

*Masal Pas Bagdadi*

# HO SENTITO IL TUO CUORE CHE BATTE

Un nuovo metodo educativo  
per comunicare con bambini  
e adolescenti



*Le Comete FrancoAngeli*



Le Comete

Le Comete

Per capirsi di più.  
Per aiutare chi ci sta accanto.  
Per affrontare le psicopatologie quotidiane.  
Una collana di testi agili e scientificamente  
all'avanguardia per aiutare a comprendere  
(e forse risolvere)  
i piccoli e grandi problemi  
della vita di ogni giorno.

I lettori che desiderano informarsi sui libri e le riviste da noi pubblicati possono consultare il nostro sito Internet [www.francoangeli.it](http://www.francoangeli.it) e iscriversi nella home page al servizio "Informatemi" per ricevere via e-mail le segnalazioni delle novità o scrivere, inviando il loro indirizzo, a: "FrancoAngeli, viale Monza 106, 20127 Milano".

*Masal Pas Bagdadi*

# HO SENTITO IL TUO CUORE CHE BATTE

Un nuovo metodo educativo  
per comunicare  
con bambini e adolescenti

*Le Comete/FrancoAngeli*

Ringrazio Rossella per il suo prezioso aiuto nella correzione del mio scritto in italiano.

Ringrazio i genitori di Maria che generosamente ci hanno offerto la loro esperienza di genitori in difficoltà.

Infine ringrazio la dott.ssa Yael Rosenholz che ci ha permesso di rivivere l'emozione di “chi prende in cura” durante una terapia.

Copyright © 2006 by FrancoAngeli s.r.l., Milano, Italy.

*L'opera, comprese tutte le sue parti, è tutelata dalla legge sul diritto d'autore. L'Utente nel momento in cui effettua il download dell'opera accetta tutte le condizioni della licenza d'uso dell'opera previste e comunicate sul sito [www.francoangeli.it](http://www.francoangeli.it).*

*Ai genitori, agli insegnanti e agli educatori  
che desiderano migliorare il loro rapporto  
con figli, bambini e ragazzi*



## Indice

<b>Introduzione</b>	pag. 11
<b>1. Contenimento e holding</b>	» 15
1. Le relazioni primarie	» 16
2. Chi “contiene” e chi è “contenuto”	» 17
3. Il linguaggio fisico	» 18
4. Il linguaggio simbolico	» 19
5. Dipendenza e autonomia	» 21
6. Prima di agire	» 23
7. Il contenimento dei piccoli	» 25
<b>2. Il percorso affettivo</b>	» 27
1. La nostalgia “arcaica” della totalità	» 27
2. Proiezione e introiezione	» 28
3. I limiti protettivi	» 31
4. L’auto-contenimento	» 32
5. La pratica del contenimento	» 33
<b>3. Gli spazi</b>	» 35
1. L’angoscia degli spazi	» 36
2. Il contatto con l’altro	» 37
3. Il permissivismo	» 39
4. Iperattivismo e concentrazione	» 41
5. La pratica del contenimento	» 43
<b>4. Interventi auspicabili</b>	» 45
1. Genitori e educatori	» 46
2. Il compito delle istituzioni	» 47

3. Chi deve assumersi le responsabilità?	pag. 48
4. Crescita e regressione	» 50
5. Ogni età ha i suoi bisogni	» 51
6. La pratica del contenimento	» 53
<b>5. Cara Masal</b>	» 54
<b>6. Ho sentito il tuo cuore che batte</b>	» 66
1. La terapia del contenimento	» 68
2. L'incontro con i genitori	» 70
3. Madre-bambino-psicologo	» 70
4. Gli incontri mensili	» 71
5. Il contenimento degli adulti	» 73
<b>7. La storia di Maria</b>	» 75
1. La dottoressa Yael racconta	» 76
2. Il diario della mamma di Maria	» 78
3. La voce del padre	» 113
<b>8. Riflessioni sulla storia</b>	» 116
1. Il coraggio dei genitori	» 116
2. La tenacia della psicologa	» 118
3. L'universalità della storia	» 119
<b>Bibliografia</b>	» 123

