

## In questo quaderno:

3 La Federazione svizzera dei Sordi e la Giornata mondiale della lingua dei segni

4 Congegni bionici: la ricerca medica sulle protesi cerebrali

6 L'attività nelle scuole dell'associazione «Specchiati e rifletti»

7 Frutta e verdure, un concentrato di vitamine

## LESSICO FAMILIARE

## Un aiuto per le mamme

Il nuovo saggio della psicologa Alba Marcoli: un vademecum per sostenere i genitori

## Raffaella Brignoni

Vostra figlia a 10 anni parla e si pone come una bambina dell'asilo, scimmiettando chi ha la metà della sua età, e ogni volta che la osservate vi viene voglia di prenderla a sberle? Il maschio invece è sempre con il broncio e vede la vita perennemente a una tinta (il nero, naturalmente), tanto che vi sembra di avere generato un depresso cronico?

Non sapete più dove sbattere la testa per far rispettare le regole base di convivenza civile a un figlio adolescente, che pensa di essere già grande e di saperne mille volte più di voi, vecchi rintronati? La coppia scoppia per le continue discussioni su come crescere la nidiata? Oppure siete confrontati con un problema più pesante come la malattia di un figlio che, imprevedibile, è fondata su di voi con l'effetto di uno tsunami?

Insomma, se il cataclisma sembra essersi abbattuto sulla vostra famiglia, chiedete aiuto. A un osservatore esterno per provare a disappannare ciò che l'angoscia confonde, per tentare nuove strade che conducano... fuori dal tunnel. Il che tradotto significa trovare strategie per superare le inevitabili preoccupazioni legate al crescere dei figli. Quelle che sono legate alle normali tappe evolutive dei bambini, ma anche a difficoltà più serie (legate allo stato di salute, a disturbi gravi del comportamen-

to, paure esagerate, lutti o separazioni) in grado di stravolgere l'equilibrio di un'intera famiglia. Situazioni in cui un genitore può trovarsi improvvisamente fragile e disorientato, incapace di gestire la propria ansia, faticando a svolgere il suo ruolo di guida. Sì, perché se i figli hanno diritto a essere sorretti, contenuti e indirizzati; i genitori, su cui grava la responsabilità delle scelte, possono avere a loro volta bisogno di confrontarsi con qualcuno che dia loro la forza di affrontare con solidità ed equilibrio il conto a volte davvero alto - ma così è - presentatoci dalla vita.

Già, *E le mamme chi le aiuta?*, per riprendere il titolo dell'ultimo saggio di Alba Marcoli (per i tipi Mondadori), la nota psicologa clinica da anni attenta osservatrice delle dinamiche familiari. Con alcuni suoi giovani colleghi ha realizzato una sorta di vademecum, questo libro appunto, che segue il bambino e la famiglia sin dalla nascita, trattando situazioni inevitabili e altre molto particolari come l'adozione, la disabilità, la depressione. E invitando i genitori a rivolgersi senza remore a un esperto nei momenti in cui si ha bisogno di trovare una strategia per ripristinare l'armonia e ritrovare il coraggio: «Un sostegno di tipo psicologico - spesso con caratteristiche diverse da una terapia vera e propria, più breve, diluito nel tempo, mirato a particolari situazioni - risulta fondamentale per

molte famiglie che altrimenti, da sole, rischierebbero di aggravare il disagio. Si tratta di interventi in apparenza semplici che risultano preziosi dal punto di vista collettivo, sociale e da quello del benessere psichico sia dei piccoli, sia di chi li circonda e se ne prende cura».

Vivere non è per niente semplice ed è un mestiere che si impara crescendo. Già. Lo si è già letto nelle pagine del diario di Pavese (*Il mestiere di vivere*, appunto) e in tanti altri classici della letteratura, lo ribadisce nel suo ultimo saggio anche Alba Marcoli e del resto lo sappiamo - chi più, chi meno - tutti per esperienza diretta.

