

RESISTERE ALLA PRESSIONE DI SCEGLIERE TRA GENITORI: UN PROGRAMMA SCOLASTICO

Di Amy J.L.Baker,Phd

Il seguente articolo dal titolo originale *Resisting the Pressure to Choose Between Parents: A School-Based Program* è stato pubblicato su ICSA TODAY, vol. 3| n° 1| 2012. L'autore e l'International Cultic Studies Association, proprietaria della rivista, ne autorizzano la traduzione e la pubblicazione su questo giornale. Traduzione non professionale di Giorgio Fabbro, revisionata da Caparesi Cristina.

Introduzione

Un milione di bambini ogni anno diventano figli di divorziati. Molti di questi bambini affronteranno una qualche forma di conflitto di lealtà, definita come quella sensazione di dover scegliere un genitore anziché l'altro. Alcuni bambini esposti a situazioni di conflitto di lealtà possono soccombere alle pressioni di un genitore per essere alienati dall'altro. In questo contesto, l'alienazione si riferisce all'ingiustificato rifiuto di uno dei genitori e si differenzia dall'allontanamento volontario che si riferisce a quei bambini che sperimentano una breccia nella relazione genitoriale per ragioni che sono giustificate (quali un abuso o trascuratezza, o mancanza d'interesse da parte di un genitore) (Gardner,1988;Kelly e Johnston,2001).Anche se i programmi sui bambini di divorziati sono stati sviluppati nel corso di vari anni, nessuno specificatamente si focalizza su questo particolare aspetto dell'esperienza di divorzio.

Il programma *I Don't Want to Choose* (IDWTC) (trad. *Non Voglio Scegliere*) venne sviluppato quale strumento per professionisti della salute mentale, per i genitori e le scuole, allo scopo di aiutare i bambini coinvolti in conflitti di lealtà genitoriale a far fronte alla pressione di dover scegliere un genitore anziché l'altro.

I lettori di questa rivista potrebbero avere un notevole interesse nel programma IDWTC perché è dimostrato che essere coinvolti in un conflitto di lealtà è simile ad essere in una setta.

Alienazione Genitoriale e Culti

Baker (2005;2007) trovò delle similitudini nelle esperienze di adulti in cui uno dei genitori li avevano alienati dall'altro e le esperienze di membri di sette, secondo la definizione di cosa sia una

MANIPOLAZIONI E VESSAZIONI

RASSEGNA INTERNAZIONALE DI CONTRIBUTI TEORICO-PRATICI DELL'ASSOCIAZIONE SOS ABUSI PSICOLOGICI

anno 2- n°3 | dicembre 2013

setta di West e Langone (1986). I soggetti della ricerca negli studi di Baker descrissero il genitore alienante/ favorito nello stesso modo in cui ex membri di sette descrivono i loro *leaders*, cioè narcisisti e richiedenti eccessiva devozione e fedeltà (Shaw, 2003; Tobias e Lalich 1994), mancanza di umiltà nel presentare loro stessi come superiori agli altri, e con l'uso del proprio fascino ed abilità persuasive per sfruttare e indebitamente influenzare gli altri. I genitori alienanti utilizzano molte delle stesse tecniche di manipolazione emotiva e di persuasione dei *leaders* di sette per promuovere dipendenza (e.g., Hassan, 1988; Lifton, 1989; Singer, 1996).

I genitori alienanti sembrano beneficiare dell'alienazione quanto i *leaders* di setta si giovano nella setta: eccessivo controllo, potere e adulazione. Allo stesso modo, i partecipanti hanno riferito molti degli stessi effetti negativi che ex membri di sette sperimentano, quali bassa autostima, senso di colpa, depressione e carenza nel credere in se stessi e negli altri (Langone, 1993; McKibben, Lynn, e Malinoski, 2002; Singer, 1996; Tobias e Lalich, 1994).

Informazioni sul programma IDWTC è disponibile per i membri ICSA che volessero utilizzare i materiali nelle loro famiglie, nel settore privato come professionisti della salute mentale, o nel realizzare un programma in un *setting* di gruppo come quello scolastico. Attualmente il programma viene sviluppato e implementato specificamente per i bambini dei divorziati, anche se alcune modifiche potrebbero essere fatte per adattarlo ai bambini che si trovano in altre situazioni di conflitto di lealtà, includendo anche l'essere in una setta.

