

Feeding Life: Breastfeeding and Mother-child bonding

Alimentare la vita: l'allattamento e la relazione madre-bambino

NICOLETTA ROSATI

Breastfeeding represents the first way of providing food for a child's healthy growth and development. The importance of breastfeeding lies not only in its physical and physiological benefits but also in the psychological and social development of a child's personality. Mother and child are generally said to bond in the first few hours after birth, when the mother breastfeeds her baby; this special relationship between the two forms the basis for any future human relationship. The article describes the maternal bond and the child's attachment from the social, ethnological, psychological and pedagogical points of view.

La cultura della nostra epoca post-moderna presenta alcune caratteristiche peculiari che riguardano modalità specifiche secondo le quali dare attenzione alla persona, alle diverse dimensioni della sua personalità, agli svariati bisogni fondamentali di crescita e di sviluppo. Bauman, infatti, definisce la nostra società “liquida”, evocando chiaramente con l'immagine dell'acqua i tratti positivi e negativi di quest'epoca, da un lato brillante, “malleabile”, eclettica, pronta al cambiamento e alla novità, tesa al raggiungimento di obiettivi sempre nuovi, e dall'altro dispersiva, impersonale, con rapporti sempre più “liquefatti” e punti di riferimento valoriali relativizzati e, dunque, in qualche maniera, evanescenti.¹ Con un'espressione di sintesi si potrebbe affermare che l'uomo della post-modernità è teso alla ricerca della propria felicità, un concetto che in quest'epoca ha acquisito innumerevoli sfaccettature: il benessere fisico e psichico, materiale e spirituale, economico ed etico.

In questa ampia cornice di indagine, di promozione del benessere “umano”, di anelito verso la realizzazione del proprio essere, di ricerca di senso nel proprio esistere si possono collocare anche gli studi e le ricerche compiute sul tema dell'alimentazione, vista come una delle modalità di realizzazione dello “stare bene” nel mondo. Il cibo non è soltanto un indicatore della qualità delle condizioni di vita di un paese o della ricchezza della sua economia, ma è anche uno strumento di relazionalità, di comunione e di compartecipazione. Per comprendere

tale affermazione è utile soffermare l'attenzione sul primo “cibo” dell'uomo: il latte materno. Un cibo che alimenta il corpo del nuovo nato e lo aiuta a crescere e fortificarsi per essere ed interagire nel mondo. Tale cibo “materiale” è, però, contemporaneamente uno strumento di interazione del bambino con la madre e, attraverso di lei, con coloro che appartengono al suo mondo. In sintesi si potrebbe affermare che l'allattamento costituisce il prodromo di una sana alimentazione e di un'autentica relazionalità con il mondo circostante.

La valenza dell'allattamento è stata ampiamente indagata dal punto di vista bio-medico. I manuali di puericoltura e i testi di medicina riguardanti l'allattamento sottolineano l'importanza di questo primo alimento per la funzione protettiva data dalla presenza delle gammaglobuline materne (IgA secretorie e le IgG) e dei globuli bianchi come aiuto per prevenire infezioni, in attesa che il piccolo abbia sviluppato adeguatamente il proprio sistema immunitario. Il primo latte assunto dal seno materno, il colostro, nei primi tre giorni di vita del bambino, è ricco di proteine anticorpali, con funzione protettiva, e di sostanze che favoriscono un primo corretto funzionamento dell'apparato gastro-intestinale. Il colostro è inoltre particolarmente nutriente, adatto ad ogni bambino per fornirgli immediatamente quel nutrimento fisico che gli permetta la sopravvivenza ed una certa organizzazione dei tempi di nutrizione, digestione, riposo e quindi di crescita. L'allattamento

con latte materno sembra svolgere, inoltre, una funzione importante per la prevenzione di future allergie alimentari e non².

L'importanza dell'allattamento al seno, comunque, non deve essere soltanto indagata per i benefici che comporta da un punto di vista fisico e fisiologico, ma anche e soprattutto per lo sviluppo della relazionalità, intesa come cardine di un processo di crescita che culminerà con lo sviluppo di una personalità equilibrata e di una "bella umanità riuscita"³. L'attenzione degli studiosi, fin dal secolo scorso, si è presto concentrata sulla relazione madre-bambino, soprattutto nel primo anno di vita⁴, riconoscendo in questo delicato quanto fondamentale periodo di vita la base di ogni futuro sviluppo di personalità. Tali ricerche hanno ampiamente dimostrato il peso e il valore del rapporto simbiotico con la madre quale prodromo di ogni futura relazione sociale; attraverso la madre il piccolo si apre alla triade comunicativa figlio-madre-padre e da questa, ben presto, alla relazionalità più ampia con le figure familiari.

Una più puntuale attenzione al momento dell'allattamento, e a tutto ciò che precede e che accompagna questo importante "incontro personale" tra la madre e il piccolo, può realmente aiutare a meglio comprendere come attraverso lo "strumento" del cibo, sia pure la forma più semplice di esso quale il latte materno, si possa iniziare un vero e proprio scambio intersoggettivo tra due persone che crescono come tali e si educano vicendevolmente.

La capacità "nutritiva" della madre

Il processo di crescita è molto complesso ed investe una serie di variabili, non tutte facilmente controllabili o riducibili secondo uno schema di interazione causa-effetto⁵: ad esempio, è tutt'altro che certa e lineare la corrispondenza tra una madre capace di gestire il neonato nella cura igienica e nell'alimentazione e un bambino felice, ben organizzato, intraprendente e curioso del mondo. Educare è un compito ben più complesso che non si può ridurre a tecniche correttamente apprese ed applicate (come prendere il bambino in braccio, come attaccarlo al seno, come gestire il suo pianto dopo una poppata, ecc.), ma che si insinua tra due modi di essere.

