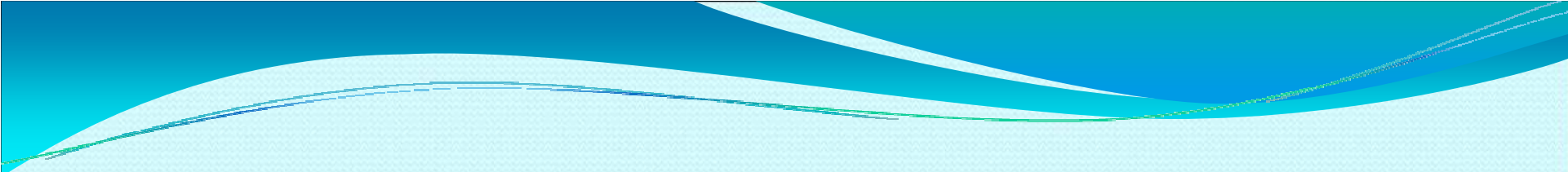
Se il genitore è calmo e ben regolato e usa la capacità di sintonizzarsi, con il tempo questa calma aiuterà a spezzare il circolo vizioso della paura e della rabbia.

Il bambino necessita di tempo, di calma e di tante esperienze positive di questo tipo per avere un “cervello regolato”.

Per la scuola

IL BAMBINO A SCUOLA E L'IMPATTO DEL TRAUMA

Recentemente, la ricerca ha dimostrato che le esperienze traumatiche avvenute durante la prima infanzia possono danneggiare una vasta gamma di funzioni cognitive, come la regolazione dell'attenzione, la memoria, la capacità di elaborare nuove informazioni, le abilità metacognitive (legate alla possibilità di riflettere sui propri pensieri e stati mentali e di monitorarli), le capacità di concentrazione e di risoluzione di problemi, lo sviluppo del linguaggio, le abilità di progettazione e previsione.



L'andare a scuola, inoltre, comporta di per sé il fare esperienza di una separazione da un contesto (quello familiare), all'interno del quale il bambino sta imparando a sentirsi sicuro, per entrare in un mondo poco conosciuto, in cui gli viene richiesto di essere in grado di apprendere ed esplorare.

L'errore che spesso viene commesso è quello di inserire immediatamente il bambino adottato nel contesto scolastico, per "recuperare il tempo perduto", non appena entra a far parte della nuova famiglia

L'adozione può essere considerata come una "nuova nascita" in una nuova famiglia e, proprio come quando nasce un bambino, c'è un periodo in cui egli vive soprattutto con le sue figure d'attaccamento (FdA), periodo fondamentale per creare un legame sicuro (i cosiddetti periodi di maternità o paternità). Dopo questo tempo, si cominciano a introdurre altre figure stabili nella sua vita, come la tata o le insegnanti di asilo nido e di scuola materna e, gradualmente, avviene l'inserimento nel gruppo dei pari.

Se si tengono presenti queste normali tappe, sarà più facile rispettare i tempi del bambino, anche se questo potrebbe voler dire mandarlo a scuola con un po' di ritardo.

ALCUNI CONSIGLI UTILI PER LE INSEGNANTI

- Creare un ambiente sicuro e prevedibile.
- Costruire un legame con lui.
- Adottare uno stile d'insegnamento flessibile.
- Promuovere la motivazione.
- Concentrarsi sui successi più che sui fallimenti e creare degli obiettivi interni.