
Bimba morta dimenticata in auto: Pensavalli (Itci), “stato dissociativo transitorio indotto da overthinking”

“Uno stato dissociativo transitorio indotto verosimilmente da un atteggiamento di iper attenzione e iper protezione, una sorta di overthinking”. Michela Pensavalli, psicoterapeuta e coordinatrice dell'Itci (Istituto di terapia cognitivo interpersonale), spiega al Sir il meccanismo che potrebbe avere fatto “dimenticare” ad un papà la propria figlioletta di circa un anno in macchina; bimba rinvenuta alcune ore dopo senza vita. Sulla tragedia, avvenuta ieri nel quadrante sud di Roma, la Procura ha avviato un'indagine per chiarire la dinamica dei fatti. “Siamo iperallertati sulla vita dei nostri figli e sulla nostra, come se dovessimo avere il controllo assoluto h24 sulle nostre azioni – prosegue l'esperta -. Ma questo accumulo, che noi chiamiamo overthinking, è come un incessante pensiero universale su tutto il da fare che, paradossalmente, finisce per farci sfuggire azioni anche molto importanti come, in questo caso, l'accudimento di una figlia piccolissima”. Overthinking, stress, affaticamento ci fanno insomma “dimenticare” passaggi anche cruciali della giornata. Tanto più se, di fronte a ritmi serrati e ripetitivi, “ingraniamo il pilota automatico cosicché il nostro cervello ritiene di aver processato le azioni una dietro l'altra, e perde dei frammenti di coscienza e di memoria” perché in questa incessante impresa di “dover tenere tutto sotto traccia si finisce invece per smarrire la cognizione della propria capacità di attenzionare le cose”, spiega ancora la psicoterapeuta. Una vicenda straziante, l'ultimo caso di una lunga serie avviata nel 1998 a Catania e che ha fatto scattare nel 2020 l'obbligo di installare a bordo seggiolini anti abbandono, dotati di un segnale d'allarme in caso di dimenticanza, per il trasporto in auto di bambini al di sotto dei quattro anni. Atroce il dolore dei due genitori, ancora più devastante per il papà che ha involontariamente provocato la morte della sua piccola. “Da traumi così profondi – conclude Pensavalli - è difficile riprendersi nel vero senso della parola, ossia tornare ad una condizione di funzionalità sana della mente. Di solito per elaborare questo tipo di lutto ci vogliono diversi anni. La vita si può riaggregare in presenza di condizioni che possano aiutare le persone a sopravvivere: un'altra alternativa di vita come un altro figlio, oppure una rete familiare o amicale molto forte intorno a loro che possa aiutarle a riassorbire piano piano un trauma così grave”.

Giovanna Pasqualin Traversa