Vivere non è semplice soprattutto nei momenti di passaggio, di trasformazione, di crisi per così dire di «rito» (i primi distacchi, la scolarizzazione, le paure per l'età adolescenziale e i conflitti con il corpo tipici del diventare adulti) e in quelle più specifiche legate a situazioni più complicate da gestire (la disabilità, la migrazione, la separazione dei genitori). Situazioni che possono travolgere non solo



punti di fragilità diventano più importanti e numerosi dei punti di forza, vivere diventa più faticoso e difficile del solito, soprattutto nei momenti già per loro natura problematici e impegnativi dell'esistenza. Un aiuto psicologico può diventare utile e importante, ma è altrettanto utile e importante individuare precocemente le situazioni più difficili e a rischio per poter incanalare le risorse di un bambino e di una famiglia verso uno sbocco evolutivo di maggiore benessere per tutti, piuttosto che verso una sofferenza patologica».

Insomma, sono interventi con una finalità preventiva con caratteristiche molto diverse da una psicoterapia vera e propria ma con una valenza terapeutica. Lo scopo finale è sempre quello di garantire le migliori condizioni di sviluppo per i minori, prevenendo non solo il disagio giovanile, ma dando ai giovani gli strumenti per potersi confrontare e reagire a frustrazioni e sofferenza, attraverso un lavoro che passa dai familiari: «Nessun genitore è così onnipotente da poter proteggere i propri figli dalle difficoltà della vita; li può però attrezzare meglio perché siano più forti». E il lavoro che Alba Marcoli suggerisce è proprio una riflessione con un esperto sui comportamenti dei bambini, ma anche sul nostro modo di porgerci a loro, considerando l'eventualità di introdurre nella relazione familiare «piccoli interventi che possono consistere in una leggera modifica di atteggiamenti mentali e dell'ottica con cui si guardano le cose. Cambiano così piano piano il modo con cui si guardano gli eventi e, di conseguenza, anche i meccanismi di difesa usati». Non è una soluzione per risolvere magicamente i problemi, quella suggerita da Marcoli, ma forse aiuta ad affrontarli. Con un aiuto esterno di uno specialista, «cominciano a diventare pensabili e quindi contenibili nella mente dispiaceri e dolori dai quali prima si scappava, perpetuandoli all'infinito in modo fiso, ripetitivo e sterile. Il contenerli nella mente e il renderli pensabili aiuterà invece ad attraversarli». Trovando noi, come adulti, quelle strategie che potremo poi trasmettere, come atto di forza, speranza e crescita ai nostri figli, per imparare a tollerare l'incertezza, la frustrazione, l'impotenza che si provano in tutti i momenti di attesa conseguenti ai passaggi, alle trasformazioni e ai cambiamenti del vivere.

Insomma, un bel tomo di 317 pagine con l'intento dichiarato di «sostenere i genitori nel difficile compito di fare gli adulti per permettere ai figli di fare i bambini...».

## BIBLIOGRAFIA

ALBA MARCOLI, *E le mamme chi le aiuta?*, Mondadori, 2009.

NELLA FOTO: secondo Alba Marcoli la psicologia può venire in soccorso dei genitori in diverse situazioni problematiche.



## L'ALTROPOLOGO

## Sacrifici, ovvero gesti di cortesia

Il primo fine settimana di settembre l'Altropologo si trovava in Friuli all'inaugurazione di una pittura murale di Esther Mahlangu presso l'associazione culturale Colonos di Villacaccia. Esther è un'artista Ndebele (Sud Africa) riconosciuta internazionalmente. In qualità di Grande Iniziato della società segreta delle Maschere Sigma del Ghana Nordoccidentale, il Vostro ha creduto bene di versare una libagione propiziatrice per il lavoro, per l'artista e per tutti coloro che verranno a visitarne l'opera. Il quotidiano locale ha riportato la piccola cerimonia nei dettagli, soffermandosi sulla sequenza degli Enti invocati - il Dio Supremo, la Terra, gli Spiriti benevoli della foresta e, finalmente, gli Antenati. Si è anche specificato che la libagione - come si conviene - era stata fatta con grappa friulana.

