

2006

Come fare il genitore

Carlo Pascoletti

01/01/2006

INDICE

Introduzione

Cap. I – STILI DI VITA E MODELLI

- 1.1. Amare fa rima con educare.
- 1.2. Le diversità personali.
- 1.3. Modelli educativi: una rassegna.

Cap. II - DAL PROGETTO DI VITA AL PROGETTO EDUCATIVO

- 2.1. Un progetto di vita.
- 2.2. La coppia e il progetto di vita.
- 2.3. La coppia e il progetto educativo.

Cap. III – L'EDUCAZIONE PRENATALE E NEONATALE

~~3.1. Eventi e ruoli nella fase pre-natale.~~

- ~~3.1.1. Sapere: il bambino prima della nascita.~~
- ~~3.1.2. Saper fare: le condotte proto-educative.~~
- ~~3.1.3. Saper essere.~~

~~3.2. Il primo anno di vita: gli eventi da 0 a 6 mesi.~~

- ~~3.2.1. Sapere: percezioni ed emozioni~~
- ~~3.2.2. Saper fare: cure e stimolazioni~~
- ~~3.2.3. Saper essere.~~

~~3.3. Il primo anno di vita: gli eventi da 6 a 12 mesi.~~

- ~~3.3.1. Sapere: la nascita della mente~~
- ~~3.3.2. Saper fare: le protoregole~~
- ~~3.3.3. Saper essere.~~

Cap. IV – L'EDUCAZIONE NEI PRIMI TRE ANNI

- 4.1. Sapere: lo sviluppo psicomotorio.
- 4.2. Sapere fare: le condotte educative.
 - 4.2.1. L'alimentazione.
 - 4.2.2. Il controllo sfinterico.
 - 4.2.3. L'iperattività motoria.
 - 4.2.4. Le emozioni.
 - 4.2.5. Le regole e la disciplina.
- 4.3. Saper essere: il bambino sognato e quello reale.

Cap. V – L'EDUCAZIONE DA TRE A SEI ANNI

- 5.1. Il bambino sociale.
- 5.2. Sapere: lo sviluppo da 3 a 6 anni.
- 5.3. Saper fare: un'educazione alla socialità.
 - 5.3.1. Regole e disciplina.
 - 5.3.2. Socialità e amicizie.
- 5.4. L'ingresso nella scuola: occasione per un'alleanza.
- 5.5. Saper essere: ovvero "pensare positivo".

Allegato: La scala VISS **Riferimenti bibliografici**

Introduzione

La prima e la seconda infanzia, cioè l'arco di tempo che precede l'ingresso nella scuola dell'infanzia, vengono analizzate attraverso una suddivisione articolata in cinque periodi evolutivi. Attraverso un rapido percorso che va dalla vita pre-natale fino al sesto anno, vengono analizzate ed evidenziate le conquiste più rilevanti del bambino. In quest'analisi l'attenzione viene posta su due dimensioni psicologiche che interessano l'azione educativa e quindi direttamente il ruolo dei genitori: lo sviluppo cognitivo e quello emotivo-affettivo.

L'analisi delle diverse tappe evolutive e delle relative conquiste del bambino, fanno da sfondo su cui s'innestano riflessioni relative all'importanza e portata delle singole acquisizioni, gli aspetti che caratterizzano le interazioni genitore-bambino ed in ultimo i suggerimenti le modalità d'intervento di maggior valenza educativa. Tale valenza richiama sistematicamente, anche nella suddivisione dei sottocapitoli, il "saper fare" ed il saper "essere" genitori-educatori.

Il *focus* dell'opera e le relative argomentazioni, interessano un unico ed importante tema: l'educazione emotivo-affettiva e l'apprendimento delle regole del vivere sociale. E' l'aspetto di maggior rilievo che deve coinvolgere e guidare l'esercizio quotidiano della genitorialità. E' un esercizio che, passo dopo passo, mette il bambino nella condizione di competere ed affrontare con serenità la realtà. Il delinearci sempre più preciso della personalità del bambino, viene correlato ai suoi progressi cognitivi e al relativo itinerario di "alfabetizzazione affettiva". Si tratta di un percorso che conduce alla maturazione dei processi di controllo sulla realtà e la cui essenza è costituita da un susseguirsi di esperienze caratterizzate da gradi diversi di soddisfazione e piacere.

Nel periodo della prima e seconda infanzia che prendiamo in considerazione in questo lavoro, gran parte delle esperienze di ogni giorno sono guidate e organizzate dalle "motivazioni affettive". Sono esperienze quotidiane vissute dal bambino fin dalla nascita, che hanno un ruolo ed una portata eccezionale per il suo sviluppo. Per cogliere i diversi significati e concetti, vengono proposti al lettore esempi in cui si evidenziano e descrivono le caratteristiche ed il ruolo delle diverse forze in gioco. Si parte dall'esperienza che costituisce il punto di partenza del lungo viaggio nella vita: l'allattamento.

Il primo impatto dunque è l'allattamento che, a seconda delle condizioni psicologiche della madre e a seconda della modalità con cui viene gestito, può rappresentare un'esperienza molto o poco piacevole. Fin dai primi contatti con la madre, quando il bambino percepisce il suo odore e poi il volto della mamma, tali segnali-stimolo generano una risposta (piacere) che è la conseguenza di una elaborazione dalla mente. Si tratta in sostanza di immagini mentali primarie, le quali contengono numerose informazioni. Tali informazioni generano contemporaneamente reazioni specifiche dell'organismo (accelerazione del battito cardiaco, dilatazione della pupilla, sudorazione, ecc.) ovvero le "emozioni" che costituiscono le "immagini secondarie" dell'evento. Se parliamo di sentimenti, generalmente ci riferiamo a queste immagini secondarie che, in fase evolutiva sono attività del tutto inconsapevoli. Tali immagini, peraltro, non sono fotografie della realtà, poiché subiscono modificazioni e deformazioni.

La nascita del pensiero del bambino inizia quando egli è in grado di memorizzare e quindi di richiamare dal magazzino della memoria le immagini mentali. In tutte le operazioni di archiviazione, le diverse esperienze vengono marcate come piacevoli o

spiacevoli. Così al ripresentarsi dello stesso evento (es.: stimolo della madre), la risposta del bambino coinciderà con una particolare condizione psicologica di piacere-dispiacere: ovvero con la "motivazione affettiva". Quindi il *motus* verso qualche cosa o l'allontanamento dalla stessa, è una risposta appresa e quando parliamo di "sentimenti" del bambino ci riferiamo alle immagini della realtà che egli è in grado di costruire.

Nei primi anni di vita egli apprende a "classificare i sentimenti" (alfabetizzazione emotiva) anche in assenza di un supporto specifico qual è il linguaggio. Successivamente e nel corso di tutta la vita, sarà proprio questo supporto che gli permetterà di comunicare i propri sentimenti anche se, com'è noto, il linguaggio verbale non sempre è in grado di esprimere esattamente ciò che uno prova dentro di sé. Negli anni successivi dello sviluppo il controllo sulle emozioni avrà modo di avvalersi, anche se fino ad un certo punto, delle abilità logiche del pensiero formale. Ma alla fine prevarrà il riferimento alle norme e regole imposte dal contesto sociale e apprese prima di tutto nel contesto familiare. In questo lavoro si sostiene che l'apprendimento ed il rispetto delle regole, il controllo delle emozioni, la pratica quotidiana dell'affettività in un clima di mutualità reciproca e benessere personale, costituiscono i fattori principali dell'educazione.

Sono proprie le regole ed il progressivo apprendimento delle stesse, il nodo centrale dell'educazione nella prima e seconda infanzia. Per questa ragione vengono illustrate le modalità per affrontare adeguatamente i problemi di ogni giorno, sia attraverso l'analisi dei problemi stessi, cioè di come si presentano e quale rilievo rivestono, sia attraverso la descrizione delle modalità educative praticabili e ritenute più idonee.

Capitolo I

STILI DI VITA E MODELLI

1.1. Amare fa rima con educare

Educare un bambino, richiede molto amore, pazienza, controllo dell'ansia e della frustrazione, qualità queste che dovrebbero essere possedute da ogni genitore. Tuttavia non è possibile educare, avendo come unico riferimento tali caratteristiche personalologiche e/o i propri valori. Per educare un bambino non basta amarlo. E' necessario conoscere "che cosa succede mentre egli apprende" e come favorire, governare e controllare tale processo. Per tale motivo è indispensabile possedere conoscenze ed abilità adeguate (intese anche come tecniche), per attivare occasioni d'apprendimento e controllare gli effetti dell'azione educativa sia sul piano cognitivo sia su quello delle emozioni e dell'affettività.

Ma chi ha insegnato ai genitori "fare i genitori"?

Alla domanda possiamo rispondere che "genitore non si nasce ma si diventa". Da più parti si sostiene che uno dei modi per diventare "genitori competenti" passa attraverso l'acquisizione del "sapere" e del "saper fare": condizioni queste indispensabili per poter "essere genitori educatori".

Gli studi della psicologia dell'età evolutiva e le scienze dell'educazione, evidenziano l'importanza del ruolo svolto dai genitori nell'indirizzare e favorire lo sviluppo cognitivo ed affettivo del bambino. Le relazioni interpersonali genitore-figlio, generate inizialmente dal forte legame emotivo-affettivo ed orientate successivamente verso

obiettivi educativi, rappresentano la "matrice formativa" che determinerà la gran parte delle caratteristiche cognitive e personologiche più rilevanti per la vita dell'individuo. Il difficile percorso, mirato alla realizzazione di progetto formativo della persona, (verso qualunque modello sociale) può essere costellato da una serie di "errori educativi" spesso commessi per "eccesso d'amore" nei confronti del proprio figlio determinato da un concetto sbagliato dell'amore.

