

Quando il bambino è in difficoltà: riconoscere e comprendere le richieste di aiuto

Mal di pancia, pianti inconsolabili, irrequietezza, enuresi notturna, difficoltà scolastiche . Questi sono alcuni dei modi in cui i bambini rivelano un disagio. Nel corso dell'infanzia (0-10 anni circa) difficilmente i bambini riescono ad esprimere una difficoltà a parole; questa si manifesta, piuttosto, attraverso il corpo ovvero attraverso malesseri fisici o comportamenti che si presentano con una diversa frequenza o intensità rispetto al solito. Un bambino che di norma dorme da solo può chiedere insistentemente di dormire nel lettone perché spaventato da incubi notturni o lamentare dei forti e frequenti mal di testa che gli impediscono di andare a scuola. Davanti a queste manifestazioni è necessario in primo luogo consultare un pediatra al fine di escludere ogni condizione medica.

Fatto questo, prima di allarmarsi è opportuno considerare il momento evolutivo attraversato dal bimbo. Nel corso dell'infanzia si verificano una serie di passaggi che portano il bambino ad affrontare compiti sempre più complessi: dallo svezzamento ai primi passi, dall'entrata nella scuola materna alle richieste comportamentali, cognitive e di maturità emotiva della scuola elementare. Il bambino passa da situazioni di protezione e dipendenza a situazioni in cui gli viene richiesta una sempre maggiore capacità di adattamento ed autonomia. In questi momenti di passaggio si può manifestare una difficoltà , uno *stop* momentaneo nel percorso di crescita. Solitamente, se il bambino è inserito in un contesto sicuro ed amorevole, riesce a *sbloccarsi* e a trovare un suo modo per affrontare questi nuovi compiti. Nel caso in cui, invece, il bambino manifesti problemi stabili, persistenti o molto frequenti è necessario prestare un'attenzione diversa.

Occorre considerare che il bambino è molto sensibile all'ambiente che lo circonda. Spesso il suo malessere nasce in risposta a qualcosa che accade intorno a lui tanto che possiamo pensare ai suoi comportamenti come ad un termometro: la febbre sale quando c'è qualcosa che non va. Con il suo comportamento il bambino denuncia dunque una situazione che non lo fa stare bene e allo stesso tempo richiede un cambiamento. Si tratta di una richiesta di aiuto per se stesso e per ciò che gli accade intorno.

Famiglia, scuola, gruppo sportivo o di altre attività sono gli ambienti di riferimento e ciò che succede in questi contesti influisce molto sul bambino. La famiglia è sicuramente il sistema di primaria importanza. Nel suo ciclo vitale possono verificarsi degli avvenimenti come la nascita di un fratellino o altri maggiormente stressanti quali problemi economici o legati alla salute di qualche membro della famiglia. I bambini, specialmente se molto piccoli, non capiscono a pieno le "cose dei grandi" ma le sentono e le vivono. Conflittualità tra i genitori o altre difficoltà di relazione possono essere eventi molto critici. Inconsapevolmente il bimbo può reagire in molti modi ed uno fra questi può essere proprio quello del sintomo che attirando l'attenzione dei genitori li distrae dalle loro difficoltà. Anche le malattie ed i lutti hanno una grande rilevanza: la perdita di un nonno, ad esempio, può essere vissuta anche attraverso il

dolore del proprio genitore e quindi rappresentare una sofferenza *doppia* per il bimbo. In questi casi la disattenzione e lo scarso rendimento scolastico, ad esempio, possono essere dovuti alla preoccupazione o all'attenzione rivolta a ciò che accade a casa.

I bambini sono, dunque, sensibili all'ambiente ma anche molto flessibili. Se il disagio viene colto e si interviene velocemente si aumenta di molto la possibilità di ottenere una risposta positiva. Richiedere una consulenza ad un esperto come ad uno psicologo o a uno psicoterapeuta familiare rappresenta un atto di prevenzione decisivo in modo che le piccole difficoltà non si stabilizzino o peggiorino.

L'intervento sul bambino coinvolge necessariamente i genitori o la famiglia perché questo è l'ambiente di riferimento del bimbo in cui è inserito e da cui dipende. Conoscendo le caratteristiche del contesto in cui cresce il bambino e ciò che accade intorno a lui lo psicologo riesce a ricostruire il significato e la funzione del suo disagio. In questo modo aiutare il bambino in difficoltà significa aiutare i genitori a "decodificare" i segnali del bimbo al fine di modificare alcune modalità di relazione o ad individuarne di nuove più adatte al momento di vita. Potenziando le risorse dei genitori è possibile riattivare il percorso di crescita del bambino e trasformare la difficoltà in un'occasione di evoluzione per tutta la famiglia.

Dott.ssa Arianna Borsacchi

Psicologa Psicoterapeuta

Bibliografia

Cancrini L., La Rosa C. Il vaso di Pandora. Carocci Editore. Roma, 1991.

Minuchin S. Famiglie e terapia della famiglia. Casa editrice Astrolabio. Roma, 1976.

Asen E. Terapia di famiglia. I momenti chiave della vita insieme. Edizioni Calderini. Bologna, 1995.