Anche l'offrire il latte al proprio bambino, appena nato, non è soltanto una prassi fondamentale per la crescita fisica del piccolo, ma è l'espressione di una sensibilità per l'umano e di una capacità creativa che riconosce nel bambino un individuo unico, da sostenere affinché possa esprimere, gradatamente nel tempo, le proprie potenzialità in autonomia e indipendenza.

Il modo in cui la madre prende in braccio il piccolo, lo avvolge con le braccia, lo avvicina al seno sono già una comunicazione tra i due attraverso un linguaggio non verbale. Il latte diviene allora il mezzo attraverso il quale madre e bambino entrano in relazione personale. Questa relazione, ovviamente ha cominciato ad esistere fin da quando la donna è divenuta consapevole di essere in attesa di un figlio. L'immagine mentale che a poco a poco la futura mamma si è andata creando, ricca delle sue aspettative come donna-madre, delle proiezioni del proprio desiderio di essere madre, del proprio progetto di vita, ha contribuito a creare un primo legame con il piccolo. Le prime percezioni dei movimenti del bambino, intorno alla diciottesima settimana di gravidanza, rendono questo legame più percepibile e consentono di iniziare una relazione più concreta tra i due. La madre avverte il piccolo in sé, il piccolo impara a riconoscere il battito cardiaco materno, reagisce ai cambiamenti del ritmo respiratorio di lei, la madre inizia a "parlare" al piccolo. E' apparentemente un soliloquio, fatto di pensieri in forma di dialogo, di sentimenti, di sensazioni interiori; a volte i pensieri sono espressi verbalmente, a voce alta, seguendo le raccomandazioni di alcuni puericultori ed ostetriche che incoraggiano queste verbalizzazioni proprio per abituare la futura mamma alla viva presenza del piccolo in lei e favorire nel bambino l'ascolto della voce materna⁶. In realtà il dialogo che fonda ogni umana relazione è già iniziato da tempo. La madre avverte che c'è un "tu" che sta prendendo forma dentro al proprio "io", e che, cioè, c'è un piccolo "io" che cresce ed interagisce all'interno del proprio corpo; la mamma intuisce di rappresentare per il bambino il "tu" insostituibile perché l'io del piccolo possa avere sviluppo (poiché non c'è alcun "io" senza un "tu"). Si potrebbe affermare che la relazione fondamentale io-tu di cui parla Buber trovi il suo inizio proprio nell'incontro, ancora non sensibilmente percepibile, tra la madre e il bambino durante la

gravidanza. “La vita dell’essere umano - scrive Buber - non consiste soltanto in attività che hanno un qualcosa per oggetto. Percepisco qualcosa. Provo qualcosa. Mi rappresento qualcosa. Voglio qualcosa. Sento qualcosa. Penso qualcosa. La vita dell’essere umano non consiste solo in questo e in cose del genere. Tutto questo e cose di questo genere insieme fondano il regno dell’esso. Ma il regno del tu ha altro fondamento”⁷.

Sapere di attendere un bambino già dà vita alla relazione. Anche in questo caso possiamo parlare di un nutrimento che passa dalla madre al piccolo, non sotto forma di cibo, ma di un contributo allo sviluppo fatto dal sangue, che va a irrorare l’essere umano in formazione, e dallo “spirito”, cioè dell’amore nelle sue sfumature di tenerezza, di attenzione, di cura dell’umano e di empatia con cui la madre crea dei legami forti tra sé e il bambino. Mentre attende giorno dopo giorno che il piccolo, grazie alla mediazione del corpo materno, cresca e si prepari alla vita, la donna intesse una trama misteriosa, perché non percepibile all’esterno, di legame e relazione con il figlio. E’ da notare come, anche in questo caso, il cibo diviene un prodromo della futura capacità di cura e di relazione materna. Durante la gravidanza, come si è accennato, la madre nutre il piccolo attraverso la placenta; un complesso sistema di vasi sanguigni su questa membrana porta ossigeno e nutrimento al piccolo e questo “cibo” consente alla vita umana, nata nel grembo materno, di proseguire nello sviluppo, nella crescita e nella costituzione della personalità. In questa fase la futura mamma presta attenzione al cibo che sceglie ed ingerisce, consapevole che la qualità dell’alimentazione ed una certa igiene alimentare potranno influenzare la sana costituzione degli organi del corpo del bambino. La cura per il cibo quindi diventa indirettamente una cura affettiva, esprime la preoccupazione per la salute del piccolo e quindi lo riconosce come “entità”. Si potrebbe affermare che è già in questa fase che tra la madre e il bambino inizia il “dialogo” che esprime, in forma embrionale, la parola fondamentale io-tu.⁸

Gli studi di psicologia dello sviluppo sottolineano l’importanza della relazione diadica tra la mamma e il proprio figlio proprio in considerazione di un sano ed equilibrato sviluppo della personalità di quest’ultimo. Alla base di questa relazione c’è, come si è accennato, il

prenderci cura del piccolo, dapprima, durante la gravidanza, nell’attenzione a tutte quelle abitudini materne, prevalentemente alimentari, che possono garantire un corretto sviluppo fisico del bambino, poi, una volta nato, nel rendere fattiva tale relazione attraverso quelle attività di presa in carico dell’infante, prima fra tutte l’allattamento.

Nei paragrafi che seguono si cercherà di osservare in modo più puntuale come attraverso l’allattamento la madre e il bambino costruiscono intorno all’asse e alla parola fondamentale io-tu una relazione intersoggettiva ed un vero e proprio dialogo.

