

Bonding



Bonding

Come molte parole della lingua inglese, anche questa ha il dono della sintesi. In una parolina così breve sono racchiusi significati molto importanti per ogni adulto che diventa genitore e per ogni neonato che viene al mondo. E' un termine moderno, ma il suo significato ha già alcune migliaia di anni di evoluzione; senza il bonding forse la razza umana non sarebbe stata possibile. Nonostante ciò pochissimi lo conoscono; anche tra coloro che per professione contribuiscono a far nascere bambini, questa parola è poco nota o non viene considerata indispensabile per il loro lavoro.

Dicevamo che è una parola moderna, ma ha già compiuto vent'anni (anche se pochi se ne sono accorti): è nata negli Stati Uniti nel 1982. In inglese bond significa attaccare, vincolare, incollare, cementare; il bonding è il processo di formazione del legame tra i genitori e il loro bambino. E' questo legame profondo, specifico, permanente (fisico e psicologico insieme), che permette di allattare, di cullare, di giocare col proprio bambino, ma anche di proteggerlo, di non trascurarlo, di non abbandonarlo.

Il bonding permette di far emergere nei genitori istinti nascosti utilizzando il loro "periodo sensibile"; viene così favorita una grande sensibilità comunicativa che produce efficaci risposte alle diverse necessità del bambino.

Gli effetti a breve e a lungo termine di un bonding adeguato sono stati studiati da diversi gruppi di ricerca che hanno misurato la qualità del rapporto mamma-bambino nei primi mesi dopo la nascita e hanno valutato, nell'età successiva, le caratteristiche comportamentali e relazionali di quei bambini.

Come tutti i processi umani, anche il bonding è un processo complesso e articolato, ricco di variabili (condizionato dall'ambiente, dalle caratteristiche dei genitori, dal tipo di parto, dallo stato di salute della mamma o del bambino, ecc.). E' stato però ampiamente dimostrato come sia possibile favorire il bonding e come invece ostacolarlo o renderlo più difficile.

Il mezzo più semplice ed efficace per creare un legame stabile e positivo tra i genitori e il bambino è risultato quello di mettere il neonato nelle braccia della mamma in contatto pelle-pelle nelle due ore successive al parto, senza attuare nessuna separazione se il loro stato di salute lo permette.

E' stato infatti scoperto che il neonato, nei primi 60-90 minuti dopo la nascita, si trova nello stato di veglia tranquilla nel quale può aprire gli occhi, guardare (e conoscere) i genitori, ascoltare la loro voce, cercare (da solo) il seno della mamma, sentirsi rassicurato da quell'abbraccio che simula quello noto dell'utero. In questa fase il neonato è molto attento e riesce a percepire ciò che lo circonda; è in questo momento che ha il suo primo contatto col mondo (e spesso la prima impressione è quella che conta...); bisognerebbe evitare che queste prime percezioni avvenissero attraverso persone estranee, in luoghi diversi dal corpo della mamma (dalla sua voce e dal suo odore).

Dopo circa due ore dal parto il neonato passa in uno stadio di sonnolenza o di vero e proprio sonno, recupera le forze e la sua percezione del mondo si riduce fin quasi ad annullarsi: questo è il momento per portarlo al nido e sottoporlo alle routine assistenziali senza temere di disturbarlo (ormai il

miracolo del bonding è iniziato e nulla può fermarlo).

Le ricerche sugli stadi comportamentali del neonato hanno scoperto che nella prima settimana di vita la fase di veglia tranquilla è molto breve, circa due ore al giorno, pertanto perdere questo momento privilegiato subito dopo il parto, significa rimandare di almeno ventiquattro ore la possibilità di far conoscere al neonato noi stessi e il mondo.

In queste prime due ore i genitori sono nel loro "periodo sensibile" e senza esserne completamente consapevoli fanno conoscenza col loro bambino reale, dimenticando quello immaginato e forse anche temuto. Rimandare questo momento significa lasciare i genitori emotivamente sospesi, rischiando di produrre in loro insicurezze e paure inconscie (lo sanno bene i genitori dei bambini prematuri, che devono essere separati dai propri figli in maniera improvvisa subito dopo il parto).

La sicurezza, la fiducia, la soddisfazione e la felicità che riesce a crearsi nelle prime ore dopo la nascita diventano la base per il rapporto tra i genitori e il bambino per gli anni a venire; quella manciata di minuti contiene un grande valore e gli errori che possiamo fare in quei minuti potrebbero richiedere anni per essere corretti.

Ricordiamoci che per il papà il "suo parto" avviene quando può (finalmente) avere il figlio in braccio, vederlo negli occhi e convincersi di essere a sua volta visto e (ri)conosciuto. Subito dopo il parto deve uscire la placenta e a volte occorre dare qualche punto di sutura alla mamma, tutti sono ancora indaffarati, soltanto il neonato e il papà sono liberi da impegni: perché non sfruttare la situazione per fare conoscenza ?...

E' stato dimostrato che l'unica necessità dei neonati sani nei primi minuti è di essere asciugati e avvolti in un telino tiepido, ogni altra routine oltre a non essere utile è di

ostacolo al bonding e pertanto dovrebbe essere rimandata.

E' stato anche dimostrato che lasciando in intimità genitori e bambino, quest'ultimo smette di piangere a pochi secondi dalla nascita e si tranquillizza con grande velocità, viceversa i neonati separati dalla mamma subito dopo il parto piangono più a lungo e si tranquillizzano con difficoltà.

Allora potremmo chiederci: perché mai dovremmo essere una civiltà che fa piangere i bambini fin dal momento del loro arrivo ? Ricerche svolte negli ultimi anni hanno evidenziato che favorire il bonding fin dai primi momenti dopo il parto permette un migliore avvio dell'allattamento al seno, riduce il rischio di depressione materna, aumenta la fiducia in se stesso del bambino e lo rende, in seguito, più aperto alla relazione con gli altri.

Se abbiamo scoperto che la parola bonding è tanto importante e tanto ricca di significati, potremmo cominciare a considerarla come facciamo con la parola respirazione o la parola alimentazione e chiederci ogni tanto: come va oggi il bonding di questo bambino ?