

“Il mio bambino cresce: pensieri e domande di genitori”

Dott.ssa Valentina Jacob,

Psicologa dell'età evolutiva, Psicoterapeuta; Dottore di Ricerca in Psicologia dello Sviluppo

I INCONTRO: “Crescere nella relazione: i bisogni e le emozioni dei piccoli e dei grandi”

Il titolo dell'incontro vuole sottolineare che la crescita, sia quella dei bambini che quella degli adulti - per esempio come genitori - avviene nella relazione, ed è fatta di relazioni.

Come Psicologa quando parlo di 'crescita' mi riferisco allo sviluppo della personalità: la nostra struttura mentale, che ci permette di avere un'idea di noi stessi (l'identità), di dare un senso ai nostri vissuti ed esperienze, e di metterci in relazione con gli altri. Si costruisce gradualmente nel bambino, e fonda il suo “benessere” di base, e quindi poi la capacità di andare verso gli altri con fiducia e interesse.

Nello sviluppo della personalità le “tappe” e i passaggi evolutivi sono collegati: sullo sviluppo emotivo-affettivo dell'età della Scuola dell'infanzia, si basa poi la possibilità di un successivo sviluppo sereno nell'età della Scuola primaria, in cui il bambino accresce sempre più le sue capacità cognitive e razionali, e le capacità di rapporto con l'ambiente esterno.

- Ma dov'è che il bambino costruisce la sua persona?

Prima di tutto nella famiglia: nella relazione, cioè nel rapporto con i genitori.

→ Che cos'è la RELAZIONE, di cosa è fatta?

la relazione è uno scambio tra persone, importanti le une per le altre: uno scambio in cui ci si trasmettono emozioni, sentimenti, fantasie, pensieri, parole, comportamenti, regole, valori...

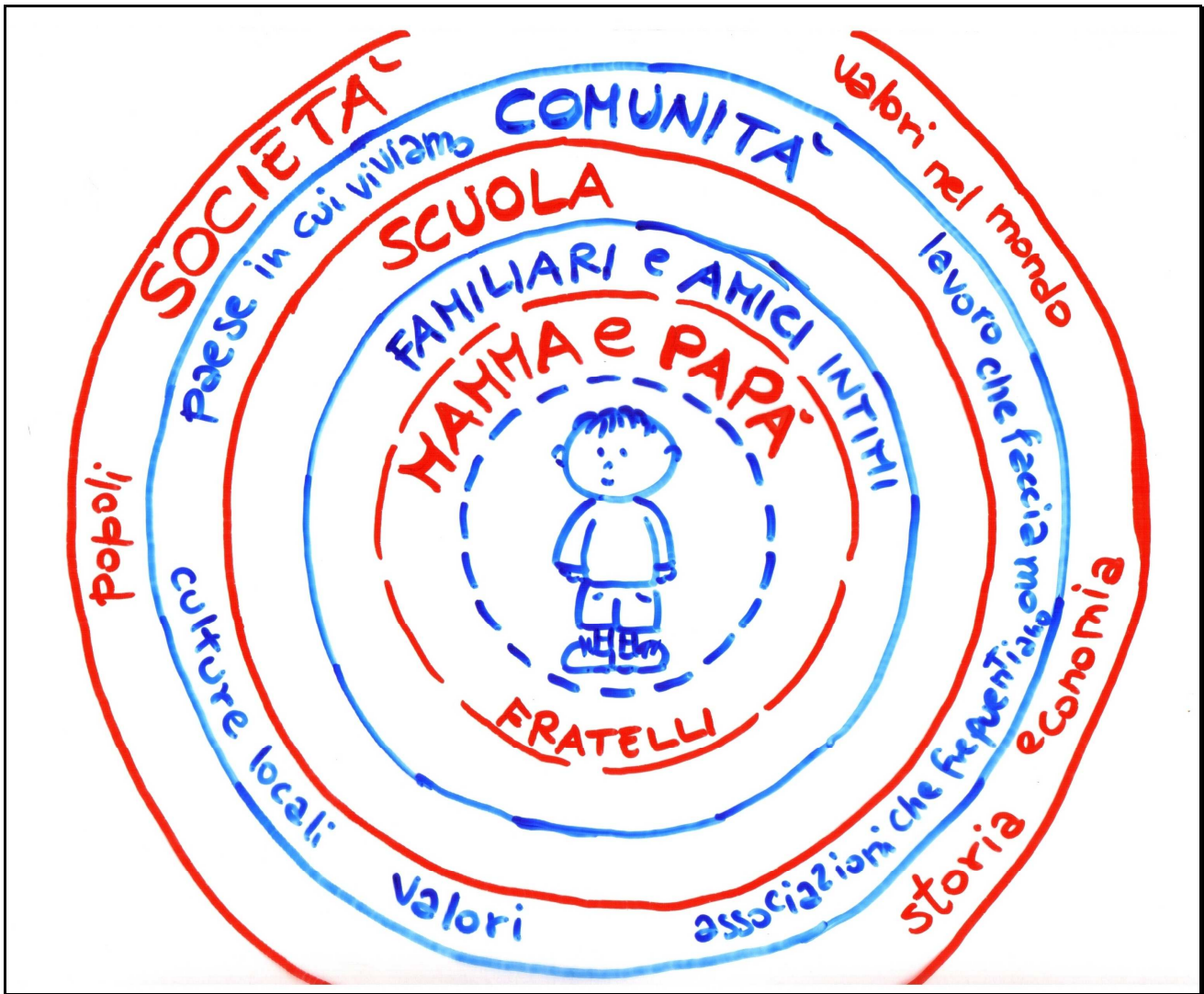
dunque la relazione è basata su come siamo fatti psicologicamente.