L’allattamento: gioco di sguardi

Quando la madre tiene il piccolo stretto a sé durante l’allattamento, concentra anche il suo sguardo su di lui, il quale, a sua volta, a partire dal terzo mese di vita, è in grado di interagire con la madre in un interscambio di sguardi.⁹ Nelle prime fasi di vita lo sguardo gioca un ruolo fondamentale nel comportamento di attaccamento. L’attaccamento è un modo per concettualizzare la tendenza dell’essere umano a strutturare solidi legami affettivi con particolari persone.¹⁰

I comportamenti di attaccamento sono quelli che, secondo Bowlby, hanno la funzione di assicurare la vicinanza a una figura significativa, che si prende costantemente cura del piccolo: la figura di attaccamento. I comportamenti possono essere attivati da fattori interni come la fame, il sonno, un malessere, oppure da fattori esterni quali la presenza di un pericolo, l’arrivo di una persona non conosciuta. L’allattamento può dipendere da fattori interni ed esterni, poiché la richiesta del latte da parte del bambino può essere determinata tanto dalla sensazione di fame, quanto dall’insicurezza di fronte ad un evento improvviso che turba il piccolo (per esempio, un forte rumore oppure la visita medica dal pediatra). Il bambino cerca il capezzolo materno ed inizia a succhiare come fonte di rassicurazione, metaforicamente il ricorso al seno materno costituisce l’attracco ad un porto sicuro dopo aver sperimentato la tempesta o una lieve agitazione. I primi comportamenti di attaccamento sono destinati a creare un legame forte e duraturo con la madre o con la figura di riferimento, come la definisce Bowlby

(*caregiver*). L'attaccamento è, infatti, un legame bilaterale tra mamma e bambino; è stato dimostrato che le donne sviluppano l'attaccamento nei confronti del figlio già a partire dal momento del concepimento, quando ancora sono inconsapevoli di aspettare un figlio¹¹.

I cambiamenti ormonali nel corpo della madre, dovuti alla presenza della nuova vita in lei, segnalano all'ipofisi la presenza del bambino, dando inizio, a livello inconscio, al legame di attaccamento. Questo si concretizzerà dopo la nascita del piccolo e sarà espresso da alcuni comportamenti di attaccamento, tra questi l'allattamento è senza dubbio uno dei primi.

Come accennato, lo sguardo, durante l'allattamento, diviene la prima forma interattiva tra la madre e il figlio: la madre guarda amorevolmente il figlio che succhia il proprio latte al seno e il piccolo guarda la madre o il seno che gliela rappresenta tutta. Un neonato è in grado di riconoscere il volto materno come dimostrato dagli esperimenti compiuti da Bushnell, Pascalis e collaboratori, mostrando a neonati di alcuni giorni di vita le foto delle madri e di donne somiglianti a loro. I piccoli, secondo il principio dello sguardo preferenziale, valutato con apposite apparecchiature che consentono di osservare i movimenti dei globi oculari, mostravano di riconoscere la madre anche quando la foto la ritraeva con i capelli coperti da un foulard.¹² L'uso dello sguardo è riconosciuto a livello psicologico come il "primo sistema diadico",¹³ le implicazioni conseguenti l'attivazione di questo sistema sono fondamentali nella strutturazione delle competenze sociali. Il controllo oculare, infatti, seleziona gli input percettivi, ma svolge anche un certo ruolo di regolamentazione degli stati fisiologici interni. Il piccolo può, per esempio, allontanarsi con lo sguardo, cioè non fissare più l'attenzione su un determinato oggetto, a causa di uno stimolo troppo intenso o troppo diverso rispetto ad un modello interno. Durante una poppata, per esempio, il bambino, come si è accennato, può fissare il viso della madre oppure il capezzolo o un particolare del viso di lei; disturbato da un rumore, il piccolo lascia il capezzolo e, a seconda dell'età, lascia la suzione per alcuni secondi, come nel caso dei neonati oppure si volge verso la fonte del rumore, la fissa, se ne lascia coinvolgere e poi torna alla suzione fissando

nuovamente il viso o il corpo materno, come avviene nei bambini dopo il compimento del primo mese di vita. Il bambino, quindi, sa allontanarsi da uno stimolo noioso o troppo forte per cercarne uno nuovo, aumentando in tal modo il suo stato di attivazione intersoggettiva.¹⁴ Il controllo dello sguardo permette pertanto al bambino di "regolare la quantità di contatto visivo sociale"¹⁵ ed è per questo che si identificano i prodromi dell'interazione sociale nell'intrecciarsi dello sguardo materno e dello sguardo del piccolo, già durante i primi periodi di allattamento. Ricerche recenti hanno potuto dimostrare come la capacità imitativa del bambino si manifesta già a quindici giorni dalla nascita: il neonato riesce a riprodurre espressioni della mimica facciale (es: lingua di fuori, bocca stretta e chiusa, ecc.) compiute da chi si prende cura di lui;¹⁶ questo conferma l'enorme potenzialità dello sguardo e della interrelazione visiva tra la madre e il neonato. La capacità imitativa, legata allo scambio di sguardi con il *caregiver*, offre l'opportunità di entrare in relazione diadica anche con un'altra persona, presente e significativa nell'universo esperienziale del piccolo, ed è grazie a questa capacità che il bambino viene stimolato a sviluppare le potenzialità di cui è dotato. E' in virtù della relazione che il bambino instaura, dalla nascita, un legame con le persone che egli conosce, comprende ed impara ad agire nel mondo, costruendo nel contempo la propria personalità. Questa modalità interattiva si specializza e si completa con il crescere del bambino sia da un punto di vista corporeo che psicologico. Nel gioco, per esempio, già nei primi giorni di vita e in maniera più "specializzata" nei mesi successivi, la madre e il bambino si "parlano" attraverso lo sguardo accompagnato dalla mimica facciale e dalle parole che la madre pronuncia, esprimendo le proprie emozioni mentre interagisce con il bambino. Questa duplice funzione comunicativa, fatta di percezioni visive, intenzionali, come nello sguardo, e dalle parole che, pronunciate dalla mamma, accompagnano la comunicazione visiva, costituisce "un alimento" per la mente e l'affettività del bambino. In sintesi si potrebbe affermare che il controllo precoce delle percezioni visive permette al piccolo di autoregolare non soltanto la reazione esterna agli stimoli ricevuti, ma anche il suo

stato interno, limitatamente alle capacità reattive connesse con l'età.