Gli effetti a breve termine sono rappresentati dalla comparsa di comportamenti disadattivi e di contrapposizione nei confronti delle figure parentali (disobbedienza, prepotenza, angherie, ecc.) e ciò a sua volta genera contrapposizione, conflittualità. Se non viene posto rimedio, a lungo termine tutto ciò può essere causa anche di disturbi della personalità e d'adattamento sociale con il rischio di generare quadri sindromici molto gravi (border-line psicotico).

Per assunzione errata del concetto d'amore, per fragilità e/o ambivalenza sul piano della personalità e/o per inadeguatezza educativa, le classi d'errori educativi commessi con maggiore frequenza dai genitori si riferiscono alle conseguenze determinate da scarsa attenzione, confusione, ignoranza e superficialità che interessano di solito i temi seguenti:

- **gli obiettivi educativi** – mancanza di chiarezza relativamente alla definizione, all'importanza ed alla priorità degli stessi (spesso per un genitore è importante ciò che per l'altro è irrilevante);

- **l'incoerenza educativa** – al bambino viene fatta esperire la dissonanza cognitiva rispetto alla decodifica del comportamento del genitore; per lo stesso comportamento del bambino, la risposta del genitore/i talvolta è tollerante, altre volte è punitiva;

- **la metodologia** – per inadeguata conoscenza dei principi dell'apprendimento, nella relazione educativa vengono rinforzati i comportamenti problema ed ignorati quelli adeguati;

- **la distribuzione dei compiti** – esiste un forte squilibrio fra l'assunzione del ruolo educativo e la realizzazione dello stesso da parte della madre (inteso in termini di frequenza ed intensità), rispetto a quello del padre.

Più avanti daremo spazio e analizzeremo più dettagliatamente tali temi, al fine di definire e precisare le coordinate entro le quali traggono una precisa giustificazione indicazioni operative che articoleremo per le diverse fasi di sviluppo del bambino.

1.2. Le diversità personali

Se analizziamo il declinarsi dei ruoli educativi da parte dei due genitori, è facile e naturale rilevare differenze significative nelle modalità comunicative coi propri figli, nella quantità di tempo dedicata ad essi, nella qualità stessa, nelle aspettative future, ecc. Affermare che ciò dipende dalle differenze psicologiche di ognuno, dal grado di cultura, dalle esperienze pregresse (stili educativi dei propri genitori, ecc.), o da altri fattori è corretto. Tuttavia intendo condurre il lettore a riflettere su alcune caratteristiche psicologiche che possono contraddistinguere la coppia genitoriale in merito a abitudini, relazioni fra i membri, modalità comunicative, gestione dell'affettività, interventi disciplinari, ecc.: in una parola gli "stili educativi".

Come fare il genitore

Tali caratteristiche interessano diversamente padre e madre rispetto alla struttura cognitivo-emozionale, alle proprie esperienze di "figlio/a", alle influenze reciproche ed al livello di consolidamento raggiunto come "coppia".

In ogni cultura, oggi come nel passato, il compito di allevare i figli e educarli, costituisce uno fra i tanti comportamenti appresi dalle singole generazioni. Le modalità attraverso le quali si realizza tale compito, sono sempre state fortemente influenzate dagli aspetti socio-culturali e storici, dai valori comunemente condivisi dai membri della comunità, dalle condizioni economiche, dal grado d'istruzione e caratteristiche personalologiche dei singoli soggetti (genitori). Tuttavia la diversità della struttura cognitivo-emozionale dei due genitori, rispetto a tali influenze, ha un ruolo centrale e preminente nella costruzione degli atteggiamenti educativi. Vediamo come si articolano tali differenze rispetto ad alcune variabili, importanti del processo relazionale- educativo.

Variabile 1 - L'immagine di sé

Il primo aspetto, interessa il modo di vivere ed esercitare il ruolo di madre e padre rispetto all'immagine che ognuno ha di sé, al valore che ognuno dà alla relazione, sia con i figli che con il proprio partner, alla stima del tempo che ognuno ritiene di dover legittimamente dedicare a se stesso, ai ritmi e tempi personali per organizzare la vita quotidiana, alle priorità sulle cose da fare ogni giorno, ai modi con cui farle, ecc.

Il meccanismo psicologico che regola questi aspetti, com'è noto, deve fare i conti da un lato con le capacità cognitive, dall'altro con la stabilità e controllo delle emozioni dei singoli genitori. Nelle condotte relazionali ed educative, una eccessiva diversità individuale fra i due genitori, spesso è alla radice degli errori educativi soprattutto in relazione all'immagine di sé. Un padre il cui comportamento è costantemente indirizzato alla conferma della propria "forza e determinatezza", molto probabilmente sarà spinto ad assumere comportamenti educativi, volti quasi esclusivamente a far prevalere le norme e le regole, a scapito della qualità dei rapporti. In assenza di alcun correttivo, avremo il consolidarsi dello stile direttivo del tipo "padre-padrone".

Così quella madre, che ritiene di poter realizzarsi solo attraverso la ricerca costante del "comprendere sempre e comunque marito e figli", poiché tale comportamento è funzionale ad un equilibrio che fonda la sua stabilità sul bisogno di configurarsi nei confronti degli altri quale "immagine positiva", non può che proporre un modello debole, insicuro, indeterminato. Altresì, se la caratteristica principale della relazione educativa della madre è quella di assumere, di volta in volta comportamenti diversi, punitivi o meno, a seconda della situazione emozionale di cui lei è pervasa in quel determinato momento, avremo il determinarsi e il prevalere, nella famiglia, di uno di stile "a corrente alternata", che genera solo incertezze, dissonanze cognitive e confusione nel bambino.

Stili relazionali e modalità educative eccessivamente diverse e/o contrapposte, non giovano certo ad un regolare e produttivo percorso di costruzione delle sicurezze personali nei figli.

Variabile 2 - Flessibilità

Essere flessibili o essere rigidi nei rapporti con il proprio partner e con i figli, è uno dei fattori che possono determinare lo stile educativo che viene a radicarsi nella famiglia. Generalmente, la logica della compatibilità e della flessibilità, sembra annettersi più alla figura femminile che a quella maschile. Il motivo sta forse nella

Come fare il genitore

necessità, per la donna, di "tenere sempre e comunque insieme la famiglia". Nel menage quotidiano, ciò può tradursi in atteggiamenti volti ad interpretare e giustificare i comportamenti dei membri (marito, figli), anche al di là della portata e del significato degli stessi, non sempre in linea con il rispetto delle regole, delle responsabilità, dei ruoli, dei carichi di lavoro e/o delle necessità dei singoli.

Ad esempio se lui torna dal lavoro, si sdraia sulla poltrona, aspettando, magari con insofferenze, di andare a tavola, ecc. e ciò accade quasi sempre, i figli dovrebbero aver diritto, tornati da scuola, ad installarsi davanti alla televisione e sbuffare e/o protestare perché "...ancora non si va a tavola". In questo esempio, qualora ciò accada, il silenzio della madre volto a "...tenere insieme la famiglia" è quanto di più diseducativo possiamo immaginare e che marca fortemente la disparità fra i coniugi-genitori. Allo stesso modo possiamo annoverare, rispetto ai concetti flessibilità-rigidità, le eventuali reazioni aggressive ed esplosive della mamma, rispetto ai figli, della moglie, rispetto al marito.

Variabile 3 - Il figlio come continuazione del sé

Nella nostra società, diversamente dal passato, le nuove coppie pensano anche al figlio che nascerà, anche se, per molte situazioni è prioritario il posto di lavoro, la stabilità dello stesso, la carriera, ecc. La nascita di un figlio, pertanto, non è un evento immediato bensì qualcosa che può essere programmato ma che si avvererà nei tempi dovuti e rappresenta, nell'immaginario collettivo ma anche e soprattutto in quello personale, la continuazione di sé stessi.

Vediamo qualche breve esempio delle differenze psicologiche rispetto all'evento stesso.

L'immagine del figlio che "verrà" configura qualcosa di diverso per i padri e per le madri ed è in relazione con la propria sensibilità, con le proprie aspettative. Dal punto di vista dell'impegno personale e delle relative condotte educative (immaginate), la madre è più coinvolta nel raffigurarsi e pensare, superata la paura del parto, come sarà la cura del bambino nei primi anni di vita. Inoltre il ritratto che le madri si immaginano del figlio/a ha spesso maggiore attinenza con l'aspetto fisico, con le doti psicologiche ed intellettive, ecc. Nelle fantasie del padre invece sono più frequenti le incursioni di immagini in relative al futuro del figlio: da grande cosa diventerà, farà carriera, sarà all'altezza delle situazioni, ecc.

Evidentemente tali diversità ed altre ancora evidenziate dagli studi della psicologia, dipendono sia dalla diversa psicologia dell'uomo e della donna, sia dalla qualità e dalla natura delle rispettive esperienze passate e modelli proposti a suo tempo dai rispettivi genitori della coppia. Nelle situazioni che sono legate ad un passato positivo, la costruzione dell'immagine futura del figlio assume colorazioni altrettanto positive. Diversamente, nelle situazioni di una memoria di eventi e storie negative, si pensa a "lui" come un qualche cosa di sacro che va difeso: "...lui non dovrà patire come me, non dovrà sopportare ciò che io ho dovuto sopportare, ecc.".

