

QUANDO SARO' NATO, A COSA MI EDUCHERAI?

(PARTE SECONDA)

A cosa educare i bambini?

Il bambino diventa autonomo guardando noi adulti. Impara a stare seduto vedendo altri stare seduti, impara a parlare sentendo altri parlare; è una spugna che per un periodo di circa 11-13 anni – dopo arriva l'adolescenza in cui le cose cambiano drasticamente – guarda, assorbe e impara da chi gli sta vicino; per questo ogni nostro atto è un atto educativo, che lo vogliamo o no, perché il bambino sarà lì costantemente a guardare e a imitare, questo è il suo modo di imparare. Lo stiamo quindi già educando, lo educiamo a somigliare a noi.

Se vuoi sapere a che cosa educerai tuo figlio, (o un allievo, un nipote, un ragazzo che ti sta vicino, perché non è solo questione di figli), guarda te stesso, perché sarà quello il messaggio che passerà. Questo già dalla gravidanza. In gravidanza la donna si muove e il bambino all'interno lo sente, quindi viene educato a tante possibilità: insieme si cammina, ci si flette, ci si sdraia, si fanno tanti diversi movimenti. Però è importante alternare il movimento a momenti di immobilità, di ascolto, come facciamo durante una pratica di yoga: momenti di silenzio, di calma. È importante chiedersi: durante la mia gravidanza ci sono entrambe queste possibilità? Quello che accade spesso è che le donne si trovano a lavorare in modo frenetico fino all'ultimo mese di gravidanza e a dovere riprendere al più presto dopo il parto, non per loro scelta, ma per necessità. Questo comporta una vita frenetica, sempre di corsa, con il respiro corto, con il cuore accelerato, in ansia per le tante cose da fare. Nel vivere così stiamo già educando il bambino: sarà abituato a gesti veloci, movimenti e respiri veloci, battito cardiaco veloce, ecc.. Qualcuno ha detto: “Va bene, così impara e si abitua da subito a quello che troverà fuori”; attenzione, in qualche modo è vero, ma così sarà educato solo a un aspetto. Sarà impreparato a conoscere e vivere l'aspetto opposto, i momenti di quiete, di immobilità, di silenzio e quando nascerà questo bambino avrà sempre bisogno di fare qualcosa. Allora sentiamo frasi come “Questo bambino ha preso il giorno per la notte”, ma glielo abbiamo insegnato noi, perché se noi non abbiamo mai momenti di silenzio dove il respiro è calmo, questo bambino non li conosce. E quando una cosa noi non la conosciamo ci sentiamo a disagio e cerchiamo di andare verso qualcosa che conosciamo, la velocità, l'attività. Spesso questo è il motivo per cui il bambino – ma anche l'adulto – vive con disagio il contatto con qualcosa di “sconosciuto”.

Il valore dei momenti di “sconosciuto”

Qual'è il primo contatto con lo sconosciuto? Il momento della nascita, il passaggio da un ambiente

conosciutissimo dove il bambino si è ritrovato e che lo ha accompagnato per nove mesi, a un ambiente totalmente sconosciuto. Il bambino non sa che deve “venire al mondo”. Forse è come se improvvisamente venissimo proiettati in un pianeta dove niente funziona come siamo abituati, ma in realtà non possiamo neanche immaginare questo passaggio perché per immaginarlo dovremmo attingere a qualcosa che conosciamo. Proprio totalmente sconosciuto, questo è il passaggio della nascita per il bambino. Ma attenzione, per lui sconosciuto non è negativo, non è pericoloso; per questo è importante creare le condizioni perché un bambino nasca bene, con rispetto; non sempre è possibile, ma tutte le volte che è possibile è importante creare quelle condizioni perché il bambino non teme ancora l’impatto con lo sconosciuto. Inizierà a temerlo se, come spesso purtroppo succedeva e succede ancora, quel momento è fatto di luci alte, frenesia, gente che lo maneggia e lo sposta di qua e di là, taglio immediato del cordone ombelicale quasi da farlo soffocare, rumore, agitazione. Il bambino chiaramente comincia ad associare “sconosciuto” con “pericoloso”. Sottolineo che non sempre si può fare, se c’è un'emergenza e se il bambino rischia la vita si passa sopra a tutto questo e si interviene. Però poche volte si cerca di creare le condizioni per iniziare a educare il bambino a un buon rapporto con lo sconosciuto: creare un ambiente, una situazione in cui ci sia rispetto, calma, silenzio. Questo lo posso fare se dentro di me, adulto, capisco che questo ha valore, che questi primi momenti sono fondamentali.