*“Accorgersi è aprire le porte di sé. Talento nell’inventare una prima volta anche per ciò che è già stato. La capacità di fare del vecchio il nuovo, di stupirsi per ciò che appare banale. Prerogative di bambini e profeti”*  
E. Loewenthal, *Eva e le altre letture bibliche al femminile*

*“Il linguaggio della testa è prodotto dalla società, quello del cuore è del sempre”*  
M. Morgan, *Il cielo la terra e quello che sta in mezzo*



## Introduzione

*“L'intuito è un dono divino, la razionalità è il suo servo.  
La società oggi adora il servo e non il dono”*

A. Einstein

Ho deciso di scrivere la mia esperienza sul metodo del “contenimento” dopo averlo sperimentato molti anni nel mio lavoro quotidiano con bambini e ragazzi. Direi che più che un vero e proprio metodo è piuttosto un modo efficace di contenere i vari aspetti della personalità.

Durante il mio cammino lavorativo mi ha accompagnato in modo inseparabile il mio intuito ed è quello che mi ha permesso di capire le difficoltà dei bambini e decidere “il da farsi” per aiutarli a ritrovare il loro equilibrio e soddisfare in quel momento i loro bisogni, in modo che si sentissero presi in “carico” nella loro globalità e potessero risolvere i conflitti (interni ed esterni) nel loro ambiente naturale.

Col passare del tempo ho accumulato molta esperienza pratica e scientifica sul significato profondo del “contenimento” e questo mi ha spinto a usarlo con ragazzi più grandi, anche se per loro ho dovuto inventare modalità d'intervento più adeguate.

Sono tutt'ora conscia delle forti emozioni che si scatenano in ogni “contenimento” pratico sia negli adulti che nei bambini, e che a volte sono difficili da sostenere.

Inoltre chi fa un intervento attivo con i bambini non deve trascurare altri aspetti della personalità legati all'età anagrafica e alla situazione personale di ciascun individuo.

In ogni relazione affettiva ed educativa il “contenimento” può far parte integrale del rapporto quotidiano, con i figli in famiglia, con gli alunni all'asilo-scuola e in tutte le situazioni che lo richiedono. Ma quello che più mi sta a cuore e desidero trasmettere in questo libro è l'efficacia che ha questo metodo.

Dopo ogni intervento si verifica un cambiamento: sembra a volte che il cambiamento nel bambino avvenga per “magia”. Accade spesso che dopo lo scontro-incontro tra adulto e bambino, la tensione accumulata svanisce e si può riprendere la vita più leggeri ed allegri di prima.

I bambini che hanno tratto beneficio dall’abbraccio che “contiene” richiedono questo “limite” spontaneamente e a volte lo consigliano all’amico in difficoltà. Mi è capitato di sentirmi dire da loro: “Masal, fagli il contenimento”. Naturalmente mi viene da ridere e dico a me stessa che i bambini sono per davvero speciali, e hanno capito bene di cosa si tratta.

Lo stimolo a intraprendere la stesura di questo libro nasce da due eventi legati a “il cuore che batte”. Uno recente di questa estate e l’altro, mio personale, accaduto molti anni fa.

Questa estate appunto, stavo leggendo il diario della mamma di Maria, una bimba adottiva con gravi disturbi psichici, che hanno richiesto varie cure e un urgente intervento terapeutico, svolto poi a Milano con la dottoressa Yael Rosenholz, che ha basato il suo intervento sul “contenimento” nella sua forma più regressiva.

Il diario, in cui la mamma di Maria ha appuntato la sua esperienza (che riporto alla fine del libro), racconta le infinite volte in cui lei e la figlia hanno fatto il gioco di far finta “di essere stata nella sua pancia” (il gioco è descritto minuziosamente nel mio libro *Chi è la mia vera mamma*). Il gioco si svolge più o meno così: Maria è sdraiata sulla pancia della mamma distesa sotto una coperta e dopo un po’ di tempo, “quello della gravidanza”, esce da sotto la coperta come rinata e dice alla mamma: “Ho sentito il tuo cuore che batte”.