Premesse del programma IDWTC

Il programma IDWTC è basato sui seguenti sei punti:

1. Il divorzio è stressante per i bambini. Tutti i bambini dei divorziati sperimentano senso di perdita e di confusione (anche quando il divorzio in se stesso porta a risultati positivi per i bambini e la famiglia).
2. Alcuni genitori si comportano in modo tale da creare nel bambino l'esigenza di dover scegliere tra l'uno o l'altro genitore.
3. E' difficile per i bambini sostenere una lealtà divisa. Scegliere un genitore anziché l'altro quando il genitore rifiutato non ha fatto nulla per meritarsi il rifiuto (diventando l'alienato) risolve il problema per il bambino nel breve periodo (Ellis, 2005).
4. L'alienazione quale risultato dei conflitti di lealtà è un processo. Quindi vi è uno spiraglio di opportunità per intervenire e l'alienazione può essere prevenuta con interventi appropriati.

5. L'alienazione va evitata per prevenire esiti negativi nel lungo periodo (Baker,2005;2007).

6. Per resistere alla pressione, i bambini hanno bisogno di "autorizzazione" e strumenti da una riconosciuta terza parte neutrale che non sia allineata con l'uno o l'altro genitore (le scuole).

Rifiutare un genitore in modo da compiacere l'altro non è salutare per i bambini. Nonostante questi bambini tendano a dimostrare una non naturale attitudine positiva nei riguardi del genitore favorito, il messaggio che assorbono è che l'amore di quel genitore è proporzionale al rifiuto dell'altro genitore. Così, i bambini alienati capiscono che i bisogni di vendetta o di gratificazione emotiva del genitore favorito sono più importanti dei loro bisogni d'amore e di essere amati da entrambi i genitori. Questa dinamica familiare è anche pericolosa per i bambini perché vengono indotti a credere che il genitore rifiutato non li ama e non è degno del loro amore. Inoltre fanno proprio il messaggio che sono imperfetti e che non possono essere amati. Di seguito, in questa dinamica familiare i bambini sono normalmente incoraggiati a trattare il genitore rifiutato in modi estremamente freddi, scostanti ed arroganti, senza tener conto dei bisogni umani di base che riguardano il rispetto che ognuno dovrebbe avere per una persona, specialmente per un genitore. L'incoraggiamento di un genitore a non tener conto dei sentimenti dell'altro genitore ha come risultato nel bambino una presa di posizione e un atteggiamento deformati rispetto a ciò che è un comportamento accettabile e ciò che non lo è. Questi bambini sono portati a credere di far bene a trattare le persone in modo duro e poco amorevole se questo è compatibile con i loro desideri o i loro obiettivi. E infine, questi bambini imparano che le persone e le relazioni si possono sacrificare e che quando sono in conflitto con altre persone è più facile tagliar fuori quelle persone invece che cercare di affrontare il conflitto.

Chiaramente, il rifiuto di uno dei genitori come risposta a un conflitto di lealtà dovrebbe essere evitato quando è possibile. Una parte della soluzione a questa dinamica familiare è di educare tutti i genitori che stanno divorziando sugli effetti negativi dei conflitti di lealtà sul bambino, ed insegnare ai genitori che credono di essere l'obiettivo del rifiuto da parte dell'ex sposo a come rispondere alle miriadi di trappole e campi minati emotivi coinvolti in una simile situazione prima che sia troppo tardi (vedi, per esempio, Baker e Fine, 2008). Un altro approccio è insegnare ai bambini dei divorziati come usare il pensiero critico per affrontare la pressione della scelta. Il pensiero critico è enfatizzato quale parte importante della soluzione perché è attraverso l'uso delle strategie dei conflitti di lealtà che il pensiero critico dei bambini diventa così compromesso che li induce ad adottare false idee e falsi sentimenti nei riguardi del genitore che eventualmente rifiutano. Perciò

accrescere e supportare le competenze del pensiero critico nel bambino è considerato essenziale per renderlo capace di evitare le distorsioni cognitive che sono state create dal genitore favorito.