Ho portato qui un libro che spero conoscerete, è un libro storico, “Per una nascita senza violenza” di Frédérick Leboyer (Ed. Bompiani, 1975) un libro che vi consiglio caldamente di leggere. Leboyer per indicare il valore di questi primi momenti scrive questo: “oscurità o quasi, silenzio, senza nessuno sforzo si stabilisce una pace profonda, è il rispetto con cui è giusto ricevere il messaggero in arrivo, il bambino. In una chiesa non si grida, d’istinto si abbassa la voce, ma se c’è un luogo sacro, è proprio qui. Oscurità, silenzio, e cos’altro occorre? Pazienza, o più esattamente il tirocinio di una lentezza estrema, prossima all’immobilità. Se non si riesce a conseguire questa lentezza, non si potrà sperare nel successo, non si potrà comunicare con il neonato, accettare questa lentezza, compenetrarsene, rallentare se stessi. Anche questo è un esercizio, richiede una preparazione, sia per la donna, sia per quelli che la assistono. Per riuscire occorre capire ancora una volta da quale strano mondo viene il bambino: durante la sua discesa agli inferi (nascere anche per il bambino non è una passeggiata), procedeva centimetro per centimetro o anche meno, con movimenti che essendo sempre meno ampi, incameravano sempre maggior forza, accumulando in qualche modo un’energia considerevole. Se non si fa nel proprio corpo l’esperienza di questa estrema lentezza, non si riuscirà a capire la nascita, impossibile incontrare il neonato, perché questa comprensione e questo incontro abbiano luogo, occorre uscire dal tempo, uscire dal nostro tempo, dall’abitudine, dal gusto personale del suo scorrere, dalla sua durata precipitosa. Il nostro tempo e quello del neonato sono pressoché inconciliabili, il secondo è di una lentezza prossima all’immobilità, il primo è il nostro:

un'agitazione prossima alla frenesia. Del resto noi non siamo mai lì, siamo sempre altrove, nel passato, nei ricordi, nel futuro, nei nostri progetti; siamo sempre prima o dopo, adesso mai. Per incontrare il neonato occorre uscire dal nostro tempo che corre furiosamente, ma ciò appare ancora impossibile; come uscire dal tempo e da questo flusso furioso? È molto semplice, occorre essere lì, essere lì, come se non ci fosse più un futuro, come se non ci fosse più un dopo. La stessa idea secondo cui la cosa finirà, che un altro appuntamento ci aspetta, falsa tutto, occorre essere lì come alla fine dei tempi, perché è la fine dei tempi, perché ne è l'inizio. Ancora una volta tutto è molto semplice e apparentemente impossibile. Come conciliare l'inconciliabile? Come fare incontrare lo zero e l'infinito? Tramite un'attenzione appassionata”.

Riassumo i passi che abbiamo fatto fino a qui. Non è facile educare, e d'altronde non possiamo che educare. L'educazione passa attraverso il nostro esempio, e per poter dare una buona educazione deve essere un buon esempio. Quindi dobbiamo partire da noi per avere la forza di affrontare lo sconosciuto, e per educare il bambino a un rapporto corretto e sano con lo sconosciuto. Per tutto questo è importante che ci chiediamo se lo sconosciuto per noi ha un valore.

Come ci rapportiamo con lo sconosciuto nella nascita?

