

I sensi di colpa

Per conoscere realisticamente il figlio è spesso necessario liberarsi dai sensi di colpa che deformano la ricostruzione della realtà distortendola e piegandola a delle supposizioni ingannevoli. Il senso di colpa concede al pensiero del genitore una libertà pari alla lunghezza della sua catena.

Tale potentissimo ceppo virale deforma la sua percezione, individuando nel romanzo di vita del figlio un colpevole (la mamma è sempre il primo sospettato) e ricostruendo gli avvenimenti in modo da avvalorare tale tesi preconstituita.

Come un pubblico ministero che raccogliesse le prove compatibili con una sola ipotesi investigativa svierebbe il corso delle indagini, così il virus del senso di colpa toglie al pensiero il suo bene più prezioso: la libertà di cercare la verità, inducendolo ad assecondare i malevoli sospetti del suo accusatore interiore.

È divertente e insieme drammatico che il romanzo della propria colpevolezza sia scritto principalmente dalle stesse mamme, inclini come sono a «darsi la colpa» di ciò che non va nella vita dei figli. Chi legge la realtà con il condizionamento di questo virus sembra infatti essere irresistibilmente attratto da un buco nero che indirizza e pregiudica inesorabilmente le sue conclusioni. Il pensiero entrato nell'orbita gravitazionale del senso di colpa non trova più la via d'uscita.

Tali ragionamenti non di rado appaiono limitati dalla premessa invisibile che impone di non cercare oltre la lunghezza della catena che li lega all'ipotesi della colpa.

Qualche esempio di ragionamento educativo vincolato.

«Quando il mattino chiamo mio figlio per andare a scuola – racconta una mamma – non si sveglia mai. È già una fatica tirarlo giù dal letto. Le ho provate tutte, e alle otto di mattina sono già stressata.

Se non lo chiamo e gli metto una sveglia, lui la spegne e si addormenta ancora un po'.

Poi per recuperare deve correre in bicicletta come un matto per arrivare in orario e rischia di finire sotto una macchina».

«Se suo figlio avesse un incidente – le chiedo – di chi sarebbe la colpa?».

«Se avesse un incidente direi a me stessa: è colpa mia, se avessi insistito nel farlo alzare prima, questo non sarebbe successo».

Tale conclusione è piuttosto stupefacente, poiché la considerazione più lineare dovrebbe essere: «Ho un figlio un po' pigro e spericolato che corre dei gravi rischi per la sua indolenza»; ma il virus ha reso il pensiero prigioniero del presupposto: tutto ciò che succede a mio figlio è colpa mia. A riprova di quanto la razionalità sia debole di fronte alla potenza delle dinamiche affettive.

La mancata recisione del cordone ombelicale non permette di avere una chiara distinzione delle responsabilità, perché è come se il virus dicesse alla mamma: la colpa è certamente tua, devi solo capire dove e come hai sbagliato. E siccome nessun genitore è perfetto, non ci vuole molto a sentirsi in colpa.

Il pensiero prigioniero del virus non può che sviluppare un ragionamento che appare razionale, ma non lo è, costretto com'è a cercare solo all'interno della circonferenza prestabilita delle colpe.

«Mia figlia aveva solo 20 mesi quando sono rimasta incinta del secondo bambino – racconta un'altra mamma –. Una gravidanza difficile, dovevo rimanere sempre a letto e non potevo seguirla come avrei voluto.

Ricordo ancora i suoi occhi il primo giorno d'asilo: occhi di rimprovero, come se mi dicesse: perché mi mandi via? Quando andavo a prenderla si girava dall'altra parte. Le nostre difficoltà sono cominciate da allora. Sono sempre stata convinta che mia figlia abbia avuto dei «vuoti d'affetto» per colpa mia, e mi sono sempre sentita in debito con lei.

In tutti questi anni ho fatto di tutto per recuperare. Forse per questo sono stata una mamma sin troppo preoccupata e ansiosa, a tal punto da stargli troppo addosso».

La figlia, interpellata sui motivi della sua insofferenza verso la mamma, disse: «Lei è una brava mamma, so che mi vuole bene ma mi sta troppo addosso, è insopportabile, più cerca di avvicinarsi a me, più io mi allontano: mi manca il respiro».

La ricostruzione emotiva della mamma falsava dunque il significato dei comportamenti della figlia: ella non si sentiva poco amata (come la madre supposeva), ma oppressa dal suo timore che si sentisse trascurata.

«Certe paure ti si piantano nel cuore – commentò la mamma – e ti portano ad avvolgere sempre il filo sullo stesso chiodo, piegando a questo presupposto tutti i fatti che potrebbero essere capiti in un altro modo».

Vero.

«Mio figlio di 10 anni ha un carattere forte – racconta un'altra mamma – non mi ubbidisce quando deve fare i compiti mi fa morire. Se dice “non ho voglia e non lo faccio”, è impossibile fargli cambiare idea.

