

# Mio figlio mi fa rabbia

Dietro il senso di colpa dichiarato da molti genitori e, più in generale, dietro atteggiamenti iperprotettivi può esserci un inconscio senso di rabbia nei confronti del paziente stesso.

## Maria Cristina Alessandrelli

Psicologa-psicoterapeuta  
Consulente del Team di Diabetologia Pediatrica  
dell'Azienda Ospedaliera G. Salesi - Ancona

I genitori di bambini diabetici faticano a raggiungere una serena accettazione della patologia. I loro atteggiamenti possono essere diversi; due fra i più frequenti sono i comportamenti iperprotettivi nei confronti del figlio e una latente sensazione di colpa.

Il Team e il Pediatra di famiglia devono essere chiari nell'escludere ogni collegamento causale fra l'insorgenza del diabete e qualsivoglia comportamento dei genitori, ma nella maggior parte dei casi esporre l'evidenza scientifica non serve. La reazione immediata e naturale, potremmo dire 'sana', alla notizia che il proprio figlio è diabetico non è infatti la serena e matura accettazione che il Team cerca di promuovere, quanto una sorda rabbia.

La rabbia è una reazione fisiologica alla paura o al dolore e ha lo scopo di catalizzare le reazioni che servono per superare un pericolo.

La rabbia, letteralmente, ci fornisce l'energia necessaria per attivarci e affrontare adeguatamente il problema. Deve trattarsi, però, di una rabbia riconosciuta, accettata ed elaborata. Se questo non avviene, la rabbia può rivolgersi all'esterno verso il Team medico, verso il figlio; o all'interno, verso se stessi.

Nel primo caso, l'energia che doveva essere difensiva si esprime come attacco offensivo verso l'operatore sanitario e prende le forme della scortesia, della critica o — in situazioni più problematiche — si traduce in un boicottaggio inconsapevole delle prescrizioni.

La rabbia rivolta verso se stessi, invece, origina o rinforza sentimenti di inadeguatezza che producono parte del senso di colpa di cui ci stiamo occupando.

Un sentimento di rabbia nei confronti del figlio è infatti inaccettabile. Il genitore non può ammetterlo e lo trasforma in un senso di colpa. È ben noto in psicologia come la rabbia latente nei confronti di una persona sia alla base di molti atteggiamenti iperprotettivi. Purtroppo, le attenzioni richieste dalla condizione diabetica possono costituire la giustificazione apparente (razionalizzazione) di attenzioni ansiose e ossessive).

Questo atteggiamento rallenta la maturazione e la responsabilizzazione del bambino, erodendo le basi di una vera aderenza alla terapia proposta. Il bambino, infatti, in una prima fase si adatta all'atteggiamento iperprotettivo del genitore, poi, con la ribellione adolescenziale, dovendo affermare la sua autonomia, finisce per opporsi alle cure.

Si può anche ipotizzare che l'adolescente intuisca la rabbia nascosta die-

tro l'atteggiamento iperprotettivo e risponda aumentando gli atteggiamenti di scontro e sfida.

La questione, quindi, è seria e interessa non solo la personalità del paziente ma le basi di quello che sarà in futuro (o è già oggi) la sua capacità di autocontrollarsi.

In questa situazione il Centro di Diabetologia Pediatrica, e ancora più il Pediatra di famiglia, possono intervenire in maniera utile. Il medico specialista o una infermiera di particolare esperienza possono intuire l'esistenza di un problema. Il Pediatra di base ha forse l'occhio meno allenato a scorgere questa problematica che in qualche misura è tipica delle patologie croniche, ma ha in compenso il vantaggio di essere in qualche misura 'terzo' rispetto alla coppia famiglia-Centro: conosce meglio la famiglia e ha una visione complessiva del problema.

Quando si notano atteggiamenti iperprotettivi, quando si sentono fare delle affermazioni di autocolpevolezza e, in generale, quando si assiste a comportamenti ansiosi e a richieste ridondanti di riassicurazione, il componente del Team non dovrà limitarsi a rispondere nel merito, ma dovrà cogliere l'occasione per aiutare il genitore a verbalizzare le proprie emozioni.

In questa sede il medico dovrà ascoltare con empatia il genitore per aiutarlo a prendere consapevolezza e a esprimere i propri sentimenti di rabbia anche nei confronti del figlio.

Riconoscere i propri sentimenti negativi è il primo passo per ristabilire un equilibrio; la rabbia entra nell'area della consapevolezza e può essere trasformata e utilizzata in maniera positiva. Spesso è davvero semplice.



L'autocontrollo della glicemia.  
**Oggi.**