Nei primi momenti di vita e nei giorni seguenti, lo sguardo risulta essere un comportamento di attaccamento fondamentale. Lo sguardo, infatti, nel linguaggio non verbale, esprime l'intenzione di volersi impegnare in una interazione; per questo motivo viene considerato "un meccanismo di innesco dei comportamenti sociali".¹⁷

Lo sguardo esercitato dalla madre sul piccolo, durante l'allattamento, è quasi sempre accompagnato da alcune espressioni verbali che esprimono tenerezza, richiamano lo sguardo del piccolo sulla mamma e confermano a quest'ultima un desiderio di legame stretto e duraturo con il figlio. Lo sguardo materno unito alle espressioni facciali e talvolta vocali di gioia, di soddisfazione, di tenerezza esercitano un forte stimolo nel richiamare l'attenzione del bambino sul volto materno e nel mantenere lo sguardo con la madre; si osserva, durante l'allattamento, soprattutto una prevalenza di interazione basata sugli sguardi, talvolta accompagnati dal linguaggio materno e dalla mimica facciale. Quando questi ultimi due canali comunicativi vengono attivati durante l'allattamento si ottiene che il piccolo cessa di succhiare il latte ed entra nel gioco. Anche se il bambino continua la suzione, lo fa in modo intermittente ed appare più attratto dall'interazione giocosa con la mamma che dal soddisfare la propria fame. La suzione del latte, quindi, diviene spesso mezzo di interazione e consente di trasformare il rapporto madre-bambino in un vero e proprio dialogo, con scambi comunicativi attraverso il sorriso, la mimica facciale e le parole pronunciate dalla madre. Nel descrivere questi comportamenti siamo nella cornice del processo di attaccamento che è destinato ad influenzare la strutturazione della personalità del piccolo. Prima di continuare ad indagare come l'allattamento possa gettare le basi di una crescita umana integrale del bambino, sarà utile richiamare l'importanza delle teorie sull'attaccamento materno proprio come cornice della relazionalità madre-bambino e di ogni futura relazione sociale.

Il processo di attaccamento

Fino alla seconda metà del XX secolo alcuni ricercatori americani seguaci della teoria del comportamentismo non riconobbero nel legame affettivo tra la madre e il piccolo un importante fattore di crescita. Furono alcuni studiosi europei, primo fra tutti John Bowlby, a comprendere come l'attaccamento fosse uno dei bisogni fondamentali dei bambini, in particolare esso rappresenta il bisogno di amore per una figura "primaria" nell'esperienza del bambino. Questo bisogno è tale che, di fronte ad una qualunque "minaccia", il bambino ricerca la vicinanza con la figura di attaccamento¹⁸. Secondo Bowlby esiste addirittura una fase evolutiva del processo di attaccamento: nei primi tre mesi di vita si sviluppa una sorta di pre-attaccamento in cui il bambino riconosce la madre in varie situazioni e dimostra di gradire la sua presenza attraverso l'espressione del primo sorriso sociale. Questo atteggiamento gioioso con cui il piccolo sembra corrispondere alle cure materne e, più in generale, del *caregiver*, incoraggia a proseguire nel fornirgli amore e cure. In questa prima fase la diade madre-bambino investe molte energie nell'interazione. È soprattutto la madre a "condurre" la relazione, a mantenere la vicinanza con il figlio e a prendersene cura, mentre il bambino ne suscita l'accudimento "involontariamente" per mezzo del pianto. In questo modo "naturale" cominciano ad emergere comportamenti d'attaccamento come il pianto alla separazione, la cessazione del pianto al ricongiungimento, il sorriso selettivo, l'orientamento visuo-motorio e le vocalizzazioni. La maggior parte degli psicologi considera questa fase come «l'inizio dell'attaccamento vero e proprio, a tutti gli effetti»¹⁹.

Dopo una fase intermedia in cui si stabilizza una forma di attaccamento, verso i sette mesi di vita del bambino, inizia la fase critica dell'attaccamento compiuto, caratterizzata dall'angoscia alla separazione e dalla paura degli estranei. In questo periodo i bambini hanno bisogno di vivere concretamente la vicinanza con la figura di attaccamento e mettono in atto il comportamento di riferimento sociale cioè controllano sistematicamente dove si trovi la mamma o il papà o la persona che normalmente si prende cura di loro per assicurarsi che sia sempre vicina, anche nei piacevoli momenti di gioco o di esplorazione. Quanto più si sentono sicuri della presenza concreta del *caregiver*,

tanto più possono manifestare proposte di separazione o di riavvicinamento a seconda della situazione che si trovano a vivere.