Per capirne il valore, dobbiamo chiederci ad esempio: “Che rapporto ho con lo sconosciuto?”. “Come vivo la gravidanza?”. “Come penso al parto?” “Cerco la situazione di massimo controllo possibile?”. “Vado nell'ospedale più attrezzato dove ci sarà tutto quello che può essere utile in caso di emergenza?”.

Ovviamente parlo di una gravidanza non a rischio, parlo di una gravidanza dove va tutto bene. Ma se va tutto bene, cerco comunque la situazione dove si ipotizzano minori rischi, pur sapendo che dovrò necessariamente, per avere questo, rinunciare ad un'esperienza unica?

I problemi ci sono anche in ospedale e tanti. Quello che succede in ospedale lo so per esperienza, perché da tanti anni seguo donne in gravidanza: ci sono dei parti che non vanno bene neppure nelle strutture meglio organizzate. Spesso i problemi vengono addirittura dal fatto che era tutto talmente organizzato che il passaggio della nascita è stato disturbato da tanti interventi e si sono creati dei problemi.

Se vado a cercare la situazione dove ci siano le massime garanzie, accetto di trasformare un travaglio e un parto che potrebbero essere del tutto fisiologici in qualcosa di necessariamente non più fisiologico. In certi ospedali è impossibile avere un parto rispettoso.

Non voglio dire che si debba fare in un modo o nell'altro, non sto dando la ricetta. Però se io temo lo sconosciuto e ho bisogno di mille garanzie, se voglio il massimo controllo, se non mi fido di quello che il mio corpo sa fare e dò più fiducia a ciò che un altro, un medico o un operatore, saprà fare meglio di me, è chiaro che educerò a questo il mio bambino. Non può passare un'altra cosa.

Un altro momento importante per vedere che rapporto abbiamo con lo sconosciuto è il primo incontro con il bambino: sì ci abbiamo pensato tanto... ma poi quando nasce il bambino è lì, è proprio sconosciuto. Anche nelle migliori condizioni, anche se siamo riusciti a lasciarlo nascere bene, nel silenzio, nella quiete e nel rispetto. Lui guarderà noi perché siamo sconosciuti per lui, e noi guarderemo lui, sconosciuto a noi. Lui ancora non ha tirato delle conclusioni su come ci si comporta in una situazione sconosciuta; da chi imparerà secondo voi? Da chi ha davanti a sé. Adesso parlo di genitori, ma anche chi è lì presente educa, per questo conduco corsi per ostetriche e operatori nel campo della nascita. Quello che sto dicendo quindi vale per chiunque si trova ad avere vicino un bambino, un giovane, o persone che stanno imparando.

Il bambino nasce e prenderà le misure su chi è lì; se trova persone in angoscia in ansia, in tensione per pesarlo, misurarlo, il bambino comincerà a essere teso, perché, come dicevo prima, è una spugna.

Un bambino non piange quando nasce, se non gli si creano le condizioni per farlo piangere. Non ride neppure, perché non c'è niente da ridere, si tratta di una cosa seria. Allora da parte nostra, occorre stare di fronte alla nascita e al bambino con rispetto, silenzio, come quando si va in un luogo sacro. Non c'è bisogno subito di prenderlo, abbracciarlo e fare qualcosa! E lui sarà educato al fatto che i momenti di sconosciutezza – anche semplicemente il fatto di andare in un posto nuovo, al nido o alla scuola materna – non sono da temere nè da vivere necessariamente con gioia, ma da rispettare.

Quindi dobbiamo solo insegnargli a stare nel momento sconosciuto come un momento vuoto e aperto, da rispettare, in cui si cerca di comprendere. Questo atteggiamento passa se noi, nei momenti di sconosciutezza che viviamo quando pensiamo al parto o nei primi incontri con il bambino, saremo così aperti e rispettosi. Allora il bambino imparerà che lo sconosciuto non è una cosa da temere o da banalizzare con un sorriso obbligato. Questa è una altra cosa molto importante.