Lui deve sempre dire l'ultima parola, gli altri si devono adattare alle sue pretese. Quando parliamo con sua sorella, lui si mette ad urlare, non la lascia parlare, si intromette finché uno di noi si deve allontanare e giocare con lui per tenerlo buono.

Di fronte ai no, scoppia sempre una guerra, se non ha ciò che vuole dice che scappa di casa, che si ammazza.

Lo sgrido in continuazione ma non serve a nulla».

«Come ha vissuto – le chiedo – il rapporto con questo figlio?».

«Sono rimasta incinta mentre facevo delle cure mediche abbastanza impegnative – racconta –. Alcuni medici mi dicevano che il bambino correva grossi rischi e mi consigliavano di abortire. Ho vissuto tutta la gravidanza con una grande tensione, finché è nato, fortunatamente sano.

Ma io mi sono sempre sentita una “cattiva mamma” nei suoi confronti, pensando di avere messo a repentaglio la sua vita.

Dentro di me, segretamente, lo scusavo dicendomi: “con tutto quello che ha passato...”.

Mi dicevo: “devo stargli più vicino, per riparare il danno che gli ho procurato”, finendo per essergli attaccata, più che vicina».

«Quando si comporta male, cosa le capita di pensare?» le chiedo ancora.

«Penso: le medicine non lo hanno leso fisicamente, ma lo hanno disturbato dal punto di vista psicologico».

«La colpa sarebbe sua?», chiedo alla mamma.

«Sì, mi dico che la colpa è mia se lui è così intrattabile».

«E se lei si sforzasse di lasciar correre, di rimanere più serena?».

«Se io sono serena, mentre lui ha problemi scolastici, potrebbe pensare che non mi occupo di lui.

Mi succede questo: se lui è felice posso essere felice anch'io, se lui ha qualche guaio mi sento in dovere di essere triste e afflitta. Se non lo faccio penso di essere una mamma che si disinteressa di lui.

Infatti sono anni che non sorrido più».

«E suo marito come giudica la situazione?».

«Dal suo punto di vista, riferisce, io sto troppo fuori casa per il mio lavoro e quando il figlio, per farmi sentire in colpa mi dice “tu non ci sei mai”, lui tace e annuisce, rafforzando la sua posizione.

Anche lui – concludeva – contribuisce a farmi sentire una “madre sbagliata».

Il genitore sotto incantesimo

Il presupposto che sia compito del genitore proteggere sempre e comunque il figlio dal «dolore della vita» fa ricadere come un'oscura colpa sul cuore materno qualsiasi difficoltà la madre non abbia saputo evitare ai figli, come se essi avessero diritto ad una vita perfetta e solo a questa condizione fosse lecito chiedere loro di essere persone in gamba.

Il pensiero «se il figlio va male a scuola è colpa mia perché sono troppo fuori casa» non rappresenta, nella maggioranza dei casi un'ipotesi interpretativa da valutare, ma una certezza emotiva che induce il sonno della ragione. Quando l'effetto sta per svanire basta che il figlio ripeta il comando ipnotico «è colpa tua, se tu fossi stata una mamma più buona io non sarei così ribelle», e l'effetto viene ripristinato. Il potere di incantesimo di questa formula è così forte da essere «magica», tale da sospendere le normali leggi della razionalità.

Il tema della colpa rappresenta da sempre il punto debole del sentire femminile, ed è come se i maschi (a loro volta particolarmente allergici alla colpa) avessero sviluppato un particolare istinto per cogliere la debolezza femminile, e materna in particolare, attribuendole con relativa facilità colpe che non merita. Finché funziona, infatti possono dormire tranquilli i sonni dell'immaturità, senza doversi misurare con la loro responsabilità.

L'incantesimo ha termine quando viene ripristinato il principio di realtà.

Ecco come la mamma racconta la rottura dall'incantesimo che la teneva prigioniera.

«Ieri, d'istinto, ho detto a mio figlio ciò che non mi ero mai permessa di dire: “Se tu vuoi distruggere la tua vita, fallo pure, ma non ti do il permesso di distruggere la mia”.

Io mi rendo disponibile per i tuoi compiti a casa solo per un'ora, non un minuto in più.

È come se mi fossi slegata dalla sua rete – affermava – non lo voglio più rincorrere, né supplicarlo per fargli fare i compiti; a questo punto ho deciso di considerarlo responsabile di ciò che gli accadrà».

«Con quali effetti?» le chiedo.

«Improvvisamente si è messo a studiare – racconta – va a letto all'ora concordata senza fare storie, sta accettando maggiormente le regole senza fare drammi. Ho ritrovato un figlio normale».

Vedere le responsabilità del figlio toglie potere alla formula magica che lo rende invisibile, permette una corretta lettura della realtà e ristabilisce il primato della verità.

L'effetto è spesso descritto come «apertura degli occhi». Funziona.

Estratto dal Libro “ Né asino né re” ed . San Paolo, per gentile concessione dell'editore