Questa frase inaspettata mi ha fatto interrompere la lettura e mi sono detta: “Miracolo, il concepimento è avvenuto, madre e figlia si sono incontrate”. Contemporaneamente mi sono passate nella mente associazioni e domande sulla complessità di questa affermazione. Era come se la bimba dicesse: “Ora io sono viva e posso riconoscerti e sentire nel buio della pancia il tuo cuore che batte”. Poi ho pensato: “Chi delle due per prima riconosce l’altra?”, e così ho lasciato che la mia mente vagasse senza meta fino a quando sono riaffiorati i miei ricordi del grave incidente automobilistico di cui sono stata protagonista nell’estate del 1973.

Stavo andando a Trieste in vacanza con la mia famiglia quando all'altezza di Palmanova comincia a piovere e a tirare un vento terribile. La macchina sbanda e finisce nel fossato a destra della carreggiata. L'urto è violento e colpisce mia suocera seduta sul sedile anteriore e me che stavo seduta sul sedile posteriore con mio figlio Davide di 18 mesi in braccio. Per fortuna mio marito, mia figlia Yael di 10 anni e Davide sono rimasti illesi. Mio figlio in quel momento stava dormendo tranquillamente tra le mie braccia e il terribile urto lo ha svegliato bruscamente provocando un pianto disperato.

L'arrivo dell'ambulanza, il suono delle sirene, la confusione dei primi soccorsi e l'angoscia terrificante dell'incidente, e poi la separazione forzata dai miei figli, hanno lasciato in me e in loro una cicatrice profonda...

Sono stata ricoverata per 40 giorni in ospedale. Il piccolo Davide è stato affidato alle cure amorevoli di mio marito e di mia sorella che sono rimasti a Trieste, mentre mia figlia Yael è stata mandata da amici in montagna.

Dopo l'accaduto Davide sembrava apparentemente tranquillo, senza alcun problema, e tutto procedeva come al solito al di fuori di un comportamento curioso che al momento sembrava irrilevante. Come al solito, di sera, la televisione era accesa e sullo schermo, un minuto prima delle ore 20, l'orologio segnalava con un ticchettio che scandiva i secondi l'"ora esatta" e poi l'arrivo del telegiornale. A quel punto Davide smetteva qualsiasi attività stesse facendo per correre nella stanza della nonna, piantarsi sulla poltrona davanti alla tv per aspettare con ansia l'annuncio delle ore 20 e la fine del ticchettio dell'orologio. Poi infine si rilassava e andava a terminare la sua pappa.

La scena si ripeteva regolarmente ogni sera ed è proseguita per un breve periodo anche dopo il mio ritorno a casa. I grandi sorridevano bonariamente, osservando il suo modo di fare e a dire il vero anch'io sorridevo, senza però dare peso a questo comportamento. Il ricordo è rimasto assopito nel mio inconscio, ma ogni tanto riaffiorava nella mia mente con un senso di angoscia indefinito, senza che riuscissi a dare un significato convincente a questa sua reazione.

Un giorno decido di raccontarlo ad una mia amica psicologa che mi ha illuminato dicendomi: "Il battito dell'orologio in televisione potrebbe avergli ricordato il battito del tuo cuore che sentiva mentre dormiva nelle tue braccia e che si è interrotto di colpo nell'incidente".

Sbalordita da questa interpretazione così logica ho detto: "È proprio così, come ho fatto a non capirlo?".

Da allora sono molto più attenta nell'osservare quello che accade nella realtà di chi chiede il mio aiuto, colgo ogni parola e commento, anche se possono sembrare di poco conto, non trascuro i messaggi che arrivano dalla reazione fisica ed emotiva della persona, e do ascolto all'effetto che ha su di me per capire meglio le emozioni altrui, e fino a quando non trovo delle spiegazioni convincenti al problema non mollo la "presa".

