

I chiaroscuri del bisogno di appartenenza

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica

H. San Raffaele Resnati, Milano

«L'appartenenza è avere gli altri dentro di sé... è un'esigenza che si avverte poco a poco, si fa più forte alla presenza di un nemico, di un obiettivo o di uno scopo. E' quella forza che prepara al grande salto decisivo che ferma i fiumi e sposta i monti, con lo slancio di quei magici momenti in cui ti senti ancora vivo. Sarei certo di cambiare la mia vita, se potessi cominciare a dire noi...»: così cantava Giorgio Gaber, nella meditata "Canzone dell'appartenenza".

«E' quel vigore che si sente, se fai parte di qualcosa...». Sentirsi parte di è uno dei bisogni fondamentali di ogni essere umano: si radica nel bisogno di attaccamento affettivo, che ognuno di noi sperimenta, con vario grado di soddisfazione e gratificazione emotiva, o di frustrazione, nel rapporto primario con la mamma, o con un'altra figura femminile stabile, che sia un punto fermo per il piccolo: spesso lo è la nonna materna. Con il padre, se è capace di sentimenti profondi, il piccolo sperimenta due grandi dimensioni dell'essere: il bisogno di attaccamento affettivo, che può essere altrettanto significativo e formativo di quello materno, e a volte persino di più, e il bisogno di autonomia. Il bambino amato in modo sano, e non iperprotetto, diventa l'adulto diventa tanto più capace di scelte indipendenti, davvero interiormente libere, quanto più l'attaccamento ha dato luogo ad una limpida sensazione di sicurezza interiore: possiamo essere sostanzialmente – e non velleitariamente – autonomi, quanto più ci siamo sentiti amati e abbiamo imparato ad amare. Quanto più la gratificazione del bisogno di attaccamento è stata la prima esperienza sostanziale di essere parte di, non solo di una diade madre-figlio o padre-figlio, ma di una famiglia e, in senso più allargato, di una comunità.

Quando il sentimento di attaccamento è appagato, siamo limpidamente felici: è felice il corpo, che si muove lieto sotto le indicazioni del comandante dei tempi di pace, il parasimpatico; è felice la mente, perché l'esperienza del mondo passa attraverso uno sguardo luminoso, nutrito di fiducia, di speranza, di aspettative positive («Cosa mi succederà di bello oggi?», come diceva Alice nel Paese delle Meraviglie); è felice il cuore, perché ci sentiamo amati e ci dà gioia dire «Ti voglio tanto bene»: che sia dirlo alla mamma, al papà, alla nonna, a un'amica, a un amore.

Da adolescenti, e poi da adulti, il bisogno di attaccamento si evolve nel bisogno di appartenenza. Attenzione: appartenere e dire noi non è buono in sé. Anzi, a seconda del tipo di esperienza primaria vissuta, questo bisogno può evolvere in due grandi dinamiche: appartenere per condividere un progetto, un sogno, un ideale, che sia amoroso, sportivo, professionale o politico; o appartenere contro, ossia riconoscersi in un gruppo per avere un'identità netta e sentirsi più forte nell'aggredire qualcun altro. In questo caso, l'individuare un nemico, vero o presunto, diventa un fortissimo fattore di coesione, utile per smussare le tensioni interne e aumentare così la forza offensiva contro l'esterno, il nemico appunto, come tutte le propagande politiche ben dimostrano, fino ai vertici di distorsione della realtà tipici dei tempi di guerra. L'appartenenza in sé può cambiare la vita, ma non necessariamente in senso positivo.

E' la motivazione conscia e inconscia all'appartenenza, e le dinamiche che questa motivazione attiva, a farne il volano di un'evoluzione positiva della propria esistenza, o l'inizio della distruzione, di sé e di altri. Basti pensare al senso di appartenenza di chi fa parte con gioia di un

progetto umanitario, e di quello di chi fa parte di una gang e di un gruppo di terroristi. Con una vulnerabilità che oggi vediamo esasperata: nella frammentazione attuale delle famiglie, e nella riduzione della possibilità di appartenere a gruppi con ideali positivi, emerge con forza un bisogno di appartenenza assoluto ed esclusivo, anche mortifero, perché il bisogno di sentirsi parte di, senza dubbi e senza incertezze, e di poter esprimere in modo assoluto desideri primitivi, come il potere di vita o di morte, può alimentare poi l'adesione a gruppi estremisti, fino alla scelta terroristica.

L'appartenenza, dunque, come tutte le dinamiche umane, presenta non solo il lato luminoso cantato da Gaber, ma anche un inquieto e inquietante lato oscuro, che dobbiamo imparare a riconoscere e controllare, innanzitutto dentro di noi.