→ Quando costruiamo la relazione con il bambino, di che cosa abbiamo necessità soprattutto?

di conoscere e comprendere i suoi BISOGNI, i bisogni del suo sviluppo. Quindi innanzitutto di riflettere su che cosa gli serve che facciamo come genitori, per lui e con lui, cioè sui ruoli e le funzioni dei genitori. Il bambino infatti è una persona in costruzione: ha tutto il valore di una persona, ma non è ancora “completo”, dipende dagli adulti per il proprio benessere.

- La famiglia, però, non è una “scatola chiusa”, non è un'unità a se stante: è in rapporto con tanti contesti legati gli uni agli altri, che fanno parte gli uni degli altri.

Questa immagine ci permette uno sguardo sulle tante “parti” di cui è fatta la nostra vita, sugli ambienti in cui si svolge la crescita dei nostri bambini, e che danno forma ai nostri vissuti e alle nostre esperienze.



Scorriamola insieme:

√ Ogni famiglia si rapporta con FAMILIARI e AMICI

- Sia che sia presente nella nostra vita quotidiana, sia che non lo sia, la nostra famiglia d'origine ha un ruolo “naturale” rispetto a come ci rapportiamo ai nostri bambini: è quella che ha costituito la nostra storia, ha formato il nostro carattere, il nostro modo di vedere le cose e i valori con cui ci confrontiamo. Quindi ha a che fare con le modalità relazionali/educative che abbiamo con i figli.

- Gli amici più intimi spesso rappresentano il nostro confronto attuale: quelli con cui ci scambiamo riflessioni, opinioni, consigli, critiche... un modo per continuare a “crescere”, anche se a volte, soprattutto quando siamo preoccupati dalle fasi di sviluppo che il nostro bambino sta

attraversando, ci capita di usare i confronti più che altro per svalutarci reciprocamente.

Anche per questo, forse, gli incontri di formazione sono un'occasione per “allenarsi” a condividere pensieri, dubbi e preoccupazioni, scoprendo che ci riguardano tutti...

√ La SCUOLA

è molto significativa nella vita del bambino, che ci passa molte ore della giornata, apprendendo delle conoscenze e allo stesso tempo imparando a stare in un contesto sociale; famiglia e scuola quindi condividono il delicato compito di aiutare il bambino a costruire rapporti significativi con gli altri.