Il programma IDWTC

L'obiettivo del programma IDWTC è quello d'insegnare le abilità del pensiero critico ai figli dei divorziati, insieme ad altre tre abilità che permettono loro di resistere alla pressione nel rifiutare un genitore per far piacere all'altro. Il programma è offerto all'interno di un *setting* scolastico, dove un esperto facilitatore guida 20 sessioni a cadenza settimanale a piccoli gruppi di bambini. Settimana 1,2, e 20 sono rispettivamente sessioni introduttive e conclusiva. In ognuna delle rimanenti 17 settimane viene presentata una situazione familiare e i bambini sono incoraggiati ad esplorare gli approcci al *problem-solving*. I dettagli sui contenuti settimanali sono completamente descritti in un manuale (Baker e Andre,2009). Ogni settimana segue la medesima struttura: i bambini vengono accolti e si rivedono le regole basilari; viene presentata una situazione familiare; i bambini sono incoraggiati ad identificare i propri pensieri e sensazioni se hanno dovuto affrontare quella situazione. Poi sono incoraggiati ad esplorare i quattro approcci di *problem-solving* e la sessione si conclude con i saluti finali. Le attività per aiutare i bambini ad esplorare il contenuto variano ed includono l'approvazione delle idee attraverso l'alzata di mano, il battere i piedi, discutere un'idea e fare una lista; presentare scenette con giochi di ruolo; alternarsi in un doppio ruolo della scena improvvisata; raccontare una storia in maniera circolare; fare delle visualizzazioni guidate; recitare delle dichiarazioni; fare disegni e altre attività.

Situazioni familiari che creano conflitti di lealtà

Le 17 situazioni familiari identificate nella ricerca quali strategie chiave dell'alienazione (Baker,2007; Baker e Darnall,2006) dal punto di vista dei bambini sono le seguenti:

1. Un genitore appare triste, arrabbiato, offeso quando lo lasci per andare con l'altro genitore.
2. Un genitore ti chiede di spiare l'altro genitore.
3. Un genitore ti dice cose brutte o false dell'altro genitore.
4. Un genitore ti lascia scegliere se trascorrere del tempo con l'altro genitore.
5. Un genitore non vuole che tu abbia fotografie dell'altro genitore.
6. Un genitore si riferisce all'altro genitore chiamandolo per nome (non dice mamma o papà)
7. Un genitore ti suggerisce che tu te ne vada o con lui o con lei.

- 8) Un genitore ignora o mina le regole o l'autorità dell'altro genitore
- 9) Un genitore ti dice che l'altro genitore è pericoloso.
- 10) Un genitore chiama il suo nuovo compagno "Mami" o "Papi" e ti suggerisce di fare lo stesso.
11. Un genitore ti dice che l'altro genitore non ti vuole più bene.
12. Un genitore interferisce con la tua comunicazione con l'altro genitore.
13. Un genitore ti chiede di mantenere dei segreti che l'altro genitore non deve sapere.
14. Un genitore non include l'altro genitore nei contatti con la scuola.
15. Un genitore si spazientisce o si arrabbia se presti attenzione all'altro genitore.
16. Un genitore cambia il tuo nome per escludere l'altro genitore.
17. Un genitore ti racconta cose private o personali dell'altro genitore.

Queste situazioni familiari possono creare un cuneo psicologico tra il bambino e l'altro genitore perché lo portano a credere che l'altro genitore è pericoloso, poco amorevole e indisponibile, e simultaneamente esse creano nel bambino il desiderio di allinearsi con il genitore che ha questi comportamenti. Durante ogni settimana del programma viene presentata una di queste situazioni familiari. A seguito di una breve discussione di possibili pensieri e sentimenti che la situazione può ispirare o aver ispirato, il facilitatore del programma sottopone i bambini in attività ed esercizi che sviluppino le abilità relative ai quattro approcci di *problem-solving*. Le attività sono presentate nel manuale e in una cartella di lavoro.(Baker e Andre,2009).

Approccio *problem-solving* 1

Abilità di pensiero critico

Il pensiero critico è definito come l'abilità di esaminare le proprie convinzioni e considerare la possibilità di cambiarle. Adottare l'abilità del pensiero critico consente ai bambini di capire che stanno adottando false idee che dovrebbero esaminare e possibilmente scartare. Domande che i bambini si fanno col pensiero critico:

- Cosa credo?
- Perché lo credo?
- Quali sono le mie prove?
- Vi è un altro punto di vista?
- Qual è la prova di quel punto di vista?

- Potrei sbagliarmi, o essere disinformato o prevenuto?
- Mi sento stressato nel mantenere la mia posizione? E se è così, da dove viene quello stress?
- Mi sento libero di cambiare idea?
- Quali sono le conseguenze di non credere in ciò che credo?

Nel partecipare alle attività del programma, ai bambini viene richiesto di esplorare le loro convinzioni su entrambi i genitori, e ci si assicura che i bambini sappiano ciò in cui credono e perché.

Approccio *problem-solving* 2

Considerare le alternative

Il secondo *approccio problem-solving* nel programma IDWTC è chiamato “considerando le vostre opinioni”. Viene spiegato ai bambini che, quando un genitore chiede ad un bambino di fare qualcosa (mantenere un segreto, spiare l'altro genitore, ecc.) è difficile opporsi. Nella maggior parte delle famiglie i bambini vengono incoraggiati a rispondere all'autorità dei genitori. Perciò, il programma insegna ai bambini a rallentare e ad uscire rispettosamente dal conflitto di lealtà senza scegliere da che parte stare. Ai bambini viene detto che esistono più opzioni oltre all'obbedire e al disobbedire e che hanno il potere di cercare altre soluzioni.

