

Lo sviluppo del Sé corporeo:

articolo a cura di Riccardo Coco, Psicologo-Psicoterapeuta

Lo sviluppo del proprio Sé, cioè del proprio senso di identità e della propria personalità, inizia nella primissima infanzia, attraverso le esperienze relazionali con i propri caregivers (coloro che si prendono cura del piccolo). Esperienze relazionali che nel periodo neonatale ruotano attorno alle esperienze di accudimento corporeo e di regolazione fisiologica dei bisogni del bambino. Data questa premessa possiamo immaginare quanto siano importanti per il proprio senso di identità le esperienze corporee di interazione con i genitori, attraverso le quali passano molti messaggi relazionali al bambino circa il suo essere amato o meno, desiderato o meno, etc. È “il modo” di accudire, oltre all'accudimento formale in se e per sé che viene veicolato nella relazione con il bambino: il modo di guardarlo, le emozioni veicolate attraverso le espressioni del viso, il modo di tenerlo in braccio, il modo di alimentarlo, la capacità di entrare in empatia con lui e capirne i bisogni e le richieste, il modo di vestirlo, di lavarlo, etc. In queste esperienze di relazione con i caregivers non solo si gettano le fondamenta del rapporto futuro genitore-bambino, ma si gettano anche le fondamenta del futuro rapporto del bambino con il suo corpo (un corpo da amare e proteggere o da odiare e punire non curandosene o esponendolo a pericoli e maltrattamenti). Ed ancora si gettano le fondamenta del rapporto del bambino con se stesso come persona (cioè il suo senso di identità) che sente di essere o non essere degna d'amore, con tutte le implicazioni per il suo futuro affettivo, lavorativo, sociale, etc. Perciò è così importante, per esempio, il modo in cui viene vissuto l'atto della poppata dal genitore che dà da mangiare: se, cioè, rappresenti per il genitore un'esperienza talmente piacevole da dedicarvi tutto il tempo e la calma necessari, o se invece il bambino viene spinto a fare in fretta, perché il genitore non vede l'ora che sia finita. Nella situazione dell'allattamento, che è così centrale nella vita neonatale del bambino, molto dipende da come viene tenuto in braccio, da come viene stimolato a fare “il ruttino”, da come il genitore reagisce quando il figlio rigurgita il latte, e così via. Il lattante risponde intensamente alle reazioni interiori dell'adulto, anche a quelle a mala pena percettibili: i minimi cambiamenti dell'espressione del viso di cui spesso il genitore non si rende conto, l'irrigidirsi del suo corpo, il tono della sua voce, etc. Oltre all'allattamento sono centrali tutti gli eventi che hanno a che fare con la regolazione delle funzioni fisiologiche e molte altre esperienze quotidiane come il fare il bagno, il cambio dei pannolini, l'essere vestito e svestito, l'essere messo a letto e cullato, l'essere svegliato, l'essere coccolato e consolato quando a disagio, etc. In tutte queste situazioni molto dipenderà dal fatto che al genitore piaccia davvero toccare e maneggiare il corpo del suo bambino, o invece trovi fastidiosi se non decisamente disgustosi certi aspetti delle cure materne. In quest'ultimo caso il bambino non sarà in grado di costruire un buon rapporto con il proprio corpo e quindi con se stesso come persona.