Proprio nell'esaminare le modalità di interazione tra la madre e il bambino, Mary Ainsworth ha evidenziato diversi stili di attaccamento. L'attaccamento sicuro innesca il cosiddetto "effetto base sicura", secondo cui, cioè, la figura di attaccamento è "il trampolino per la curiosità e per l'esplorazione" da cui ci si lancia per entrare in contatto con il mondo, e al quale si può tornare tutte le volte che si ha la necessità di sentirsi sostenuti e accolti. L'attaccamento insicuro, invece, presenta tre differenti sottotipi: attaccamento evitante, attaccamento ansioso- ambivalente e attaccamento disorganizzato.²⁰

L'attaccamento sicuro caratterizza bambini in grado di tollerare alti livelli di emotività e di modellare il proprio comportamento in base alle proprie emozioni o ai *feedback* emotivi del *caregiver*. Nella *Strange Situation* descritta dalla Ainsworth, il bambino con attaccamento sicuro mostra il desiderio di vicinanza, interazione e contatto con la madre; in sua presenza esplora attivamente l'ambiente circostante, chiedendone la partecipazione.

Quando protesta in assenza del genitore, lo fa per il desiderio di vicinanza e non per la sensazione di essere stato "abbandonato", poiché, anche in presenza di un estraneo, il bambino continua a cercare la madre piuttosto che il conforto da parte dell'adulto; durante il ricongiungimento con la mamma, il bambino sicuro si lascia consolare per poi riprendere la serena esplorazione dell'ambiente. Il bambino con attaccamento insicuro evitante, invece, durante la *Strange Situation* appare del tutto autonomo nell'esplorazione dell'ambiente, mostrando al minimo il desiderio di vicinanza e di interazione con la madre, la quale, in genere, è poco attenta ai segnali di disagio e ai bisogni del figlio, apparendo così trascurante o rifiutante sul piano affettivo-emotivo.

Per minimizzare la sofferenza data dal rifiuto del *caregiver*, dunque, questi bambini imparano a non esprimere le emozioni collegate all'attaccamento. La conseguenza di tale bassa sintonizzazione affettiva è l'incapacità da parte del bambino di fidarsi delle proprie

figure di attaccamento e di aspettarsi da loro responsabilità e collaborazione.

L'attaccamento insicuro ansioso- ambivalente caratterizza bambini che appaiono "dominati dalle emozioni", che esprimono, cioè, in maniera intensa, esagerata e disregolata i propri stati mentali. Durante la *Strange Situation* questi bambini sono più orientati alla relazione con il genitore piuttosto che all'esplorazione e mostrano un marcato disagio alla separazione, che perdura anche durante il ricongiungimento con la madre (per questa ragione sono definiti "inconsolabili").

I bambini sviluppano questo stile di attaccamento quando hanno a disposizione un *caregiver* dal comportamento «ambiguo» che talvolta si mostra accogliente, talvolta evitante, sempre in maniera imprevedibile. Di conseguenza, essi presentano comportamenti di attaccamento molto intensi perché si sentono vulnerabili, essendo costantemente incerti sulla disponibilità della madre; sono, inoltre, coinvolti dalla sua presenza, ma non riescono a trarne la sicurezza e l'accoglienza di cui necessitano.

Il *pattern* di attaccamento disorganizzato è stato aggiunto alla classificazione della Ainsworth da Main e Solomon per identificare i bambini che mancano di una strategia di attaccamento²¹. Essi, infatti, presentano un comportamento ricorrente che potrebbe definirsi di "congelamento" (*freezing*), indicando con questo termine l'incapacità di mettere in atto delle risorse nella relazione, di fare uso di strategie per catturare l'attenzione della madre. La paura o la sofferenza provate in presenza del genitore attiva il sistema di attaccamento, promuovendo la ricerca della vicinanza con il genitore stesso. Tale vicinanza, tuttavia, incrementa la paura o la sofferenza, comportando un "crollo" delle strategie del figlio, che non può allontanarsi dal *caregiver* e soccombere alla paura, né può avvicinarsi e, anche in questo caso, soccombere. Questo attaccamento impedisce un sano sviluppo delle capacità cognitive ed emotive del bambino e, in genere, correla positivamente con patologie psichiatriche e comportamenti disadattivi.

Dopo i tre anni i bambini sviluppano un modello operativo interno del *caregiver* e tale modello, interiorizzato, darà loro la fiducia per esplorare autonomamente il mondo attorno a sé.

Esistono vari stili di attaccamento e possono essere influenzati da vari fattori quali lo stile di personalità (fattore psicologico), lo stile di attaccamento genitoriale cioè il modo in cui si è vissuto l'attaccamento nell'infanzia (primo fattore sociale), le esperienze di vita (secondo fattore sociale), il temperamento e il carattere personale (fattore biologico- predisposizione).

Ogni legame di attaccamento, come si è visto, è un legame affettivo, ma non tutti i legami affettivi attivano comportamenti di attaccamento perché questo "sentimento" riguarda figure «predilette», percepite come indispensabili nel momento del bisogno quali la madre, in modo privilegiato ed unico ed, in sua assenza, di chi si prende cura costantemente del piccolo. La relazione di attaccamento è caratterizzata dalla ricerca di vicinanza, sicurezza e protezione di una figura "preferita", questo spiega perché l'allattamento, oltre ad essere riconosciuto come alimento speciale e naturale per la crescita globale del bambino è anche considerato un mezzo di attaccamento e una base irrinunciabile di costruzione di tale legame.