La logica culturale che sottende l'atto di libagione - e con esso tutti gli atti sacrificali - procede moralmente nel senso opposto all'individualismo moderno. Al consumo immediato, reiterato e recidivo proprio della modernità fa da contraltare - sarebbe proprio il caso di dire

- un atto nel quale il «consumatore» è l'ultimo a godere del bene in questione, che viene prima offerto a quegli Agenti soprannaturali che si ritengono esserne i veri e degni «proprietari». Ma questo non è tutto. Le libagioni solenni - quelle che avvengono ancora, per esempio, in occasioni di funerali di persone importanti in tutta l'Africa - richiedono un momento oracolare di verifica che l'offerta sia stata in effetti bene accolta da parte di divinità, spiriti ed antenati. Si vuole ovvero verificare che la comunione che si viene ad instaurare fra i Vivi, i Morti ed Sempiterni per l'atto di condivisione sia effettiva e non frutto dei semplici *desiderata* dei viventi. Il rifiuto oracolare di una libagione o di un sacrificio segnala agli offerenti l'esistenza di difficoltà e disordini nell'ordine morale del cosmo, e dunque rende consapevoli della necessità di una riparazione che riconnetta il mondo dei viventi a quello degli agenti soprannaturali.

L'atto riparatore prende spesso la forma di un sacrificio, prescritto dallo specialista rituale che ha compiuto la verifica oracolare nella for-

ma e nella sostanza specifica adeguata al caso in questione. Nella cultura africana nessuna uccisione di animali avviene al di fuori di un contesto sacrificale. Non esiste, in altre parole, un atto di uccisione che non sia giustificato dal fine superiore di stabilire o ristabilire un contatto col mondo soprannaturale. È qui al lavoro - per così dire - una logica culturale di scambio e comunicazione: vita per vita, bontà per cortesia. La vita dell'animale offerto agli Antenati ne vale la benevolenza nei confronti dei viventi in caso - mettiamo - di un'epidemia imputabile, si crede, a qualche forma di violazione dell'ordine morale da questi imposto all'inizio dei tempi e delle regole della giusta vita associata.

La stessa logica si applica - *mutatis mutandis* - alle uccisioni praticate d'obbligo e per forza di cose al di fuori di un contesto oracolare e sacrificale dai cacciatori. Fra le popolazioni cacciatrici del Ghana Nordoccidentale si ritiene, infatti, che un cacciatore accumuli, ad ogni animale ucciso, una sorta di debito di sangue che finirà per pagare ai Signori degli Animali della selva - gli onnipotenti e onniscienti *kotomse* - alla fine della sua vita. I cacciatori muoiono una morte desocializzata e moralmente devastante: al momento dell'agonia vengono lasciati soli, abbandonati. Chiusi nella loro stanza devono far fronte alle anime degli animali che

hanno ucciso. Questi vengono a reclamarne la vita - scambio riparatore di una carriera in permanente debito di sostanza vitale.

Chi potrebbe oggi sottoscrivere simili pratiche come dotate di un qualsivoglia senso culturale al di là di un facile paternalismo pseudoantropologico? Eppure... Eppure... Eppure ricordo che fino a non molti anni fa nessuno dei vecchi - vecchi, scrivo, e non «anziani» perché allora essere «vecchi» ancora significava rispetto ed autorevolezza - che frequentavano le osterie della Bassa Padana beveva il proprio bicchiere fino all'ultima goccia, come si fa nell'età del consumismo. No: se ne lasciava un goccio appena, quanto bastava per farne un getto che veniva fatto cadere sulla terra con un gesto talmente studiato e formalmente perfetto da non poter essere - mi piace pensare - che comunque dettato da una logica di libagione. Lo stesso facciamo nel Nord del Ghana: l'ultimo sorso di birra di sorgo è fatto schizzare dalla calabassa prima in alto, poi in basso, a bagnare la terra. È questa «la parte degli Antenati». La stessa - all'Altropologo piace pensare - che mio nonno, uno degli ultimi contadini in presa diretta con l'antica civiltà padana, offriva ai suoi morti - certo senza più saperlo ma con lo stesso gesto sacrificale - tanti anni fa e a tanti chilometri di distanza culturale.

Cesare Poppi