La memoria del passato

E' indubbio che la storia personale di ognuno di noi, determina molte nostre scelte, oltre al nostro carattere, al modo di porci, di pensare, di scegliere, ecc. Rispetto al ruolo educativo (e/o genitoriale), viene spontaneo pensare ai propri genitori e a come loro si rapportavano con noi. La realtà è che, anche nel caso di un rifiuto di tali

modelli, la coppia genitoriale non può fare riferimento ad un modello specifico cui ispirarsi per l'esercizio dei compiti educativi, perché spesso non ha avuto modo di conoscere ed apprendere quelli "possibili ed idonei".

Così nella coppia, spesso possiamo notare processi e percorsi di costruzione di identità genitoriali-educative "pasticciate" che, o si limitano a replicare gli errori più madornali dei propri genitori, o sono la copia in negativo del loro stile educativo, oppure sono semplicemente l'effetto palese di ignoranza, egoismi, inadempienze, tutti aspetti deleteri per i destinatari (figli). Ciò che solitamente si nota, nella coppia non formata e legata alle memorie del passato, è l'asimmetria dei compiti e delle responsabilità circa le condotte educative e gli impegni quotidiani. Ruoli e funzioni sono diversificate nella coppia, per motivi unicamente legati al genere (io sono il maschio, tu la femmina) ed ha come conseguenza carichi di responsabilità diversi rispetto ai doveri educativi.

1.3. Modelli educativi: una rassegna.

Sappiamo che esiste una relazione diretta tra capacità/incapacità dei genitori ad assicurare un percorso educativo stabile ed adeguato e risultati sul piano dello sviluppo e della futura personalità del bambino. Le scienze della formazione hanno più volte posto l'attenzione nei riguardi di tale relazione ed in particolare al rapporto tra stili e modelli educativi e effetti sulla formazione. In uno studio abbastanza recente (Nardone et al. 2001), vengono descritti sei tipi di modelli: *autoritario*, *democratico-permissivo*, *iperprotettivo*, *intermittente*, *sacrificale*, *delegante*. Di seguito vengono riportate, in sintesi, le caratteristiche di maggior rilievo di ognuno.

1. Il modello autoritario

È un modello di tipo arcaico, ma ancora diffuso soprattutto nelle zone rurali ed in alcune regioni del sud e del nord-est del paese. Le norme e le regole vengono imposte e non si discutono. Il ruolo del padre è quello di "padre-padrone", quello della madre è caratterizzato da uno stile educativo altrettanto rigido. Di solito la madre assume il ruolo di mediatore, oppure utilizza i figli per compensare il suo ruolo di vittima. Lo stile comunicativo tra la coppia genitoriale ed i figli è essenzialmente unidirezionale e privo di dialogo.

Di conseguenza viene trasmesso il principio del potere come "valore". Questo stile educativo, inoltre, è spesso caratterizzato dalla tendenza a notare ed ingigantire gli errori e i difetti commessi dal bambino. Il genitore interviene costantemente per rimproverare ogni minimo difetto, ogni comportamento negativo.

Rare sono le volte in cui sono sottolineati e rinforzati gli sforzi ed i comportamenti positivi dei figli. L'interazione comunicativa avviene quasi esclusivamente sotto forma di rimprovero, manifestazioni di biasimo, commenti moralistici, ecc.

In questo modo l'adulto difficilmente nota i comportamenti adeguati del bambino, mentre è sempre pronto a coglierlo in fallo.

Questo stile determina nel bambino paura di sbagliare, paura di essere disapprovato, isolamento sociale, basso livello di autostima, comportamenti di evitamento.

Così i figli obbligati ad adeguarsi al modello autoritario, spesso realizzano le proprie aspirazioni in situazioni di "clandestinità" e/o tentativi di "fuga" non solo fantastici.

2. Il modello democratico-permissivo

Gli studi sociologici collocano la comparsa di questo modello intorno agli anni '70. In casa non esistono particolari gerarchie, tutti i membri sono "amici". Tutte le norme e regole non vengono imposte ma si discutono: si discute di tutto, anche delle cose che appartengono al privato dei singoli genitori. Madre e padre fanno a gara per dimostrare chi è più permissivo, vi è quindi un'assoluta rinuncia e mancanza di un qualsiasi "ruolo" direttivo. I genitori sono "amici e confidenti" dei figli, almeno fino a quando non sorgono problemi o contrasti. Le conseguenze più eclatanti sono le discussioni prolungate ed infruttuose. Si registra inoltre una marcata carenza di assunzione di decisioni connesse ai "costi personali" conseguenti alle scelte personali ed ai comportamenti. Di fronte ai "conflitti" relazionali (o normativi) i genitori non sono un punto di riferimento. I figli considerano "deboli" i propri genitori. Nasce in tal modo la tendenza alla ricerca (esterna alla famiglia) di un "eroe" - "trasgressivo" cui ispirarsi (esempio: bullismo).

3. Il modello iperprotettivo

Questo modello è tipico di genitori che cercano di evitare al bambino ogni minima frustrazione, perché temono che potrebbe soffrire in modo irreparabile per il resto della sua vita. Ciò può costituire un grosso problema in quanto viene ostacolata nel bambino la possibilità di imparare a tollerare i disagi e le frustrazioni. Il bambino viene al mondo con una capacità di tollerare la frustrazione che è a livello zero. La tolleranza ad essa si sviluppa gradualmente con l'esperienza durante la crescita, ma se il genitore impedisce questo sviluppo, il bambino si sentirà sopraffatto quando si troverà in circostanze che provocano in lui disagio o sofferenza anche minima. In seguito questo modello prende anche un'altra piega. La paura e l'ansietà del genitore e il modello d'iperprotezione genera l'idea che ai figli è necessario dare tutto e di più, essi non devono "soffrire". Tale atteggiamento nel tempo determina una clima familiare da "gabbia d'oro". Anche l'acquisizione e il rispetto delle regole è un fatto relativo. A fronte delle trasgressioni, gli interventi educativi sono blandi, ogni cosa è facilmente sanabile ed appianabile.

Col tempo nasce e si sviluppa nei figli l'idea che tutto è dovuto, non è necessario alcun impegno personale per ottenere le cose. Così s'instaurano livelli comunicativi essenzialmente unidirezionali, cioè volti solo a chiedere, chiedere, e ancora chiedere. Nei genitori si radica l'idea che il compito di risolvere i diversi problemi è un loro compito. Anzi, per evitare disagi e problemi in famiglia, è necessario anticipare la soluzione degli stessi prima che questi si presentino. Passa il messaggio "lascia fare a noi, tanto tu non sei capace", di conseguenza i figli non si cimentano quasi mai nei confronti delle difficoltà e non imparano a gestire e controllare l'ansia e la frustrazione. Anche se hanno capacità e talenti, questi spesso restano inutilizzati.

4. Il modello intermittente

I genitori che presentano questo stile, tendono a gratificare o a punire il bambino a seconda del loro umore anziché in base all'adeguatezza o meno del comportamento. Spesso rimproverano i figli per le trasgressioni e gli errori, senza però pre-stabilire regole chiare. Le relazioni educative pertanto oscillano continuamente da un rapporto autoritario a quello permissivo. Ad esempio per quanto riguarda l'acquisizione ed il rispetto delle norme, ora è necessario rispettare formalmente e rigidamente le regole, ora non è necessario. In tal modo prima viene sostenuto il ruolo della norma, poi la stessa viene sconfermata, alternando in tal modo l'immagine ed il ruolo di educatori.

Come fare il genitore

Tale modello semina dubbi, continua autocritica, determinando instabilità. Fra genitori e figli si assiste ad un'alternarsi di momenti collaborativi con momenti di ribellione. I figli crescono con dubbi ed insicurezze che possono generare personalità sofferenti e problematiche. Il flusso comunicativo è bidirezionale ma poco efficiente perché ognuno (emittente-ricevente) mira a capire che cosa succede. Lo stile educativo caratterizzato da incoerenza, genera convinzioni erronee del tipo: "Qualsiasi cosa io senta di fare è giusta"; "E' troppo faticoso cercare di essere coerenti"; "Sono troppo debole e privo di risorse per sapere ciò che è giusto fare".

5. Il modello sacrificale

E' fortemente caratterizzato dal comportamento volto al "sacrificio" da parte dei genitori, cioè nella famiglia vige un altruismo unidirezionale ed insano nei confronti dei figli. Cioè il sacrificio (dei figli) non è necessario. Tutto può essere perdonato. I genitori ora sostengono il ruolo sacrificale, ora lo negano come "valore". I figli devono essere iper-perdonati; iper-dotati di ogni *opzional* (dal telefonino al vestiario di marca, ecc.).

La comunicazione genitori-figli è infarcita di ambigui messaggi connessi al sacrificio del genitore. Una delle conseguenze più gravi, è data dal fatto che questo modello quasi sempre semina sicurezze fasulle e determina un fondo, potenzialmente latente, di aggressività nei figli. Così questi crescono viziati e con la convinzione di vivere in una famiglia "soffocante". Talvolta per sottrarsi a tale clima, le reazioni dei figli, sul piano del comportamento sociale, possono determinare il bisogno di aggregazione a gruppi esplosivi (ultras, naziskin, ecc.). Da qui la genesi di una possibile matrice cognitiva che genera ideazioni quali "io lotto e mi sacrifico per salvare la comunità da inquinamenti, ecc."

