

# Il bambino che diventerà adulto: la personalità come esito di cura o di mancanza

*The child who will become an adult: personality as a result of care or lack of care*

Maria Rita Parsi <sup>1</sup>

<sup>1</sup> *Psicologa-psicoterapeuta, Roma*

La personalità non nasce compiuta, né può essere considerata un destino già scritto. Essa prende forma lentamente, nel tempo dell'infanzia, attraverso un processo complesso che intreccia corpo, emozioni, pensiero e relazione. In età evolutiva la personalità è una costruzione fragile e potentissima, perché porta in sé le prime tracce di ciò che il bambino ha incontrato nel mondo umano che lo ha accolto o, talvolta, mancato. Ogni bambino viene al mondo con una dotazione biologica unica, ma questa unicità ha bisogno di essere riconosciuta per potersi esprimere. Non basta nascere per diventare soggetto: è necessario essere visti, sentiti, nominati. È nello sguardo dell'altro che il bambino comincia a esistere psicologicamente. Prima ancora di sapere chi è, il bambino sente come viene sentito. Prima ancora di definirsi, viene definito dalla qualità delle cure che riceve. La personalità si struttura all'interno di una matrice relazionale. Le prime relazioni di attaccamento costituiscono il terreno su cui si innestano le future modalità di stare nel mondo e con l'altro. Un attaccamento sufficientemente sicuro consente al bambino di interiorizzare fiducia: fiducia nella propria esistenza, nella continuità dei legami, nella possibilità di esplorare senza perdersi. Al contrario, un attaccamento instabile o traumatico può orientare la personalità verso la difesa più che verso l'espressione autentica del Sé. In età evolutiva la personalità non può essere ridotta a un insieme di tratti. Essa è un'organizzazione dinamica di funzioni emotive, cognitive e relazionali che si modellano reciprocamente. Il modo in cui un bambino regola le emozioni, affronta la frustrazione, costruisce l'immagine di sé dipende profondamente dalla risposta dell'ambiente. Un contesto che accoglie l'emozione insegna che sentire è possibile; un contesto che nega o punisce educa invece alla scissione, al controllo o all'agito. Il bambino apprende molto presto se il mondo è affidabile oppure no. Questa conoscenza non passa dalle parole, ma dall'esperienza emotiva. La continuità delle cure, la prevedibilità delle risposte adulte, la capacità di contenere l'angoscia infantile costituiscono le fondamenta su cui la personalità può organizzarsi in modo stabile. Dove queste fondamenta sono fragili, il bambino sviluppa strategie adattive che garantiscono la sopravvivenza emotiva, ma limitano la spontaneità del Sé. La personalità in formazione è altamente plastica. Questa plasticità è una risorsa straordinaria, ma anche una

condizione di vulnerabilità. Ogni esperienza significativa lascia una traccia. Ogni relazione importante contribuisce a scrivere una parte della storia interiore del bambino. Le ferite precoci, soprattutto se non riconosciute, tendono a organizzare la personalità attorno alla mancanza. Il bambino impara a essere ciò che serve per non perdere l'altro, rinunciando gradualmente a parti autentiche di sé. In questa prospettiva, il sintomo non può essere letto come un semplice problema da correggere. Il sintomo è spesso una richiesta di ascolto, il linguaggio possibile di una sofferenza che non ha trovato parola. Comportamenti oppositivi, chiusure emotive, ipercontrollo o acting out sono espressioni di una personalità che tenta di proteggersi. Dietro ogni comportamento c'è una storia relazionale che chiede di essere compresa. La famiglia rappresenta il primo e più incisivo contesto di costruzione della personalità. Non esistono famiglie perfette, ma esistono famiglie sufficientemente buone, capaci di riconoscere i bisogni evolutivi del bambino e di adattarsi ad essi. Quando l'adulto utilizza il figlio per rispondere ai propri vuoti emotivi, la personalità del minore viene gravata da compiti che non gli appartengono. Nascono così bambini adultizzati o, al contrario, bambini bloccati in una dipendenza che ostacola il processo di individuazione. La personalità si struttura anche attraverso il limite. Un limite chiaro, affettivamente fondato, non è una privazione ma una forma di cura. Il bambino ha bisogno di adulti capaci di dire di no senza umiliare, di contenere senza soffocare. Il limite interiorizzato diventa, nel tempo, una funzione psichica che consente l'autoregolazione. Dove il limite manca o è incoerente, la personalità rischia di oscillare tra onnipotenza e impotenza. L'età evolutiva è il tempo delle possibilità. Nulla è definitivo, nulla è immutabile. Proprio per questo, la qualità della presenza adulta assume un valore etico profondo. Ogni bambino è una promessa. La personalità che diventerà adulta dipende, in larga misura, dallo spazio di ascolto, di cura e di riconoscimento che viene offerto nei primi anni di vita. La personalità conserva la memoria di ciò che è stato vissuto anche quando non è stato detto, pensato o nominato. Il trauma evolutivo, soprattutto quando è precoce, reiterato o silenzioso, non si deposita come semplice ricordo, ma come una trama invisibile che organizza il funzionamento psichico. Il bambino che cresce nella paura, nell'imprevedibilità o nella svalutazione interiorizza un mondo emotivo instabile, in cui l'altro può diventare fonte di pericolo o di perdita. La personalità che ne deriva si struttura spesso attorno alla difesa: controllo, chiusura, dipendenza non sono tratti, ma strategie di sopravvivenza. Le ferite più profonde sono quelle che non fanno rumore. Non sempre il trauma ha la forma dell'evento drammatico; più spesso è fatto di assenze ripetute, di mancata sintonizzazione, di cure impersonali. Il bambino che non viene visto nei suoi bisogni interiori impara lentamente a non vedersi. Nasce così una personalità adattata, funzionale alle richieste dell'ambiente, ma povera di radicamento emotivo. L'adattamento precoce diventa una maschera, e col tempo la maschera rischia di essere scambiata per identità. In questo processo, la scuola rappresenta uno snodo fondamentale. Non è soltanto luogo di apprendimento, ma spazio simbolico in cui la personalità continua a definirsi. Una scuola capace di accogliere il disagio, di leggere il comportamento come linguaggio e non