Il rapporto della famiglia con la Scuola è anche ricco di sentimenti, perché la Scuola è tra i primi contesti esterni che ci rimandano “un’immagine” del nostro bambino; per esempio su come il bambino si rapporta agli altri. Contemporaneamente la scuola riceve dai genitori informazioni e richieste sulle esigenze specifiche di ciascun bambino. A volte la paura reciproca è quella di “essere giudicati”, o la tentazione quella di “giudicare”. Per questo è molto importante che la famiglia e la scuola ricerchino sempre una comunicazione corretta, considerato che hanno un obiettivo comune: far crescere il bambino al meglio delle sue potenzialità. Ogni bambino ha sue caratteristiche emotive e personali, da rispettare e valorizzare. Pur incoraggiandolo a migliorare, l’autostima del bambino va sostenuta, poiché gli permette di impegnarsi nelle attività conoscitive e nelle relazioni sociali.

√ Le famiglie e la scuola stessa fanno poi parte della COMUNITA’,

il luogo in cui viviamo, con le sue caratteristiche di territorio e cultura, con le sue strutture, istituzioni e servizi. È ciò che nella nostra quotidianità ci offre dei valori e delle possibilità di esperienza, e in cui noi coltiviamo i valori che sentiamo più nostri. La ‘comunità’ siamo tutti noi ma allo stesso tempo costituisce una struttura che ci “contiene”.

√ A sua volta la nostra comunità fa parte della SOCIETA’ nel senso più ampio,

che è l’insieme delle persone e dei popoli, nel periodo storico in cui viviamo, con gli usi, i costumi e i valori del nostro tempo. La società non è di per sé né “negativa” né “positiva” (può avere aspetti negativi e aspetti positivi), però è complessa, ed è la “cornice di riferimento” della nostra vita.

Non sempre lo percepiamo, ma ci influenza direttamente e indirettamente, perché determina il modo di vedere culturale e collettivo, un po' come lo sfondo di una scena, in cui i personaggi sono inseriti. Pensiamo soltanto ai messaggi che arrivano quotidianamente dai mezzi di comunicazione: possiamo essere d'accordo o non d'accordo con i significati e valori che ci presentano, ma comunque ci troviamo a confrontarci con essi. E in qualche modo anche i nostri bambini, anche se appunto, con un “metro di misura” da bambini. Noi adulti funzioniamo da “filtro” tra i messaggi sociali e come li recepiscono i nostri bambini: è necessario non “lasciarli soli” di fronte alla complessità della realtà.

Le famiglie quindi vivono e crescono all'interno di tante situazioni e contesti, che contribuiscono a determinare il modo con cui ci si prende cura di sé e dei bisogni dei propri figli

I BISOGNI DEI BAMBINI

I bisogni specifici dei bambini cambiano con l'età, ma quelli di base, restano fondamentali per tutte le età di cui ci stiamo occupando, dalla Scuola dell'infanzia alla Scuola primaria

<p>(ALCUNI) BISOGNI DEL BAMBINO</p>	<p>Bisogni generali (che contengono tutti gli altri)</p> <p>RELAZIONI STABILI CON GLI ADULTI</p> <p>ricevere una GUIDA AFFETTIVA / EDUCATIVA</p> <hr/> <p>Bisogni specifici</p> <p>PROTEZIONE ↔ INCORAGGIAMENTO ALL'AUTONOMIA</p> <p>ricevere ATTENZIONE AI SENTIMENTI</p> <p>↓</p> <p>RICONOSCIMENTO e INTERPRETAZIONE di EMOZIONI e SENTIMENTI da parte degli ADULTI</p> <p>↓</p> <p>= sostegno NEL CONOSCERE e CAPIRE <u>SÉ STESSI</u> e GLI ALTRI</p> <p>LIMITI e REGOLE</p> <p>COMUNICAZIONE ADATTA ALLE ETÀ</p> <p>STIMOLI COGNITIVI</p>
--	--

Soffermiamoci a notare quanto questi bisogni riguardino quella che possiamo chiamare

L'EDUCAZIONE EMOTIVA dei figli,

cioè il ruolo strutturante dei genitori rispetto ai vissuti emotivo-affettivi dei bambini: è la famiglia che permette al bambino di dare un significato a quello che prova, di conoscersi interiormente, di capirsi, di collegare i sentimenti e le esperienze in modo da costruire, nel tempo, la capacità di essere una persona che vive la sua vita con una consapevolezza e pienezza, in una relazione aperta e viva con gli altri.