Le associazioni libere sono quelle che mi aiutano nella mia ricerca, una "*forma mentis*" che è diventata con il tempo una mia "seconda" pelle e mi aiuta a formulare risposte ed interpretazioni sia a livello individuale nel rapporto terapeutico che con gruppi di bambini in strutture scolastiche.

Alla fine di questo libro lascio spazio al diario della mamma di Maria, che mi ha fatto scattare la molla per ricostruire in queste pagine la mia esperienza riguardo il "contenimento" e il lavoro dinamico che svolgo con le persone che chiedono il mio aiuto. Le mie conoscenze, oltre a quelle psicoanalitiche, tengono conto anche delle necessità fisiche che i bambini hanno nella relazione con il corpo dell'adulto. Tutte informazioni utili anzi indispensabili per sperimentare emozioni e modificare a livello profondo esperienze di ogni genere. Sono in modo particolare indicative in quelle situazioni di carenze affettive subite nella prima infanzia, che hanno disturbato lo sviluppo naturale del bambino.

Spero che questo libro oltre alla parte pratica e teorica che contiene, possa stimolare nel lettore altre domande per cercare altre risposte in modo che la curiosità nei confronti del sapere non si esaurisca mai.

## 1. Contenimento e holding

Il “contenimento” viene tradotto in inglese “holding”, espressione in uso anche in Italia e che significa: “tenere, avere in pugno, limitare, sorreggere, tenere in braccio, trattenerne, fermare, contenere, vincolare, persistere, resistere”. Tutte queste espressioni ci fanno capire che gli elementi contenuti in questo concetto si prestano a varie interpretazioni e interventi pratici, soprattutto quando si pensa a un “contenimento” a scopo educativo o semplicemente allo scopo di incontrare l’altro ed essere in sintonia con lui.

L’introduzione del concetto “holding” in Italia inizia intorno al 1985 con l’uscita del libro intitolato *L’abbraccio che contiene* della M. Welch. In questo libro la Welch descrive attraverso la cura dei bambini autistici il suo nuovo metodo. La terapia del “contenimento” si svolge contemporaneamente con genitori e figli da lei guidati per cercare di ripristinare fra loro un buon rapporto, dal momento che il precedente è stato disturbato da complesse problematiche comunicative che hanno condotto il bambino a chiudersi nell’autismo o in varie forme psicotiche.

Negli Stati Uniti, un’altra corrente a capo di Niko ed Elisabeth A. Timbergen ha sperimentato il metodo dell’“holding” con bambini autistici. Dopo anni di terapie fallite nel campo è nata con loro una nuova speranza nelle cure dell’autismo. I due autori hanno pubblicato un grosso trattato sui bambini autistici edito in Italia con il titolo *Bambini autistici. Nuove speranze di cura*.

In Italia il prof. Zappella è il primo a curare i suoi pazienti con l’“holding”.

Ha sperimentato l’uso dell’“holding” con genitori e bambini autistici all’ospedale di Siena. La sua esperienza è stata pubblicata con il

libro *Non vedo, non sento, non parlo*, che all'epoca fece scalpore e suscitò un gran discutere nell'ambiente psichiatrico.

Al tempo ha colpito anche me, ma non per la novità terapeutica che esprimeva, ma perché io da sempre ho affrontato le difficoltà relazionali tra genitori e figli attraverso il contenimento. Era parte integrante del mio lavoro e lo applicavo in ogni situazione che ritenevo necessaria senza averlo codificato in un metodo ben preciso.

Sono convinta che ogni bambino abbia bisogno di essere contenuto da un adulto in grado di provvedere affettivamente e fisicamente al suo benessere. Questo, senza dubbio, rafforza le sue capacità naturali e lo aiuta a evolversi gradualmente attraverso le varie fasi della crescita per diventare una persona autonoma.

