

Sentirsi un dono. Percorso verso la scoperta della propria unicità

Il libro BONSAI è un libro pieno di poesia, di colori chiari e scuri, proprio come la vita, e di metafore che parlano del difficile percorso di chi nasce con una diversità che intacca il diventare grandi dei bambini, (praticamente la loro ragione di vita) non solo verso l'accettazione di Sé e della propria diversità, ma anche della possibilità di trovare il proprio valore, quindi della possibilità di abbracciare la propria unicità.

Questo libro è pieno di poesia, pur rimanendo nel pieno rispetto della dimensione della VERITA', una verità fatta di molta sofferenza per i bambini e per i genitori che vedono i loro figli soffrire, una verità fatta di una realtà circostante che spesso lascia poco spazio alla diversità come valore, una verità fatta di rischi maggiori rispetto alla fuga nella fantasia e nell'isolamento che spesso accompagnano le vite di chi nasce con una condizione di diversità visibile.

La comunicazione della diagnosi è spesso il primo momento di un lungo percorso che accompagnerà le famiglie e i bambini in tempi diversi, attraverso un viaggio in cui noi curanti, professionisti della salute in senso lato, abbiamo il dovere di non lasciarli da soli e di offrire strumenti di accompagnamento alla crescita, perché come ben affermato nel libro, di crescere e di cambiare non si smette mai. E qui arriviamo ad un importante punto del senso di un supporto psicologico a queste diagnosi: spesso ci viene detto: "tanto le cose non cambino, allora a cosa serve uno psicologo? E' vero, un Supporto psicologico non cambierà mai la realtà attorno a noi, ma può aiutarci a guardarla con occhi nuovi, esattamente come la figura della fioraia nel libro Bonsai; una figura che non ha paura di dire la verità, "tu sei diversa", ma lo fa mettendoci in questa verità un tono nuovo, un valore; dare valore alla diversità è quel passaggio necessario che permette di tradurre la diversità in unicità. Non si stratta di evitare la sofferenza, ma di mantenere aperta la possibilità di crescere.

E questo vuol dire che questa sofferenza va affrontata, che a questo dolore va lasciato uno spazio, perché l'angoscia deriva dall'impossibilità di elaborazione di un dolore, mentre il lutto è la possibilità di trovare parole al dolore per poterlo trasformare, di lasciar sgorgare le lacrime che inevitabilmente bagneranno il viso dei genitori che avrebbero voluto per il proprio figlio una condizione migliore della propria, e più avanti il viso dei bambini e dei ragazzi che si sentiranno diversi, perché il corpo lo sa, perché arriverà l'età in cui inizierà il confronto e sarà spietato.

Mi hanno chiesto di offrire qualche spunto di riflessione, qualche consiglio che possa essere utile ai genitori che affronteranno questo percorso.

Il primo consiglio, o meglio la prima indicazione, la direzione che mi sento di offrire alle famiglie è di

- Non rimanere da soli, circondarsi di amici e parenti, ma anche di avvalersi dell'aiuto delle Associazioni di pazienti che condividono lo stesso tipo di percorso, con cui permettersi il lusso della condivisione dei propri sentimenti e delle proprie paure più recondite, perché il compito educativo è una grande sfida per tutte le famiglie e la solitudine è un fattore di rischio in qualsiasi caso, a maggior ragione in presenza di una criticità in cui l'isolamento e la diffidenza verso il mondo esterno possono alimentare sentimenti di vergogna e di solitudine.
- Rinunciare all'illusione di poter evitare ai figli la propria quota di sofferenza. I genitori possono aiutare a creare un ambiente amorevole in cui affrontare il difficile percorso verso

l'accettazione di Sé, ma arriverà il momento in cui l'amore incondizionato verso i propri figli non basterà più, perché loro avranno bisogno di prendersi in mano la responsabilità della cura e dell'Amore per se stessi.

- Lasciare spazio alle domande e non lasciarsi spaventare dalle domande dei bambini e saper distinguere tra le domande informative e quelle di senso; "perché sono così" è una domanda informativa a cui si possono dare risposte "scientifiche" che aiutano il bambino a capire l'origine della sua condizione. "Perché proprio a me?" sono domande di senso che non hanno risposte ma che richiedono comprensione empatica, accettazione del dolore nell'assenza di una risposta che abbia un senso.
- Contemplare la diversità/unicità come componente naturale della vita e valore aggiunto. Coltivare il valore della diversità in famiglia e nei vari contesti di vita. In questo la lettura per l'infanzia e la possibilità di scegliere libri che trattino metaforicamente questo tema sono strumenti preziosi ed essenziali alla crescita dei bambini, perché forniscono possibilità di identificazioni e di elaborazione di emozioni e pensieri che gettano semi importanti per coltivare il proprio terreno verso la possibilità di sentirsi un dono, con le proprie risorse e i propri limiti come tutti quanti, pur nella propria unicità.

Roberta D'Aprile, Psicologa e Psicoterapeuta dell'associazione A.Fa.D.O.C.