6. Il modello delegante

Questo modello è riscontrabile con una frequenza minore rispetto agli altri modelli. Si tratta di situazioni in cui, per diverse ragioni, la famiglia si connota come "famiglia allargata", cioè con la presenza costante di nonni, zii, amici, ecc. Ne consegue che, rispetto ad altre realtà familiari, aumenta il meccanismo della delega dei compiti educativi. Se la delega poi è assunta principalmente dai nonni, i genitori stessi mantengono il ruolo e la dimensione di "figli". Inevitabilmente in questi tipi di nuclei familiari, vige e si consolida un continuo cambiamento di riferimenti educativi. Ad esempio a livello di flussi comunicativi, si possono registrare continui fenomeni di ambiguità ed interferenze rispetto alla definizione delle norme e delle regole comportamentali. Così nelle dinamiche si apprendimento dei diritti e dei doveri, si generano situazioni conflittuali, poiché gli insegnamenti provengono alternativamente da soggetti (adulti) diversi. Da un lato i figli devono seguire l'esempio proposto (ma questo è ambiguo), dall'altro però il modello (esempio) genera e semina incertezza circa l'autorevolezza dell'adulto. I figli non sanno a chi rivolgersi e quale modello seguire, e per sottrarsi a tale situazione, molto spesso vanno alla ricerca di modelli esterni alla famiglia.

Tabella comparativa dei modelli educativi

| Modello | Effetti sul comportamento |
|-------------|--|
| Autoritario | potere = valore; bisogno di sottrarsi dalla realtà e di sopraffare; vissuti fantastici |
| Democratico | inadeguatezza di fondo, difficoltà a perseguire obiettivi concreti, |

Come fare il genitore

| | |
|----------------|--|
| permissivo | tendenza alla trasgressività, emulazione dell'eroe (ma fantastico) |
| Iperprotettivo | attitudini basiche di sfiducia (rinuncio, non sono capace), ansia e incapacità a gestire le frustrazioni, difficoltà ad esprimere i propri talenti |
| Intermittente | instabilità di fondo dovuta a continui dubbi ed autocritica eccessiva; alternanza fra ribellione-adattamento; personalità sofferente |
| Sacrificale | sicurezza di fondo fasulla; aggressività latente; bisogno della gang (ideali di pulizia etnica...) |
| Delegante | sfiducia nelle proprie possibilità, difficoltà ad identificarsi in principi morali (o modelli); ricerca continua di modelli stabili |

Ovviamente nella realtà, difficilmente si riscontrano nuclei familiari in cui sia possibile registrare un'esatta corrispondenza tra uno degli stili e modelli educativi sopra descritti e la prassi educativa di ogni giorno.

Tuttavia a commento delle descrizioni fornite da tali modelli, è opportuno sottolineare ancora una volta la grande influenza del rapporto educativo genitori-figli. Ogni settore della personalità viene segnato spesso in maniera indelebile. Pensiamo ad esempio alla sottovalutazione da parte dei genitori, rispetto all'esercizio di un chiaro indirizzo nella disciplina. Il timore o l'indifferenza verso situazioni che, per motivi disciplinari, possono produrre conflitti coi figli e la successiva tolleranza, già nei primi anni di vita dei figli, nei confronti di comportamenti trasgressivi rispetto alle regole da rispettare, costituisce una vera e propria rinuncia al ruolo educativo. Ruolo che, certamente deve saper assicurare in famiglia un clima sereno, affettivo e di amore, ma che comporta anche l'esigenza di far confrontare i figli con i divieti, i limiti, le regole. E' importante e fondamentale per la crescita della personalità, che i figli siano posti nelle condizioni di imparare, fin da piccoli, a gestire e tollerare le frustrazioni, a rinunciare alle proprie prese di posizione, a saper posticipare in un futuro anche non sempre definibile, diritti, desideri ed aspirazioni personali se in conflitto con le regole e norme.

Uno stile educativo che non riesce a delimitare i confini tra ciò che è permesso e si può fare e ciò che non si può, in cui è assente un'azione educativa ferma e responsabile, ha come effetto di limitare notevolmente l'evolversi naturale dei processi di crescita e maturazione, inoltre impedisce l'instaurarsi di relazioni aperte al dialogo, alla responsabilizzazione ed al futuro distacco, da parte dei figli, dalla famiglia.

Capitolo II

DAL PROGETTO DI VITA AL PROGETTO EDUCATIVO

2.1. Un progetto di vita

L'attesa prima e la nascita di un figlio poi, comporta la trasformazione della diade, lui-lei, nella triade padre-madre-figlio, con connotazioni e significati sia a livello personale ed esistenziale sia a livello di ruoli e compiti. Indubbiamente tale trasformazione è molto più marcata e impegnativa quando trattasi del primo figlio.

Responsabilità e legami mutano radicalmente, poiché se e vero che "essere coppia" è una realtà che può avere termine, "essere genitori" significa esserlo "per sempre".

In molte situazioni, il desiderio condiviso di avere almeno un figlio costituisce un motivo ed un'aspirazione fondamentale, che nelle situazioni più equilibrate e responsabili, sottende la visione di una relazione mirata al progetto di vita "famiglia" più che al "progetto "coppia". In tutti i casi, la nascita del figlio produce cambiamenti di rilievo in cui, oltre ai nuovi compiti, la coppia genitoriale è chiamata a mettere in atto tutta una serie adattamenti, magari da tempo solo ipotizzati, comunque indispensabili per il funzionamento della nuova realtà familiare.

Rispetto al rapporto, la coppia vive una nuova situazione dagli effetti positivi che possono interessare ulteriore avvicinamento reciproco e assestamento della relazione, gratificazione ed arricchimento del sé, sentimenti di completezza, identificazione col figlio, ecc. Contemporaneamente però, lui e lei devono far fronte ad effetti negativi quali l'aumento dell'impegno per la cura del bambino, l'eventuale diminuzione dei rapporti sessuali, i sentimenti di inadeguatezza rispetto alla cura del bambino, le restrizioni dei rapporti sociali, ecc.

Sappiamo che, a seconda del livello raggiunto fino a quel momento dalla storia pregressa di "vita di coppia", circa la stabilità e coesione interna, le aspirazioni personali, la condivisione di un chiaro "progetto di vita", sugli effetti sopra indicati (positivi o negativi) avranno un impatto diverso su ognuno dei due genitori

2.2. La coppia e il progetto di vita

E' stato chiamato in causa più volte il termine "progetto di vita". Vediamo gli aspetti di maggior rilievo e come questi si rapportano con la realtà e coi compiti di un "progetto educativo". Si tratta di capire che cosa "condividiamo" o meglio che cosa condividono i genitori in merito allo stile ed al modello educativo che ognuno di loro ha in mente, spesso in modo confuso.

Diverse persone interrogate, affermano che condividono molte cose della persona con cui vivono. Se poi andiamo a verificare con domande specifiche, scopriamo che non sanno in realtà quali sono quelle cose.

Nel lavoro di consulenza alla coppia genitoriale, fra le altre, le richieste più frequenti riguardano le modalità per affrontare problemi legati ai comportamenti inadeguati dei figli. Di solito ciò interessa la fase dell'adolescenza del/dei figli, quando sorgono problemi disciplinari nei confronti dei quali i genitori sembrano avere le armi spuntate, non sanno che pesci pigliare, non sanno più come comportarsi, quali sanzioni o quali provvedimenti prendere. E' chiaro che a questo punto è molto più arduo intervenire, poiché, nella stragrande maggioranza dei casi, siamo di fronte agli effetti di condotte

educative pregresse, connotate da errori madornali, confusione dei ruoli, inadeguato senso dell'amore per i figli, ecc.

Proseguendo nei colloqui di accertamento e di analisi dei problemi, emerge chiaramente un dato: i genitori non hanno mai avuto modo di mettere a punto e condividere un preciso e chiaro "progetto di vita" per sé, né tanto meno e di conseguenza uno finalizzato all'educazione dei figli. Vediamo allora di delineare i possibili passi, come cioè la coppia può attrezzarsi per prevenire tali danni ed effetti negativi.

Lineamenti per un progetto di vita di coppia.

Alcuni aspetti e della relazione di coppia, rivestono particolare rilievo poiché sono in grado di favorire e aumentare i legami affettivi e d'amore, oppure determinare il fallimento e la dissoluzione del rapporto. Si tratta di caratteristiche che interessano sia aspetti personali, sia aspetti squisitamente relazionali, comuni in ogni coppia. Gli stessi giocano un duplice ruolo: soddisfare i bisogni reciproci e garantire una qualità di vita accettabile. In sostanza sono condizioni che fanno star bene ed hanno la facoltà di accrescere la stabilità della coppia.

Due persone che decidono di stare insieme, di fare coppia, o di fatto lo sono da tempo, dovrebbero aver chiari i motivi di tale scelta. Spesso ciò non è scontato.

C'è una domanda importante, cui forse non è mai stata data una precisa risposta.

"Che cosa condividiamo ora o dividevamo nel momento in cui abbiamo deciso di unirici per costituire una famiglia?" Inoltre è necessario che la coppia sia in grado di verificare se, nel corso del tempo, c'è stato modo di mettere a confronto il significato e la valenza di tali motivazioni, sia in rapporto all'immagine di sé (autostima, soddisfazione, ecc.), sia in rapporto alla conseguente qualità di vita in due, auspicata o solo immaginata.

Chiamiamo tale possibile "*condivisione*" il loro "*progetto di vita*".

La pratica di *counseling* alla coppia da un lato e le acquisizioni in campo psicologico, concordano nell'imputare ad alcuni fattori specifici, un ruolo prioritario e determinante per il raggiungimento e mantenimento della stabilità del rapporto e, conseguentemente, anche rispetto al livello raggiungibile in termini di "qualità".

Di seguito vengono descritti alcuni di tali fattori che, secondo la psicologia della coppia, costituiscono in generale i paradigmi critici su cui dovrebbe fondarsi un "*progetto di vita*". Sono gli elementi di forza che giustificano e reggono nel tempo il progetto stesso. Proviamo ad analizzarli.

A – Conoscere per amare.

Il rapporto di coppia, è per sua natura caratterizzato da un'interazione dinamica e persistente tra due persone, che comunicano sulla base della presunzione di una conoscenza. L'aspetto della conoscenza, quindi, è un elemento critico. Spesso si vive nella convinzione di conoscere il proprio partner, tranne poi scoprire che di questa persona con la quale si è vissuto magari per molto tempo, non è "quella/o" che noi pensavamo. Il problema nasce dal fatto che, all'inizio della relazione, è quasi naturale che si agisca con lo scopo di far conoscere solo la parte migliore di sé. In molti casi però, ciò si perpetua e continua nel tempo.

Come fare il genitore

Per evitare di partire fin dall'inizio col piede sbagliato e premunirsi per quanto possibile da future delusioni, uno degli obiettivi perseguibile ed identificabile chiaramente in un "progetto di vita" (di coppia) dovrebbe interessare proprio la conoscenza profonda dell'altro per poterlo amare meglio.

Come fare?

L'incontro fra due persone, può avvenire per i più svariati motivi ed occasioni. Quando inizia a stabilizzarsi, è forte il desiderio reciproco di conoscersi. Dopo la prima e talvolta più immediata conoscenza sul piano sessuale, segue inevitabilmente il desiderio di confrontare il proprio mondo di esperienze con quello del proprio partner. Si tratta d'informazioni volte alla ricerca di eventuali "corrispondenze". Le corrispondenze tranquillizzano perché non costituiscono né fanno paventare eventuali motivi di scontro. Quindi, in teoria, fanno accrescere l'amore per l'altro. Ma non è proprio così facile, né così scontato. Vediamo perché.

Inizialmente è facile che si parli di gusti, di *hobbies*, di abbigliamento, di sport, di musica, di cinema e altre cose ancora. Qualunque sia la natura delle informazioni ricercate in tal senso, spesso si vive nella convinzione-illusione che le stesse concorrono alla conoscenza dell'altro. Ma i mondi esperenziali di ognuno, in realtà, sono costituiti e si reggono su un'altra categoria di fattori, quella dei valori. Parliamo di principi etici, morali, religiosi ed altro ancora che ispirano e sono a fondamento del comportamento di ognuno.

Non sempre e non immediatamente la ricerca di corrispondenze interessa la scala dei valori. Si tratta della parte più intima e segreta di ognuno, il cui accesso è spesso impedito da motivi e paure più diverse. Nasconde però l'essenza della persona. Tale essenza può corrispondere o meno a ciò che ognuno cerca nell'altro. Può costituire ricchezza personale cui attingere ed affidarsi nei momenti più critici della vita di coppia o meno. Conoscere tale dimensione, pretende e comporta uno sforzo reciproco, ma rappresenta un obiettivo irrinunciabile. In concreto ciò significa cimentarsi fin dall'inizio della relazione ed in modo esplicito, nella pratica dei "valori" anziché nella discussione degli stessi. Ciò permette di capire, in modo chiaro ed esplicito, di "che si parla". Di verificare quanto ognuno è in grado di rinunciare per l'altro, quanto è in grado di fare. E' un'operazione non facile, ma vale la pena di praticarla poiché l'effetto aggiuntivo è costituito dal fatto che in tal modo si facilita il consolidamento dell'amore, dall'altro si mette in atto concretamente "l'accesso alle differenze personali".

B - Coltivare la stima.

L'autostima è un sentimento che ci accompagna, fin da piccoli, in tutte le nostre azioni. Tale dimensione psicologica, necessità per ognuno di continue conferme. La riuscita nei compiti quotidiani, così come nel lavoro e nelle attività maggiormente impegnative, è il carburante per poter procedere e sentirsi soddisfatti. Fin dall'infanzia, il riscontro più importante è quello che deriva dalle persone che amiamo e stimiamo di più. In seguito l'attenzione è rivolta al riscontro fornito dal gruppo dei coetanei, quindi del proprio partner. Allora perché non coltivare ed alimentare l'autostima proprio nella vita di coppia? Attenzione! Non si deve cadere nella trappola di dare tutto per scontato, "...lei/lui...sa che lo stimo, non c'è bisogno che glielo dica...". Perché invece non confermare sistematicamente questi sentimenti? Perché farsi condizionare dalla *routine* o dall'idea che l'altro non abbia bisogno delle mie attenzioni e conferme?

E' sempre forte, anche se spesso latente, il desiderio di risultare "*persona positiva*" agli occhi del proprio partner, anche se la convivenza è datata. Le espressioni di stima reciproca, unitamente ad altri eventi quotidiani, concorrono a costruire quella "conoscenza" dell'altro capace d'innestare meccanismi di tolleranza e comprensione, spesso necessari soprattutto quando nella coppia sorgono conflitti. In questi casi, il credito attribuito all'altro, permette e favorisce il comportamento empatico, ovvero quella predisposizione e condizione personale per cui si analizzano gli eventi, i fatti, le emozioni cercando di mettersi nei panni dell'altro, per capire anziché giudicare.

C – Superare i conflitti.

Un conflitto nasce quando le ideazioni e l'analisi sulla realtà, di lui e di lei, non coincidono per i motivi più diversi. Ciò crea disagio personale, desiderio reciproco di controllare la situazione, di gestire l'altro e condurlo verso la propria soluzione. Evidentemente ciò non avviene, sia perché s'innestano meccanismi aggressivi che, prendendo corpo alterano ulteriormente il clima del rapporto, sia perché accettare la posizione dell'altro significa nella gran parte delle situazioni fare o avallare qualcosa che non si accetta.

Ciò che costituisce la maggiore minaccia per la coppia non è il conflitto in sé, ma la rigidità dei singoli che determina difficoltà nella ricerca di mutue strategie di soluzione. E' necessario sapere però, che apprendere a gestire i conflitti arricchisce la relazione, rafforza la convinzione che la relazione può essere mantenuta anche sotto stress. Un altro aspetto positivo è che i conflitti fanno prendere coscienza dei problemi, liberano la relazione da costrizioni e risentimenti.

Quindi poiché nella vita a due i conflitti sono inevitabili, devono rappresentare occasioni per migliorare la qualità dei rapporti interpersonali, per scoprire se stessi e l'altro. L'obiettivo è imparare, fin dall'inizio della relazione, a gestire e superare le situazioni conflittuali.

Imparare ad affrontarli in modo positivo migliora la vita. Esistono alcuni suggerimenti e regole per gestire i conflitti: ascoltare in modo attivo, esprimere sensazioni e sentimenti, mettersi nei panni dell'altro, saper trovare soluzioni nuove, controllare la rabbia e il linguaggio, evitare di giudicare troppo in fretta l'opinione dell'altro giudizio dell'altro, non avere fretta di risolvere il problema, nel dialogo non volere sempre l'ultima parola, non insistere su principi che in realtà sono preferenze, evitare le inferenze, ecc. Vedremo più avanti un esempio di gestione pratica del conflitto.

D - Operare per il reciproco benessere.

Il buon andamento del rapporto di coppia, viene misurato da un particolare indicatore: la voglia di stare insieme. In coppia si vive in due, con bisogni, motivazioni, obiettivi, interessi, aspettative e desideri diversi. Agire quotidianamente con l'obiettivo di perseguire il "bene" dell'altro, costituisce la condizione per far nascere il "senso del noi", complicità tipica delle coppie molto unite. Nella pratica, oltre alle incombenze normali, il bene dell'altro lo si pratica nei momenti delle decisioni di rilievo, quelle che costano, che comportano rinunce personali: la professione, le scelte economiche che impegnano, l'educazione dei figli, ecc. Il bene dell'altro diviene benessere reciproco quando è dato modo ad ognuno di godere di spazi personali come vedremo più avanti. E' opportuno che il "senso del noi" non si identifichi unicamente nelle cose che nostro malgrado dobbiamo fare insieme per fare andare avanti la casa, per guidare e sostenere i figli. Ci sono momenti che vanno programmati, in cui si trova il tempo per

dedicarsi unicamente all'altro. Si tratta, ogni tanto, di "fuggire" per quel tempo necessario che può soddisfare il bisogno di stare lontani dai figli, dalle incombenze, dagli amici, da tutto. Ciò deve dare la possibilità di ravvivare l'amore, l'attività sessuale, l'attenzione e cura dell'altro in esclusiva.

Il "senso del noi" comporta l'affidarsi all'altro senza se e senza ma. Quando si consolida e diviene un costume di vita di coppia, concorre a costituire una invalicabile barriera agli assalti della noia e del quotidiano. Diversamente, quando e se prevalgono egoismi personali comunque espressi, il percorso volto alla crescita e consolidamento del legame emotivo-affettivo e dell'amore risulta piuttosto impedito.

Salto pagine

2.3. La coppia e il progetto educativo

Uno dei principali fini dell'educazione, è imparare a diventare responsabili, cioè prendere atto del rapporto esistente tra le proprie azioni e le conseguenze che queste hanno sugli altri e su di sé. I genitori sono coloro che per primi hanno il compito perseguire tale fine e spesso non sono preparati per tale impegno così gravoso. E' necessario un progetto, possedere competenze ed altro ancora. Siamo convinti che, con un minimo d'impegno, delineare un progetto educativo non è poi un'impresa impossibile. Più complicato è metterlo in atto con coerenza. Spesso non si riflette abbastanza che progettare, aiuta in seguito a verificare, con dati alla mano, che cosa effettivamente si è stati in grado di ottenere. Vediamo dunque quali sono le cose più importanti che costituiscono i contenuti di un progetto educativo per i genitori.

Passare dalla condizione di "essere coppia" a quella di "essere genitori" ed educatori, significa impegnarsi seriamente e mettere in atto comportamenti per perseguire specifici obiettivi, avendone le competenze.

La stabilizzazione ed il consolidamento del rapporto di coppia, generalmente favorisce la delineazione dei punti essenziali per un progetto educativo. D'altra parte siccome non si nasce genitori ma si diventa, avendo chiaro che cosa si aspira e si vuole per i propri figli, diventa più agevole realizzare tale aspirazione. Ci saranno quindi dei valori da cui non ci si discosta, così come ci saranno delle modalità nel praticare i comportamenti finalizzati.

Un "progetto educativo" è costituito da obiettivi e metodi condivisi, che vengono realizzati in concreto, grazie a capacità specifiche che possono essere apprese. Inoltre la condizione essenziale è che il compito educativo venga gestito e attuato quotidianamente da entrambi i genitori. Analizziamo dunque gli obiettivi ed i metodi.

Gli obiettivi

La definizione degli obiettivi, è un'operazione che descrive le conoscenze e le abilità che un bambino deve possedere in seguito all'interazioni educative e d'insegnamento. Per essere condivisibili, gli obiettivi devono essere chiari, cioè fare riferimento a comportamenti visibili registrabili, che non diano adito ad ambiguità interpretative. Per il periodo evolutivo da noi considerato, prima e seconda infanzia, gli obiettivi di maggior rilievo interessano principalmente l'acquisizione di abilità cognitive, emotivo-affettive, sociali e di autonomia. In tale contesto, la finalità è collegata all'apprendimento delle regole e delle norme, cioè di quell'autodisciplina che regola i rapporti sociali. Nei capitoli che seguono verranno descritte le abilità presenti nel

Come fare il genitore

bambino, nelle diverse fasi di sviluppo considerate, unitamente alle indicazioni operative sul piano degli interventi.

A titolo del tutto indicativo, collocandoci come riferimento temporale al primo anno di vita del bambino, di seguito riportiamo tre esempi che descrivono essenzialmente obiettivi di carattere generale, uno per area considerata, con alcune semplici descrizioni delle diverse attività possibili.

Area cognitiva

Il periodo della prima infanzia, è quello in cui avvengono il maggior numero di cambiamenti nel bambino. Per quest'area di sviluppo, gli obiettivi principali interessano le abilità sensoriali, grosso e fini motorie e linguistiche. Fin dalla nascita, ma senza alcun accanimento, l'ambiente del bambino viene predisposto per favorire apprendimenti significativi. Ecco un esempio di obiettivo generale.

Obiettivo: Il bambino presterà attenzione a stimoli olfattivi, tattili e sonori (0-3m).

Attività: Prima di alimentarlo, avvicinare il bambino al seno o al biberon in modo che percepisca l'odore. Sorridergli, accarezzarlo, parlargli con tono contenuto, magari vicino all'orecchio, quindi nutrirlo.

Area emotivo-affettiva

La codifica cognitiva delle relazioni causa-effetto, diventa col tempo una modalità di risposta (pianto, sorriso, paura, ecc.) rispondente allo stato di benessere-malessere del bambino ed è quindi indicatore dell'emozione vissuta. Ecco un esempio di obiettivo specifico.

Obiettivo: Il bambino risponderà alla comparsa del viso di una persona o un oggetto (4-5m).

Attività: La mamma tiene in braccio il bambino, il papà avvicina la sua faccia a quella del bambino, facendo in modo di essere visto, quindi la mamma si allontana. La mamma controlla se l'espressione del viso del bambino cambia (piacere-dispiacere, sorpresa-gioia, ecc.) oppure è uguale a quella che manifestava prima nei suoi confronti. L'attività può essere ripetuta utilizzando giocattoli che attraggono l'attenzione del bambino.

Area sociale e dell'autonomia

Nella vita di ogni bambino, l'acquisizione di una regola è un percorso lungo e continuo che ha luogo a fronte di elaborazioni cognitive e conseguenti comportamenti, necessari per svolgere una serie di compiti proposti dagli adulti, senza incorrere in incidenti di percorso. Ciò comporta non solo valutazione cognitiva dell'evento, ma anche controllo delle emozioni e relativo "sacrificio". Il bambino deve rinunciare a qualche cosa, che costituisce un vantaggio immediato, per qualche altra cosa che ha valore sul piano dei rapporti sociali. Ovviamente con gli anni le regole cambiano, si moltiplicano e solo il lavoro pregresso, portato a termine con successo, è garanzia di adattamento, che poi corrisponde con l'insieme di abilità che costituiscono, nelle persona, il livello di adattamento sociale. Il senso di sicurezza che un bambino ritrova nell' eseguire le regole, è indicatore di un buon apprendimento, segno di maturità e di controllo emotivo. Ecco un esempio di obiettivo specifico.

Obiettivo: Il bambino, su ordine, porrà termine ad una attività (9-12).

Come fare il genitore

Attività: Durante il pranzo, con il cucchiaino il bambino prende dal piatto il cibo e lo versa sul tavolo. Il genitore dice NO con espressione risoluta, poi lo ignora, non lo guarda, fino a che non si ferma. A questo punto il genitore descrive e mostra al bambino cosa deve fare per pulire il tavolo (conseguenza), aiutandolo nell'operazione stessa. Quando il bambino si appresta ad eseguire l'ordine e lo porta a termine viene lodato (rinforzo).

Il metodo

Il metodo interessa il "come fare", come perseguire gli obiettivi, quindi configura le strategie più importanti che facilitano l'apprendimento. Rispetto al metodo, le indicazioni di maggior rilievo per i genitori possono essere riassunte in alcune semplici ma importanti regole.

Gestire insieme i rapporti educativi.

L'obiettivo è quello di equilibrare gli interventi del padre e della madre affinché non ci siano disparità nella gestione quotidiana dei figli. I genitori si sforzano di co-gestire quanto più possibile, ed in ragione anche del proprio tempo, non solo le diverse incombenze della vita di ogni giorno (lavori domestici, gestione economica, ecc.), ma soprattutto del tempo dedicato ai figli, ai loro bisogni, ai diversi problemi (scolastici e non), alle emergenze, ecc.

Sul piano della disciplina, se c'è disparità di vedute rispetto ad esempio ad aspetti significativi e di rilievo che riguardano, ad esempio, "...come comportarsi quando Giovanni non obbedisce", la discussione non deve avvenire davanti a Giovanni. E' opportuno, per evitare che il figlio assista alla discussione e si faccia un'idea sbagliata della coerenza esistente nei propri genitori, discutere separatamente il da farsi, quindi intervenire insieme e in modo non contraddittorio.

Nel caso di sanzioni per condotte riprovevoli e di rilievo, è preferibile che le stesse siano comminate congiuntamente e in presenza di Giovanni: ciò confermerà nel bambino l'idea che la sanzione è condivisa.

Eviteremo in tal modo che il bambino si faccia l'idea o strutturi la convinzione che un genitore gli vuol bene e l'altro no, che uno sia più cattivo dell'altro.

Proporsi come "modello".

Fin da piccolo il bambino guarda i genitori e apprende. I comportamenti dei genitori costituiscono un "modello potente", che ha nel bambino una forte valenza sul piano cognitivo, emotivo ed affettivo. Nei capitoli che seguono, vengono proposte diverse modalità che favoriscono la crescita e l'educazione del bambino. Uno degli aspetti più importanti è dunque come i bambini ci vedono. Oltre alla qualità delle proposte educative, i genitori sono tenuti ad offrirsi come modelli. Questa coerenza tra proposta comportamentale (regola, ordine, norme, ecc.), e rispetto personale e pratica della regola da parte da chi la propone ed impone, costituisce nella mente del bambino ciò che più tardi riconoscerà come "autorevolezza" del genitore. E' una caratteristica che il genitore si guadagna nel tempo e che rappresenta un punto fermo per i figli. L'autorevolezza è una dimensione che resiste al tempo, non viene scalfita, funge quale termine di paragone soprattutto nei momenti più difficili. E' una realtà potente che, anche se spesso contrastata nel periodo adolescenziale, non viene a meno e gioca un ruolo importante nelle decisioni che contano.

Come fare il genitore

Chiarire e stabilire le regole

Due sono gli aspetti fondamentali dell'educazione: fornire sicurezza ed affetto, far apprendere comportamenti conformi alle "regole". Sicurezza ed affetto permettono al bambino di acquisire attitudini di fiducia nei confronti della realtà, le regole danno contenimento e direzione alla crescita e conducono il bambino verso la graduale presa di coscienza che le proprie condotte comportamentali diventano "valori" in quanto sono rispettose degli altri. La comprensione di ciò che è bene e ciò che è male, di ciò che è permesso e ciò che non lo è, costruisce giorno dopo giorno l'esatta dimensione della realtà nella quale il bambino andrà ad inserirsi. In tale contesto, se da un lato la trasgressione permette al bambino di esprimere, in certe fasi della sua evoluzione, il bisogno di autoaffermazione e indipendenza, dall'altro l'infrazione non seguita da conseguenze (educative più che punitive) non gli permette apprendere quali sono i confini ed i limiti del proprio comportamento.

Regolare l'affettività

Alimentare in giusta misura i rapporti affettivi, governare ed educare il bambino ad una sana affettività rappresenta uno degli obiettivi di maggior rilievo nella prima e seconda infanzia. Ogni relazione affettiva è legata alla sfera emozionale che, come avremo modo più avanti di capire anche con esempi pratici, gioca un ruolo determinante sia nella valutazione dell'evento in sé, sia ai processi di apprendimento connessi al controllo del comportamento.

Quando la relazione con il bambino è caratterizzata da iper-protettività, registriamo una situazione in cui il bambino è in balia dei sentimenti dei genitori. In ogni compito o relazione con persone, che presenti anche una pur minima difficoltà ed impegno per il bambino, l'invasività dell'adulto ed il suo sostituirsi per appianare ogni difficoltà, sottrae al bambino la possibilità di crescere e credere in se stesso.

Dal punto di vista degli obiettivi educativi, è importante ricordare che, quanto più la relazione educativa impedisce il costituirsi di una sana maturazione ed autonomia sul piano affettivo, tanto maggiori saranno gli effetti negativi sulla personalità del bambino. Un comportamento eccessivamente protettivo, blocca ogni possibilità di evolversi e imparare a gestire le risorse personali nei conflitti, di trattare autonomamente le relazioni affettive. Si arriverà in tal modo al punto che, a fronte anche di eventi di minima coloritura emotivo-affettiva, il bambino si troverà disarmato ed incapace di cavarsela. Solitamente tutto ciò provoca effetti negativi aggiuntivi, come ad esempio l'aggressività, la disobbedienza sistematica, l'opposizione alle regole, ecc. Comportamenti oppositivi che, a questo punto, comporteranno non poca fatica da parte dei genitori, per governarli e modificarli minimamente.

Proporre valori

La proposta dei valori non fa riferimento ad istanze etiche particolari. Si tratta di una filosofia educativa che permette ad ognuno, in un'ottica pur laica, di cogliere i vantaggi che lo sforzo di perseguire dei valori apporta per ogni individuo che intende condurre la propria esistenza in un contesto sociale. Una delle dimensioni morali che necessitano d'attenzione da parte di tutti ed in particolare di chi si occupa di educazione, è promuovere l'adesione a quei valori che si giudicano moralmente preziosi come la tolleranza, la solidarietà, la sensibilità civica e democratica, al dialogo e alla responsabilità.

Con l'educazione ai valori, i genitori possono concorrere concretamente alla formazione del futuro cittadino, autonomo ed aperto anche alla pluralità ed alla diversità. Si tratta di un pluralismo che consiste nel coniugare la giustizia con la felicità, le diverse concezioni e visioni della vita con la giustizia. Nella famiglia i genitori possono realizzare un clima morale in cui tutti i membri possano trovare modelli di comportamento e punti di riferimento pratici e concreti. Nella pratica, come vedremo con esempi, è necessario educare più per quello che siamo che per quel che diciamo. Ciò implica impegno *sulle regole della vita familiare, sulla partecipazione e la convivenza*; impegno questo inteso come riflesso dei valori condivisi e punto di riferimento per l'azione formativa.

Salto pagina

L'EDUCAZIONE NEI PRIMI TRE ANNI

4.2. Saper fare: le condotte educative

Come abbiamo visto, a quest'età il bambino possiede già una prima e precisa strutturazione dell'io ed è tale identità che lo spinge a interagire con la realtà fisica (oggetti, spazi, cose, ecc.) in termini d'uso delle cose, analisi delle caratteristiche, investimento fantastico, affettivo, ecc.

Per favorire l'ulteriore sviluppo, possiamo identificare delle priorità circa gli obiettivi da perseguire. L'azione educativa dovrà proficuamente interessare l'area delle autonomie personali, l'area sociale, emotivo-affettiva e comportamentale.

Per le autonomie personali

Praticare l'igiene personale (lavarsi viso e denti, fare il bidè, ecc.);

Acquisire il controllo sfinterico (diurno e notturno);

Controllare l'abbigliamento (vestirsi, svestirsi, calzare le scarpe, ecc.);

Alimentarsi autonomamente (uso delle posate, bicchiere, ecc.);

Auto-gestire la preparazione alla notte (giocare o ascoltare la storia narrata, poi alla richiesta del genitore, spegnere la luce, addormentarsi, ecc.)

Collaborare nelle faccende domestiche (preparare la tavola, mettere i giocattoli al loro posto, mettere la biancheria sporca nel cesto, ecc.);

Per le relazioni sociali

Eseguire comandi relativamente a semplici compiti;

Identificare e rispettare i ruoli all'interno della famiglia;

Usare termini appropriati per esprimere sentimenti diversi;

Rispettare i turni e le proprietà altrui;

Giocare coi coetanei in modo collaborativo (prestare i propri giochi, regalarne alcuni, ecc.);

Consolare e confortare il compagno se piange;

Chiedere la collaborazione dell'adulto per affrontare compiti particolari;

Utilizzare la comunicazione verbale anziché quella gestuale;

Usare forme di cortesia (salutare, ringraziare, chiedere, ecc.);

Discriminare situazioni e persone, per lo scambio affettivo appropriato (baci, carezze, effusioni, ecc.);

Per l'area comportamentale

Controllare il comportamento verbale (parolacce, imprecazioni, ecc.);

Individuare i fatti reali da quelli fantastici (le bugie);

Controllare la collera e l'aggressività fisica;

Esprimere affetto con comportamenti adeguati;

Dire la verità (distinguendo realtà dalla fantasia);

Rispettare le regole della casa (oggetti, turni, compiti, ecc.) senza sottrarsi agli impegni;

Come possiamo notare, per questo periodo evolutivo viene posto l'accento e viene fatta particolare attenzione allo sviluppo delle abilità sociali ed al controllo del comportamento. Sono aree che, rispetto ad altre, necessitano interventi educativi di una certa priorità e consistenza.

Fra i diversi obiettivi educativi riportati nella scheda, alcuni necessitano di uno specifico approfondimento, perché costituiscono "problemi" che i genitori non sempre sanno affrontare adeguatamente. Proviamo ad analizzarli.

4.2.1. L'alimentazione

Nel periodo della prima infanzia, le indicazioni del pediatra guidano i genitori alla corretta dieta alimentare del bambino. Le stesse vanno seguite con scrupolo, anche per tenere sotto controllo eventuali allergie e possibili intolleranze alimentari del bambino (es.:sindrome ciliaca).

L'obiettivo è insegnare al bambino a mangiare da solo e mangiare di tutto. E' chiaro quindi che i comportamenti adeguati si riferiscono sia all'abilità nell'uso delle posate, sia in relazione alla varietà di cibi. L'uso delle posate e il bere da solo, sono abilità per le quali non è necessario immaginare particolari condizioni d'apprendimento.

Ci sono bambini, però, che rifiutano alcuni cibi preferendone altri. Spesso per un'errata convinzioni, i genitori evitano di proporre al figlio quei cibi che lui rifiuta ("... *in famiglia ci sono dei precedenti: anche la zia Stefania non ha mai mangiato...*"). Se non ci sono indicazioni specifiche da parte dello specialista, è bene abituare il bambino a conoscere ed apprezzare tutti i cibi. Non sono necessarie strategie particolari. Rispetto al cibo posto nel piatto, gli analizzatori a disposizione del bambino sono vista, odorato e gusto. Nelle prime esperienze alimentari, è possibile che il bambino rifiuti con forza alcuni cibi a causa dell'odore. Quando ciò accade, l'immediata e reiterata insistenza del genitore non è funzionale, anzi talvolta può essere controproducente e porta il bambino a rifiutare di continuare il pasto, anche se poi gli si presenta il cibo a lui gradito. Una delle soluzioni che hanno maggior successo, è quella di proporre al bambino, fra un piatto gradito e l'altro, il cibo che si è dimostrato non gradire, però posto in un piattino molto piccolo e in dose minima. La previsione del bambino rispetto allo stimolo aversivo (cibo non gradito) cambia notevolmente in ragione delle percezione stessa (è poco cibo). Solitamente tale previsione costituisce un aiuto insperato. "*Vedi è poco! Fanne un boccone, poi mangiamo subito le patate*".

Non appena il bambino mangia (magari con un piccolo aiuto del genitore), viene lodato e si passa subito a proporgli le patate. Alcuni giorni dopo, si ripropone al bambino la stessa sequenza, ma nel piattino, rispetto alla prima volta, ci sarà una porzione leggermente superiore di cibo. Si prosegue così per più volte. La configurazione della situazione, l'uso del rinforzo e il clima sereno nel momento del pasto, sono condizioni che aumentano la probabilità, per i genitori, di raggiungere l'obiettivo.

Questa strategia può essere utilizzata anche per altre situazioni. E' il caso in cui il bambino, di fronte a cibi che solitamente ama. Dopo un po' si rifiuta di mangiare e dà segni d'impazienza. Talvolta il rifiuto non è rivolto al cibo, bensì alla quantità che lui vede nel piatto. Tale aspetto può condizionare le previsioni del bambino rispetto alla situazione stessa: "...mangio questo poi la mamma mi fa scendere e vado giocare...ma è tanto (troppo)... e allora...". L'alterata previsione rispetto al desiderio di fare una cosa più piacevole (magari riprendere il gioco interrotto prima del pasto), può dunque sottendere il rifiuto. Diminuire la quantità, poi pretendere la prestazione è strategico ma anche educativo. Infatti più che cedere alla bizza del bambino, prevale la regola (a tavola si mangia tutto): il che non è male!

4.2.2. Il controllo sfinterico

Entro il terzo anno, generalmente i tutti bambini acquisiscono il controllo sfinterico. Tale abilità è dovuta alla maturazione fisiologica e all'apprendimento. Innanzitutto è importante che il bambino apprenda a discriminare il luogo dove si evacua. Quindi è necessario evitare di portare il vasetto nella sua cameretta o in altri ambienti della casa, per soddisfare queste necessità fisiologiche. Per favorire l'autonomia insegneremo al bambino (obiettivi) prima di tutto che segnali il suo bisogno, poi che evacui (pipì o popò) solo quando si trova sul vasetto, in ultimo che si rechi in bagno e compia da solo le azioni necessarie all'urinare o all'evacuare.