L'esperienza dell'allattamento, del ricevere, cioè, il nutrimento da parte della figura significativa e irrinunciabile per il bambino e il sentirsi accolto e fisicamente avvolto determinano un vissuto positivo ed incancellabile nella psiche infantile. Si tratta di un'esperienza destinata ad influenzare tutte le successive esperienze di relazione, con la stessa modalità emozionale, positiva o negativa, con cui il bambino vive l'allattamento. Ogni volta, infatti, in cui il piccolo divenuto grande dovrà instaurare una relazione significativa o di dipendenza rivivrà la stessa emozione che lo ha accompagnato durante l'allattamento. Il primo cibo che l'essere umano sperimenta è il latte materno, almeno nella maggioranza dei casi; il primo rapporto con il cibo è dato proprio dalla suzione del latte e quindi dall'esperienza dell'essere allattato; si tratta di un incontro interpersonale tra un io e un tu ed è destinato a creare le basi di ogni successiva relazionalità e socialità.

L'allattamento: un linguaggio non verbale

L'attenzione al piccolo che succhia il nutrimento vitale dal seno materno o da un biberon, spesso, non consente

di cogliere la ricchezza del linguaggio corporeo, reciprocamente scambiato tra la madre e il bambino. Oltre al gioco di sguardi, infatti, madre e figlio "si parlano" attraverso il dialogo tonico fusionale, una forma di comunicazione non verbale, corporea, sensibile ai cambiamenti del tono muscolare ai quali vengono attribuiti valenze espressive e significati. Un bambino di pochi mesi si agita fino a spaventarsi se viene preso in braccio con movimenti bruschi e troppo veloci, al contrario si rilassa e prova piacere quando l'adulto lo coinvolge in dondoli, oscillazioni e scivolamenti che richiamano il dialogo tonico primario, quella sensazione di calore e sicurezza vissuta nei nove mesi precedenti la nascita, quando era immerso nel liquido amniotico. Il dialogo tonico è la forma di comunicazione privilegiata tra la mamma e il suo piccolo: appena quest'ultimo vede la luce, infatti, viene generalmente posto sul corpo materno perché riconosca subito l'odore della madre, il battito cardiaco di questa, un ritmo che lo ha accompagnato durante tutto il periodo della vita intrauterina, e la tensione dei muscoli del corpo materno che lo accoglie e lo sostiene, questa volta, dall'esterno. Esistono gesti che la madre compie spontaneamente con il piccolo e che diventano canali di comunicazione. Quando la puerpera attacca il piccolo al seno, il bambino sente oltre all'odore materno, il calore del corpo di lei, la rilassatezza o, al contrario, la tensione fisica con cui la madre accompagna l'offrire il nutrimento al figlio. Il colostro, che nei primi tre giorni viene secreto dai capezzoli materni, diventa non soltanto una fonte di nutrimento corporeo, ma soprattutto uno strumento di dialogo. La madre, infatti, esprime il proprio vissuto di essere diventata madre attraverso le emozioni che accompagnano i gesti routinari quali l'offrire il capezzolo al piccolo, lo stendersi, se allatta rimanendo a letto, formando un arco con il corpo per accogliere e proteggere il piccolo impegnato nella fatica della poppata. Questa posizione richiama la forma del grembo materno all'interno del quale il piccolo è stato accolto e custodito. Se la neo-mamma decide di allattare stando seduta, riesce, anche in questo caso, ad avvolgere il corpo del piccolo con le braccia, costruendo un arco corporeo omero-radiale con la stessa funzione protettiva che è stata svolta dal grembo durante la gravidanza. Il contatto del corpo della madre con il piccolo, durante la

poppata, la pressione della mano che, di tanto in tanto, accarezza il bambino o che comprime leggermente il seno per facilitare l'uscita del latte e il sostenere il capo del neonato nell'incavo costruito dalla flessione dell'avambraccio sul braccio sono tutte forme di dialogo tonico fusionale, riflesso di quella relazione simbiotica e fusionale che madre e figlio hanno condiviso nei mesi antecedenti la nascita. Questo dialogo tonico-fusionale contribuisce a determinare la percezione dell'immagine di sé che il bambino va gradatamente costruendo, dalla nascita in poi, proprio grazie a questa interrelazione con la madre attraverso il linguaggio corporeo.²²

In riferimento al dialogo tonico appaiono interessanti gli studi di P. Crittenden sulla relazione madre-bambino, studi che sono stati da noi applicati in protocolli di osservazione durante le fasi di allattamento osservate in sei puerpere.

La ricercatrice parla di “madre sensibile” per indicare la donna che riesce ad instaurare da subito un buon linguaggio corporeo con il figlio. Nel predisporre il piccolo alla poppata, per esempio, la madre “sensibile” usa movimenti lenti e tranquilli mentre lo prende in braccio, mantiene lo sguardo sul piccolo e lo tiene in una posizione a lui comoda, facendo attenzione ai suoi movimenti e alle tensioni muscolari espresse dal bambino. Qualora queste fossero eccessive, la mamma decide per un cambio di tenuta. Risulta positivamente influente l'entrare in contatto con il figlio con sorrisi, carezze anche con parole pronunciate con tono calmo e con suono non alto. I bambini che hanno sperimentato questo tipo di relazione appaiono più propensi ad interagire con gli altri in forma aperta e, più tardi, collaborativa.

Esiste, però, anche il caso della “madre negligente” che riduce il contatto corporeo con il piccolo al minimo accettabile. Questa tipologia di madri non si preoccupa, durante la poppata, di mantenere un contatto visivo né di constatare se il bambino si trovi in una posizione scomoda per succhiare il latte; sembra distratta e poco propensa a seguire lo sforzo del piccolo nel procurarsi il nutrimento almeno fino a quando questo richiama la sua attenzione con il pianto o con un attaccamento al seno incostante ed agitato. I bambini che hanno avuto una madre “negligente”, secondo la Crittenden, appaiono,

una volta cresciuti, privi di iniziativa nelle azioni di gioco e più propensi ad assumere il ruolo di gregari.