Nei prossimi capitoli mi occuperò di spiegare le varie forme di "contenimento" e il loro significato educativo e psicologico perché chi voglia sperimentare il "metodo" non lo usi in modo rigido e inconsapevole.

Mentre scrivo queste parole ho la sensazione che l'impresa che mi sono proposta di realizzare in questo volume possa essere parziale e contenere solo una parte di quello che intendo esprimere con il concetto pratico del contenimento. Tutte le volte che affronto questo argomento mi vengono in mente altre esperienze riguardo il contenimento, inventate lì per lì per l'occasione e che vivo come se fosse la prima volta.

Spero quindi che i genitori-educatori siano abbastanza creativi per elaborare la mia esperienza come un esempio da assimilare e non come una "legge" da applicare.

## **1. Le relazioni primarie**

Per seguire il mio ragionamento è importante partire dalla prima relazione madre-figlio, dove l'idea del contenimento risulta ancora nella sua forma più semplice e naturale (anche se non priva di emozioni contrastanti).

I ruoli sono chiari e non ci sono dubbi che è la madre a contenere il figlio e che, attraverso la sua disponibilità incondizionata, il figlio si nutre, cresce e trova l'amore e il calore necessari per star bene. La madre e il figlio sono "tutto uno" in uno stato di simbiosi totale.

Nella mente del piccolo tra il suo corpo e quello di sua madre non c'è differenza. La sua lontananza lo angoscia e piange facilmente quando è staccato. Le assenze prolungate possono essere tollerate a piccole “dosi” che riguardano soprattutto il sonno.

Nei primi mesi di vita il piccolo per la maggior parte del tempo mangia e dorme e in questo “letargo” cresce rapidamente. Un bambino appagato, mangia bene, dorme bene (escludendo il malessere fisico) e pian piano, intorno a tre mesi, sorride alla madre come segno di riconoscenza e gratitudine per le sue cure. Il “miracolo” si ripete ogni volta che la madre appare davanti a lui, l'angoscia svanisce e il viso si illumina con un bel sorriso. Questo rassicura la madre e la fa sentire una “buona madre”.

È importante sapere che inconsciamente trasmettiamo al piccolo oltre alle sensazioni fisiche legate alla cura e all'affetto, altri messaggi emotivi, che sfuggono al nostro controllo cosciente, ma ugualmente influiscono sullo stato psicologico di malessere o benessere del figlio. Per questo i figli ci assomigliano.

## **2. Chi “contiene” e chi è “contenuto”**

Conosciamo bene la felicità di avere un figlio, ma siamo meno consapevoli delle ansie che coinvolgono madre-figlio in questo momento della vita.

I medici riconoscono il “post partum” come un periodo naturale di depressione legata soprattutto a un assestamento fisiologico, ed è proprio così. Ma il fatto che la depressione sia naturale, non implica il fatto che non si debba prendere in considerazione, e per ciò trascurare, l'effetto psicologico che produce sulla puerpera.

Anzi, la fragilità del momento rende la madre vulnerabile e insicura riguardo alla sua capacità di provvedere adeguatamente alle necessità del piccolo e quindi proprio per questo ha bisogno di un aiuto valido.

Il suo compito, come primo contenitore del corpo del bambino, è di confermarli la sua esistenza e stabilire contemporaneamente i suoi confini fisici: questo tiene la madre in continua tensione, con umori variabili a volte di accoglienza, a volte di rifiuto e di stanchezza.

I momenti di nervosismo della madre creano al piccolo ansia, frustrazioni e senso di abbandono.

Non intendo allarmare il lettore con questi chiarimenti, ma desidero renderlo consapevole che questi stati della psiche fanno parte integrale delle caratteristiche di tutte le mamme. Le sensazioni di ansia che il bambino percepisce inevitabilmente sono utili affinché lui possa sperimentare, e poi tollerare, le piccole angosce momentanee e rafforzare così il nucleo nascente del suo Io, senza perdere la fiducia e l'amore materno.