Viene suggerito loro di domandarsi:

- Quali sono le mie scelte?
- Cosa ne penso di esse?
- Cosa sono stato pressato a fare?
- Che ne penso di quella opzione?
- Come posso fare una scelta in maniera adeguata e rispettosa che mi consenta di mantenere una relazione con entrambi i genitori?

Approccio *problem-solving* 3

Ascoltare il proprio cuore

Ascoltare il proprio cuore è il terzo *approccio problem-solving*; si tratta di ottenere e rimanere in contatto con la propria verità. Ai bambini viene ricordato che loro sanno chi sono i loro genitori e che cosa significano per loro, e di essere forti di fronte alle pressioni per un cambiamento della loro verità.

MANIPOLAZIONI E VESSAZIONI

RASSEGNA INTERNAZIONALE DI CONTRIBUTI TEORICO-PRATICI DELL'ASSOCIAZIONE SOS ABUSI PSICOLOGICI

anno 2- n°3 | dicembre 2013

Domande alle quali vengono incoraggiati a rispondere sono:

- Che cosa so che è vero sui miei genitori?
- Quali sono i miei valori e convinzioni fondamentali?
- Che tipo di bambino voglio essere?
- Che accade se non sono sincero con me stesso?
- Che tipo di relazione voglio avere con ognuno dei miei genitori?

Approccio *problem-solving* 4

Ottenere il supporto

L'ultimo approccio *problem-solving* è ottenere supporto sia dal bambino che da altre persone di fiducia. Ai bambini viene insegnato a sviluppare e ad accedere alla propria forza interiore e coraggio attraverso un positivo parlare con il sé e nel prendersi cura di se stessi e ascoltare il proprio corpo. Viene loro insegnato anche ad identificare e cercare aiuto da persone di fiducia (coetanei, educatori, parenti) per ottenere prospettive ed incoraggiamento nel momento del bisogno. Il facilitatore e lo stesso gruppo sono fonte di sostegno e lungo le 20 settimane del programma sono designati per aiutare i membri del gruppo a sviluppare fiducia in se stessi e negli altri.

Perché la scuola è un ideale *setting* d'intervento.

La scuola è vista come un *setting* ideale per realizzare il programma IDWTC per varie ragioni. E' un posto neutrale che di per sé non favorisce un genitore rispetto all'altro. In tal modo le informazioni fornite dal programma possono essere viste come estranee al programma di entrambe i genitori. La scuola è un *setting* sicuro dove i bambini possono esplorare i loro pensieri sul conflitto di lealtà e le loro sensazioni, stando al di fuori della portata di entrambi i genitori. Un gruppo che funziona dentro la scuola può essere d'aiuto nel normalizzare esperienze di conflitto di lealtà dei bambini e rimuovere un po' di vergogna e isolamento che essi possono provare. Inoltre, un programma di gruppo può permettere ai bambini di dare e ricevere aiuto da parte dei coetanei mentre essi lottano per far fronte alla pressione che si trovano ad affrontare. Dal punto di vista della scuola il programma è designato per essere un'aggiunta positiva ai servizi forniti, in quanto insegna ai bambini le tecniche del pensiero critico che possono essere generalizzate ed applicate anche in altre aree della vita scolastica dei bambini (per es. resistere alle pressioni dei coetanei). Il programma è progettato per impedire ai bambini di soccombere di fronte allo stress del dover

MANIPOLAZIONI E VESSAZIONI

RASSEGNA INTERNAZIONALE DI CONTRIBUTI TEORICO-PRATICI DELL'ASSOCIAZIONE SOS ABUSI PSICOLOGICI

anno 2- n°3 | dicembre 2013

scegliere tra le parti e tale condizione, se non trattata, può nuocere da un punto di vista scolastico e comportamentale; questo ci offre un altro valido motivo del perché le scuole dovrebbero essere motivate ad offrire il programma IDWTC.

Attualmente, il curriculum delle 20 settimane è stato implementato in sei gruppi. Gli sviluppatori del programma hanno acquisito una conoscenza diretta sul suo funzionamento. L'obiettivo a lungo termine è quello di effettuare una valutazione prospettica di coorte longitudinale. Nel frattempo i materiali del programma (il libro e la cartella di lavoro) sono disponibili per uso individuale.