C'è infine anche un tipo di rapporto tra la madre e il bambino definito “abusante” quando la madre interagisce con il piccolo, ma non tiene conto delle sue reazioni di piacere/dispiacere manifestate con atteggiamenti corporei. Essa continua il suo personale dialogo tonico senza considerare il feed-back che le viene dalle reazioni del figlio. In genere è una tipologia di madri che usano in modo contraddittorio il linguaggio verbale e quello corporeo. La voce, per esempio, con cui accompagnano lo sforzo del piccolo durante la poppata può apparire leggera e dolce, ma la pressione delle mani sul corpo del piccolo mentre lo passa da un seno all'altro può essere ferrea. I bambini che hanno sperimentato una madre “abusante”, in genere, sviluppano, nel tempo, atteggiamenti aggressivi.²³

Le considerazioni sul dialogo tonico, soprattutto durante lo svolgersi dell'allattamento richiama ancora una volta la peculiarità di questo “primo cibo”, un nutrimento del corpo che agisce, però, sulla struttura stessa della personalità infantile e sulla qualità delle future relazioni sociali.

Allattamento: parole ed empatia

L'immagine di una madre intenta a seguire il proprio bambino mentre succhia il latte dal suo seno non suggerisce immediatamente l'idea di un dialogo verbale tra i due protagonisti. L'allattamento anzi, sembra procedere in silenzio anche se, come si è accennato precedentemente, con una forte intensità ed un intreccio di sguardi, di emozioni in un dialogo non verbale. Osservando, però, una mamma che allatta, si può facilmente constatare come la madre si rivolga al bambino anche pronunciando alcune parole o semplici espressioni che esprimano la tenerezza del suo sentirsi madre e la soddisfazione del momento in cui ella dà al piccolo il nutrimento di cui ha bisogno. Il bambino già conosce il tono e il timbro della voce materna dal periodo della vita intrauterina, ma, dopo la nascita, continua ad ascoltare la voce della madre che gli parla, gli propone una serie di suoni come un *continuum*, intervallato da pause di silenzio riempite di sguardi e di sorrisi. Il bambino comincia così ad abituarsi all'ascolto

di questa sonorità; sarà proprio l'ascolto empatico della voce materna che lo inizierà ad apprendere l'uso del linguaggio verbale.

Dalle osservazioni compiute su un piccolissimo campione di madri in allattamento è emerso che queste si preparavano ad allattare oppure preparavano il biberon “parlando” con il piccolo, verbalizzando, cioè, a voce alta, tutto quello che stavano facendo prima di iniziare la poppata. Il linguaggio materno, unito al gioco di sguardi, sembra sostenere la concentrazione del piccolo nella poppata e determinare un certo adattamento al suono della voce materna. Durante la poppata la madre accompagna la suzione con parole dolci, rivolte al piccolo, pronunciate lentamente. Viene usato il cosiddetto “madrese” o “*baby talk*”: le parole sono semplici, i toni esagerati, le vocali sembrano essere più allungate e il tono è più acuto rispetto a quello usato in una conversazione normale.²⁴ Questa modalità comunicativa attira l'attenzione dei bambini e li inizia gradualmente ad un'interazione con l'adulto per mezzo del linguaggio verbale. Il linguaggio usato dalle madri, fin dai primi giorni di vita del piccolo sembra essere universale e inscritto nel codice genetico di ciascuno. Anche lingue molto diverse tra di loro, nella versione del “madrese” presentano le stesse intonazioni quando gli adulti le usano rivolgendosi ai bambini. Il *baby talk* registrato durante le poppate, è semplice, ridotto a poche espressioni, intercalato da dolci vezzeggiativi rivolti al piccolo, pronunciato lentamente, ma con intensità di suono. Durante tali osservazioni si è visto come alle verbalizzazioni della madre corrispondesse un maggiore sforzo nella suzione. Questa intensità nell'attività di suzione potrebbe essere letta come una risposta al richiamo affettuoso della mamma.

Si potrebbe affermare che il bambino non sente soltanto fisicamente la voce della madre, ma “sente” il suo stato d'animo. I nove mesi di rapporto simbiotico, infatti, hanno creato tra i due una relazione empatica. Entrambi si “avvertono” nell'intimità della loro persona. Nel bambino questa empatia è vitale perché gli consente di “condividere” l'immagine buona che la madre ha di lui e lo incoraggia, a livello inconscio, verso quella che più tardi diverrà un positivo senso di autostima.

È stato ampiamente dimostrato che il latte materno sia il miglior alimento per i neonati e che il momento dell'allattamento svolga una funzione essenziale nel processo di instaurazione del legame madre-bambino; tuttavia ci sono casi in cui la scelta dell'allattamento al seno non è ottimale per il bambino, come nel caso di malattie della mamma (ad esempio, l'HIV è trasmissibile attraverso i fluidi corporei, oppure la chemioterapia nel caso di un tumore della mamma è tossica per il piccolo). È opportuno notare, inoltre, che nonostante l'Organizzazione Mondiale della Sanità raccomandi l'esclusivo allattamento al seno per i primi sei mesi di vita dell'infante, difficilmente le donne della società attuale hanno questa possibilità, a causa, principalmente della necessità di tornare a lavorare in tempi brevi dopo il parto.

La qualità della relazione, fortunatamente, non risente in maniera drastica di tale situazione, benché, per i motivi sopracitati l'allattamento al seno sia consigliabile; questo avviene perché, come dimostrato dalle ricerche di Else-Quest e colleghe²⁵, se la madre è amorevole, responsiva e disponibile il legame di attaccamento si svilupperà in maniera profonda ed intensa senza significative differenze rispetto all'attaccamento presentato dai bambini che sono stati allattati al seno.