La nascente autonomia del bambino e la consapevolezza del Sé separato dal corpo materno lo spingono a pretendere con svariate modalità la compagnia costante della mamma o di chi si prende cura di lui.

Su questo terreno emotivo la madre fa fatica ad accettare suggerimenti esterni che provengono dall'ambiente familiare, in quanto può viverli più come giudizio e critica che non come sostegno.

Un aiuto esterno del medico o dello psicologo a volte risulta più efficace.

### 3. Il linguaggio fisico

*“Il cibo rappresenta una mediazione tra la nostra parte Psicica e quella Fisica. Sembra che parli del corpo, ma più guardi quello che è il corpo, più in realtà torna fuori l'anima. Ciò che siamo dal punto di vista psichico prende letteralmente corpo. La nostra stessa memoria diventa corpo”  
Per amore della lingua*

Il linguaggio del corpo comprende i messaggi primari tra gli individui. Attraverso il cibo si comunica all'altro le percezioni tattili, l'udito, la voce, l'affettività. Tutti questi elementi permettono alle persone di stabilire un rapporto affettivo che per sua natura crea dipendenza reciproca tra chi riceve e chi dà, positiva o negativa che sia, basata su sensazioni materiali affettive o spirituali.

Questi bisogni umani di contatto con l'altro non si esauriscono con l'infanzia ma ci accompagnano tutta la vita fino alla morte.

Il nostro modo di essere da adulti, specialmente nella sfera sessuale, dipende in gran parte dall'esperienza fisica primaria.

Per questo mi preme puntualizzare minuziosamente la vita del neonato.

Il bambino alla nascita ha tutti i sensi ricettivi pronti ad accogliere la totalità dei segnali che arrivano dall'esterno. Registra sensazioni gradevoli e spiacevoli e le memorizza nel corpo, e poi nella mente. La tendenza del bambino è quella di ritornare a stati di piacere già sperimentati e allontanare da sé stati di dolore, formando così le sue prime difese naturali.

L'“holding” di cui io parlo e che desidero trasmettere al lettore parte dal presupposto (entro certi limiti) che le carenze precoci subite in tenera età, sia fisiche che psicologiche, che hanno contribuito ad arrestare lo sviluppo psico-fisico si possono riparare e si modificano con l'“holding”, qualsiasi sia la fonte che le ha generate.

Non bisogna solo agire in casi estremi di difficoltà. Un buon intervento contenitivo risolve problemi anche nella vita di tutti i giorni. Naturalmente non esiste essere umano che non abbia subito in qualche modo disagi legati al contatto fisico primario poiché nessuna mamma può colmare tutte le richieste di un neonato.

Le prime frustrazioni legate all'insoddisfazione sono per assurdo benefiche, fanno parte della crescita naturale e non devono essere evitate. Ogni essere umano ha bisogno di tempo per metabolizzare mentalmente l'esperienza dolorosa che l'ha colpito senza soccombere al dolore. Perciò mettere a tacere ogni disagio al suo risorgere per evitare la sofferenza è un atteggiamento sbagliato di questa società. Questo comportamento al momento evita ai bambini i piccoli disagi ma ne crea con il tempo altri, più gravi, legati all'adattamento spontaneo alla realtà.

#### **4. Il linguaggio simbolico**

*“Il linguaggio è il supporto di ogni trasmissione.  
Contiene una carica psicoanalitica che ho chiamato la carica evocativa.  
È questo che si deve imparare a conoscere, a codificare, analizzare,  
modificare in funzione del messaggio che si vuole trasmettere”  
A.A. Tomatis, Dalla comunicazione intrauterina al linguaggio umano*

Il linguaggio rappresenta per eccellenza il concetto “simbolico” di comunicazione ed è con esso che parliamo con i nostri simili e definiamo i nostri pensieri. Il processo dell'apprendimento inizia con la nascita e prosegue finché si vive. Dice Pressburger: