

Idee & opinioni

CORRIERE DELLA SERA

OBAMA E LA SINDROME DEL NIDO VUOTO ANCHE I GRANDI SOFFRONO DI SOLITUDINE



Figli che crescono e che inevitabilmente ci mettono di fronte al passare degli anni e ad una sensazione, normalmente più sperimentata e comunicata dalle donne, di abbandono e di vuoto. La sindrome del nido vuoto molto frequente nei genitori che hanno investito molto nei propri figli e non si sono nel tempo preparati a un loro distacco, riguarda più frequentemente le mamme, in particolare quelle non impegnate professionalmente. Chi investe totalmente la propria esistenza nel marito, nei figli e nella casa, non coltivando negli anni interessi alternativi, subisce un pesante contraccolpo quando i ragazzi, considerati a torto o a ragione il fulcro dell'unità familiare, escono di casa.

Questo non è certo il caso di Barack Obama e per questo ci sorprende: la scelta di prendere un cane come forma di compensazione e consolazione per lenire il distacco dalle figlie (come ha dichiarato in un'intervista alla Cnn), lo rende molto umano e ci conferma che anche l'uomo più potente e pubblico del pianeta soffre di solitudine. Questa scelta rappresenta una forma di adattamento al cambiamento della vita privata che in ciascuno di noi varia a seconda delle caratteristiche di personalità e alle capacità relazionali. Obama vive questo stato di trasformazione manifestando una forte affettività e un desiderio di accudimento e di interazione autentica.

Gli anni che passano rendono normalmente gli esseri umani più sensibili e a volte fragili: il distacco dei figli si verifica tra l'altro normalmente in un momento in cui anche le coppie più affiatate devono modificare le basi della loro unione e il loro progetto di vita comune, cambiamenti che necessitano di adattamenti successivi. La stessa identità e le funzioni genitoriali vengono modificate e riprogrammate in funzione delle nuove esigenze. Occorre anche considerare che la sindrome del nido vuoto viene sperimentata di norma dalle donne durante le modificazioni ormonali frequenti nel climaterio. Analoghe modificazioni si verificano anche nel genere maschile rendendo l'uomo più vulnerabile.

Nonostante le nuove tecnologie (social media, skype, ecc..) paiono ridurre la distanza emotiva dai figli lontani da casa e nonostante il vero problema in Italia sia che i ragazzi non escono di casa prima dei 35 anni e che ritornino a casa dopo una separazione o un divorzio, come prevenire questa sindrome? Pensando che ai nostri figli è bene dare le ali, che occorre essere sereni se loro sono sereni anche lontani da casa, che il traguardo più importante è sollevare i propri ragazzi dal peso dell'accudimento di noi genitori. Di questo ce ne saranno sempre grati.

Claudio Mencacci

Presidente Società Italiana di Psichiatria