come colpa, può diventare un fattore di protezione decisivo. Al contrario, una scuola che etichetta, che espelle o ignora la dimensione emotiva contribuisce a rafforzare sentimenti di inadeguatezza e di esclusione, incidendo profondamente sull'immagine di sé del bambino. La personalità in età evolutiva si costruisce anche nello sguardo sociale. I bambini di oggi crescono in un contesto che privilegia la prestazione, l'apparenza, la velocità. L'ingresso precoce e pervasivo nel mondo digitale ha modificato i processi di costruzione dell'identità. Quando l'esperienza virtuale sostituisce quella emotiva reale, la personalità rischia di impoverirsi nella sua dimensione affettiva. Il bambino iperconnesso può diventare un bambino emotivamente disconnesso, incapace di riconoscere e abitare le proprie emozioni. La personalità ha bisogno di tempo per formarsi, di attesa, di frustrazione tollerabile, di silenzi abitati. Il mondo digitale propone invece una gratificazione immediata che ostacola l'interiorizzazione del limite e la capacità di autoregolazione. Senza una presenza adulta che accompagni e traduca l'esperienza, il bambino rischia di costruire un Sé fragile, dipendente dallo sguardo esterno e incapace di sostenere il vuoto. L'identità si appiattisce sull'immagine, mentre il mondo interno resta inesplorato. In questo scenario, la responsabilità adulta assume un valore decisivo. Educare non significa controllare, ma essere presenti. Prendersi cura della personalità in formazione implica la capacità di sostare accanto al bambino nelle sue angosce, di offrire parole dove c'è confusione, di contenere senza invadere. L'adulto è chiamato a essere una base sicura, non un giudice né un complice. Dove l'adulto abdica al proprio ruolo, il bambino resta solo con emozioni troppo grandi per essere elaborate. La prevenzione in età evolutiva non è un intervento tardivo, ma una postura quotidiana. Significa investire nella qualità delle relazioni, formare genitori e insegnanti alla lettura del disagio, costruire reti capaci di intercettare la sofferenza prima che diventi struttura. Prendersi cura della personalità nascente è un atto di responsabilità collettiva, perché ogni ferita emotiva non riconosciuta nell'infanzia tende a riemergere nel tessuto sociale. La personalità non è mai definitivamente compromessa, ma alcune ferite, se non accolte, rischiano di cronicizzarsi. L'intervento psicologico in età evolutiva offre al bambino uno spazio nuovo di parola e di senso. Nella relazione terapeutica, il bambino può sperimentare una diversa qualità del legame, riscrivendo parti della propria storia interiore. La cura non cancella il dolore, ma lo rende pensabile, trasformabile, umano. In conclusione, la personalità che prende forma nell'infanzia è il risultato di una trama complessa di presenze e di assenze, di cure ricevute e di mancanze subite. Ogni bambino è portatore di una promessa, ma questa promessa ha bisogno di adulti capaci di sostenerla. Dove c'è ascolto nasce un Sé capace di relazione; dove c'è indifferenza nasce una personalità difensiva. Investire nell'infanzia significa scegliere il futuro dell'umanità. Perché il bambino che diventerà adulto non dimentica ciò che ha vissuto, anche quando non ne conserva memoria. E la personalità, nel bene e nel male, ne porta per sempre l'impronta.