Quello che si costruisce nell'infanzia resta come “base sicura” per tutto lo sviluppo successivo: anche per il delicato momento dell'adolescenza che, nonostante le “turbolenze”, è una fase ricca di autentiche energie creative, in cui la persona-figlio, in un rapporto di scambio con i familiari (che sarà faticoso, ma anche emozionante e vitale...), può proprio “sbocciare” nel suo essere individuo nuovo e originale.

Perché in fondo in fondo siamo tutti “uguali”, abbiamo sentimenti e vissuti comuni, potenziali capacità e fragilità simili, ma ognuno di noi è una combinazione di ingredienti irripetibile... un “piatto speciale”.

3 passaggi in particolare connotano i compiti dell'educazione emotiva nelle età dell'infanzia:

- il bisogno del bambino di essere compreso e sostenuto nell'oscillare tra dipendenza e autonomia
- il bisogno del bambino che i genitori fin dai primi anni di vita interpretino per lui le sue emozioni e i suoi sentimenti, dando loro un nome, e sostenendolo nel viverle e nel rielaborarle
- il bisogno del bambino di ricevere dai genitori limiti e regole

► tutta la crescita del bambino è caratterizzata da un'oscillazione tra bisogno di protezione-vicinanza e dipendenza dai genitori, ed il bisogno di costruire una certa autonomia, innanzitutto interiore, e poi anche concreta.

Questo percorso è graduale, e richiede ai genitori lo sforzo - soprattutto emotivo - di rifletterci giorno per giorno. Ma se “semplicemente” (si fa per dire...) osserviamo il nostro bambino: nel suo modo di esprimersi, di giocare, di stare con gli altri, di rivolgersi a noi, possiamo cogliere continuamente dei segnali di come vive le cose, e di quello di cui ha bisogno da parte nostra.

È importante, inoltre, poter pensare che “più autonomia” del bambino non significa “meno amore” verso i genitori (forse una delle cose che più impensierisce le mamme, vedendo i figli crescere): in realtà più il bambino comincia riconoscersi come persona separata, come individuo con

la capacità di pensare e fare, più il suo legame affettivo con i familiari e le persone significative diventa attivo, con un investimento di amore sempre più libero dal bisogno di dipendere.

È anche importante non confondere le capacità razionali e di comunicazione del bambino (quante volte diciamo “com’è sveglio”, “guarda com’è furbo”, “senti che lingua che ha per risponderti indietro”...), con quello che può gestire emotivamente: durante tutta la crescita i bambini hanno bisogno di noi per rapportarsi alle proprie emozioni, sentimenti e fantasie, e per affrontare i conflitti interiori; hanno bisogno di avere il nostro appoggio e la nostra presenza costante per dare senso a tutto quello che le esperienze con la realtà suscita loro interiormente, spesso desideri e emozioni contrastanti. Ricordiamo anche che il modo di sentire e di pensare dei bambini non è identico a quello degli adulti: le emozioni infantili sono molto intense, e i loro pensieri sono pervasi di fantasie... “se sogno di essere un fortissimo cavaliere potrei esserlo per davvero... ma se le arrabbiate della mia giornata diventano un mostro dagli occhi spaventosi... potrò salvarmi??”. Ecco perché hanno così bisogno della nostra disponibilità e attenzione, per rielaborare desideri e paure... Una bella impresa per la famiglia, ma forse ci rincuora il fatto che - diversamente dai nostri ritmi quotidiani - “non c’è fretta”: si costruisce giorno per giorno, accettando che si cresce sempre un po' anche da grandi.