In conclusione, è possibile affermare che anche la funzione di allattamento dimostra che laddove c'è cibo e nutrimento vi è anche cura e relazione intersoggettiva, e laddove c'è cura e la relazione tra un “io” e un “tu” si è in presenza di uno sviluppo autenticamente umano.

NICOLETTA ROSATI
rosatinicoletta@lumsa.it

Ricercatore di Pedagogia generale, Università Lumsa
Researcher of Pedagogy, Lumsa University

- ¹ Z. Bauman, *Modernità liquida*, Laterza, Bari 2003
- ² G. Maggioni, A. Signoretti, *L'alimentazione del bambino sano e malato*, Il Pensiero Scientifico, Roma 1991
- ³ E. Ducci, *Approdi dell'umano. Il dialogare minore*, Anicia, Roma 1992
- ⁴ R.A. Spitz, *Dialoghi dall'infanzia. Raccolta di scritti*, Armando, Roma 2000; J. Bowlby, *Attaccamento e perdita*, Boringhieri, Torino 1975; M. Ainsworth, *Modelli di attaccamento e sviluppo della personalità*, (trad.it.), Raffaello Cortina, Milano 2006; D.W. Winnicott, *Dalla pediatria alla psicoanalisi. Patologia e normalità nel bambino*, Martinelli, Firenze 1975; E.H. Erikson, *Infanzia e società*, Armando, Roma 2000; N.D. Stern, *Le interazioni madre-bambino*, Raffaello Cortina, Milano 1978
- ⁵ Formella Z., Ricci A. (a cura di), *Bullismo e dintorni. Le relazioni disagiate nella scuola*, Franco Angeli, Milano 2010, p. 12
- ⁶ M. Bernardi, *Il nuovo bambino*, Rizzoli, Milano 1989
- ⁷ M. Buber, *Il principio dialogico e altri saggi*, San Paolo, Cinisello Balsamo 1993, pag. 60
- ⁸ “Le parole fondamentali non attestano qualcosa che esiste al di fuori di esse, ma, una volta dette, fondano un'entità. Le parole fondamentali sono dette insieme all'essere”. M. Buber, *Il principio dialogico ed altri saggi*, op.cit., pag. 59
- ⁹ C. Stechler, G. Carpenter, *A viewpoint on early affective development* in J. Hellmuth, *Exceptional infant* (Vol. I), Brunner /Mazel, New York 1967
- ¹⁰ J. Bowlby, *Attaccamento e perdita*, Boringhieri, Torino 1975
- ¹¹ J. McFarland, A.L. Salisbury, C.L. Battle, K. Hawes, K. Halloran, B.M. Lester, *Major depressive disorder during pregnancy and emotional attachment to the fetus*, in *Arch Womens Mental Health*, 14(5) Ottobre 2011 pp.425-34; M.Leifer, *Psychological changes accompanying pregnancy and motherhood*, in *Journal of Genetic Psycho -Monography*, 95(1), febbraio 1977, pp 55-90
- ¹² I.W.R. Bushnell, F. Sal & J.T. Mulhn, *Neonatal recognition of the mother's face* in *British Journal of Developmental Psychology*, 7, 1989, pp. 3-15; O.Pascalis et al., *Mother's Face Recognition by Neonates: a Replication and an Extension in Infant Behaviour and Development*, 18, 1995, pp.79-85
- ¹³ D.N. Stern, *Le interazioni madre-bambino*, op.cit., p. 20
- ¹⁴ R.L. Fantz, *Visual experience in infants. Decreased attention to familiar patterns to novel ones*, in *Science*, 146, 1964, pp. 668-670
- ¹⁵ K. S. Robson, *The role of eye-to-eye contact in maternal- infant attachment*, in *Journal of Child Psychology and Psychiatric*, 8, 1967, pp.13-25
- ¹⁶ A.N. Meltzoff - M.K. Moore, *Imitation of Facial and Manual Gestures by Human Neonates* in «Science», 198, 1977, pp. 75-78; A.N. Meltzoff, *Imitation and Other Minds: the "Like Me" Hypothesis*, in S. Hurley - N. Chater, *Perspectives in Imitation: from Cognitive Neuroscience to Social Science*, MIT Press, Cambridge (MA) 2005, pp. 55-77; B. Brazelton, *Il primo legame*, Feltrinelli, Milano 2005
- ¹⁷ E. Goffman, *Behaviour in Public Places*, Free Press of Glencoe, New York 1980
- ¹⁸ J.Bowlby,, *Attaccamento e perdita*, op.cit.
- ¹⁹ Marvin, R.S., & Britner, P. A., *Normative development: The ontogeny of attachment* in J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications*, Guilford 1999, pp. 44-67
- ²⁰ M. Ainsworth, *Modelli di attaccamento e sviluppo della personalità*, (trad.it.), Raffaello Cortina, Milano 2006
- ²¹ M. Main, J. Solomon, *Discovery of a new, insecure-disorganized/disoriented attachment pattern*, in T. B. Brazelton, M. Yogman (a cura di), *Affective development in infancy* (pp. 95-124), Ablex, Norwood NJ 1986.
- ²² F. Dolto, *L'immagine inconscia del corpo*, Bompiani, Milano 1998
- ²³ P.M. Crittenden, *Raising Parents: attachment, representation and treatment*, Routledge, London 2015
- ²⁴ Hoff- Ginsberg 1997
- ²⁵ N. Else-Quest, J. Hyde, R. Clark, *Breastfeeding, Bonding, and the Mother-Infant Relationship*, Merrill-Palmer Quarterly: Vol. 49: Iss. 4, Article 6, 2003