Poiché a quest'età possiede già strumenti per comunicare (gesti o parole), gli sfrutteremo insegnandogli a toccare la "pancia" o dire "pipì" quando ne ha bisogno. Inizialmente è opportuno metterlo sul vasetto frequentemente e ad intervalli regolari, anche ogni due ore. Se evacua, si procede a rinforzarlo (lodi, carezze, ecc.). Per il bambino, ciò significa fornirgli un segno concreto della propria soddisfazione.

Egli così capirà che si è contenti dei risultati ottenuti. Se non evacua lo si conduce fuori dal bagno e lo si riporterà nuovamente, dopo un intervallo più breve. Per procedere con correttezza, è possibile calcolare tali intervalli attraverso la loro riduzione temporale di circa la metà ogni volta. Se dopo le prime due ore viene condotto in bagno e non evacua entro breve tempo, lo si riporterà nuovamente in bagno dopo circa 15 minuti. Poi ci si accontenterà del fatto che trattenga e controlli lo stimolo e che chieda di accompagnarlo ai servizi ad intervalli regolari.

Il controllo sfinterico notturno, avviene generalmente più tardi ed è anche in relazione al livello di controllo raggiunto durante il giorno. Pertanto in caso di incidenti notturni, che possono avvenire magari anche dopo un periodo in cui si è stabilito il controllo, è bene non mostrare segni di insofferenza. Egli di sicuro non lo fa apposta, quando si sporca. E' sempre necessario evitare sgridate, punizioni, toni duri, ecc.

Unitamente agli altri obiettivi per l'acquisizione dell'igiene personale, fra i due e i tre anni è necessario insegnargli a togliersi da solo calzoncini e mutandine, pulirsi, quindi a

Come fare il genitore

ricomporre le vesti dopo aver soddisfatto i propri bisogni. Quest'abilità, facile d'acquisire, viene richiesta all'ingresso della scuola d'infanzia.

4.2.3. Iperattività motoria.

Comportamenti di eccessiva agitazione ed iperattività, in questa fase d'età possono comparire in determinate circostanze e situazioni di vita del bambino. Com'è stato accennato, il significato e le cause di tale agitazione psicofisica, nella gran parte delle situazioni sono ascrivibili alle difficoltà che ha il bambino di esprimere, in altro modo e compiutamente, i propri stati d'animo e relative ideazioni, soprattutto quando queste assumono forte valenza emotivo-affettiva. Si tratta spesso di "errate considerazioni valutative" del bambino rispetto ad eventi e circostanze che riguardano le relazioni con gli adulti o con le cose in rapporto all'immagine di sé ("*...ho fatto il bravo e non sono stato premiato;io volevo solo giocare invece...;...la mamma non mi vuole...; ecc.*").

Questo stato di agitazione ed iperattività, non va assolutamente confuso con la sindrome ADHD (*Attention Deficit Hyperactivity Disorder*) caratterizzata da iperattività, impulsività, inattenzione e determinata da cause diverse. Sul piano educativo, ciò che c'interessa è che tali comportamenti d'iperattività non prendano piede, non si stabilizzino nel repertorio comportamentale del bambino, non costituiscano l'unico modalità per esprimere i propri disappunti.

Una tecnica efficace è la pratica del "contenimento fisico" (*holding*), cioè un'azione di blocco del bambino. Il genitore interviene e, limitando l'autonomia di movimento per un breve tempo (blocco fisico), contiene l'agitazione del bambino, come descritto dall'esempio che segue. Contemporaneamente viene attivato il dialogo, finalizzato a far sì che questi possa esprimere, in una situazione particolare di controllo e gestita dalla figura significativa (genitore), il proprio stato d'animo. Il "contenimento" condotto con serenità e fermezza, produce protezione al bambino. Va praticato fin dalle prime manifestazioni connotate da eccessiva agitazione. Generalmente diventa una pratica efficace, un'abitudine che, praticata ad hoc, assume una valenza particolarmente positiva sul piano educativo. Rabbia e angosce del bambino vengono incanalate nel giusto alveo, frustrazione e rabbia vengono contenute in un clima positivo di affettività.

| | |
|---------------|---|
| Evento: | Da alcuni minuti, Fiorella ha iniziato ad agitarsi, picchia la bambola, si muove avanti ed indietro dalla sua stanza al salotto, salta sul letto, getta a terra i vestitini delle bambole... |
| Intervento 1 | Visto il perseguire di tale agitazione, la mamma interviene. Si avvicina alla bambina, la prende fra le braccia, si siede sul suo letto e le tiene ferme le mani guardandola con affetto negli occhi. Poi abbraccia la bambina. |
| Conseguenza 1 | Fiorella cerca di svincolarsi dalla presa: " <i>Non tenermi...i</i> " |
| Intervento 2 | La mamma risponde: " <i>Vediamo che cosa succede, che cosa pensa la mia bambina</i> " |
| Conseguenza 2 | Dopo un po', Fiorella non tenta più di svincolarsi, si rilassa (diminuisce l'ipertono muscolare) inizia a parlare con la mamma della sua bambola, del fatto che non riesce a metterle il |

Come fare il genitore

| | |
|---------------|---|
| | vestitino nuovo, ecc. |
| Conseguenza 3 | Fiorella vive con la mamma un momento fortemente emotivo ed affettivo. Registra i benefici del comportamento della madre (abbraccio, unione fisica, ecc.) e lo associa a qualcosa di gradevole, risorsa per controllarsi e calmarsi. Riassetta e ricompone le proprie ideazioni circa l'autostima, l'immagine di sé, ecc. |

4.2.4. Le emozioni

La capacità di condividere l'attenzione che l'adulto rivolge verso cose ed eventi fattuali, di pensare ai propri pensieri e ricordi (metacognizione), di attribuire anche agli altri queste capacità (teoria della mente), sono aspetti cognitivi in parte già posseduti dal bambino a quest'età e vanno ulteriormente consolidati. Gli stessi vengono considerati i prerequisiti per imparare a riconoscere e controllare le emozioni. Sapendo che la capacità di controllo stesso non nasce spontaneamente né è ereditata bensì è il risultato d'apprendimento, i genitori possono fornire degli aiuti formidabili in tal senso. Vediamo l'esempio che segue.

| | |
|---------------|--|
| Evento: | Luca s'accorge che l'amichetto Andrea ha preso la sua automobile rossa e ci gioca. Allora interviene, gli toglie dalle mani il suo giocattolo sgridandolo: "E' mia...!" L'amichetto si mette a piangere. |
| Intervento 1 | La mamma interviene: "Perché lo fai piangere, pensi che vorrà venire a giocare ancora con te se lo tratti così?". |
| Conseguenza 1 | Luca si sente umiliato e guarda la mamma. |
| Intervento 2 | La mamma aggiunge: "Invece di fare il prepotente, un'altra volta per non farlo piangere prova a dargli un altro di tuoi giocattoli" |
| Conseguenza 2 | Luca impara a pensare ai sentimenti dell'amico (teoria della mente). Impara a pensare all'esistenza di un'alternativa comportamentale più adeguata (regola sociale) |

Ecco altri esempi.

Obiettivo - Insegnare a riconoscere il dolore e a confortare gli altri.

Il primo passo è quello di cogliere tutte le occasioni, soprattutto quelle in cui il bambino ha la possibilità di giocare con qualche coetaneo, per insegnare a capire e distinguere i sentimenti degli altri.

"Vedi ? Giacomo è triste perché...", poi aggiungiamo: "Facciamolo divertire, prendi il tuo gioco e..." Se il compagno piange, insegneremo al bambino ad abbracciarlo ad offrirgli la sua compagnia. Si fa vedere al bambino come fare come toccare gli altri con delicatezza, senza intrusione e mal modo.

Quando gioca da solo, ci sono altrettanti occasioni per favorire queste abilità. Incoraggiamo il bambino a coccolare e trattare bene i "personaggi" con cui gioca (soldatini, animali, bambolotti, ecc.). Se il bambino possiede un teatrino, giochiamo con lui, gestiamo le scene e le marionette (pupi, burattini) inventando brevi storie con chiari spunti di carattere emotivo e relativi insegnamenti e spunti di riflessione (il

burattino ha fatto una marachella, poi ha sofferto per la punizione, ha capito e ha chiesto scusa, ecc.). Una raccomandazione a parte: si faccia in modo che la stanza del bambino non diventi il "reparto giocattoli" dei grandi magazzini.

Gioco e realtà spesso di confondono. E' certo che a questa età, il bambino interpreta la realtà secondo i propri schemi mentali. Talvolta capita che la sua interpretazione sia fallace.

E se dice bugie?

Se non sono preparati, è facile che i genitori si stupiscano davanti al fatto che il bambino, nella sua ingenuità, racconti "bugie o fandonie". La versione che egli offre nella descrizione di un evento, sia relativamente al gioco che su fatti quotidiani, è diversa e cambia nel tempo a seconda dei processi mentali in gioco in quel determinato momento. Quindi la versione stessa è rivelatrice dello sviluppo cognitivo raggiunto. In questa fase di sviluppo, l'imprecisione relativa alla descrizione dei fatti, soprattutto di quelli che hanno una connotazione emotiva, è legata alle reali difficoltà di discriminare la realtà dalla fantasia. Non si è ancora formato con precisione né è collaudato funzionalmente, nel pensiero del bambino, il principio di realtà e di non contraddizione.

Tenuto conto di questi elementi, l'intervento del genitore, più che consistere in un richiamo o peggio in una punizione, deve mirare ad ottenere l'attenzione e la riflessione nei confronti degli elementi di un ragionamento che, nel ricostruire i fatti, ponga in evidenza le "non contraddizioni" da rispettare. Nella pratica, il genitore ripropone la descrizione del fatto, il bambino, dopo aver ascoltato la descrizione, la ripete con la stessa precisione descrittiva evitando i tranelli e le contraddizioni.

4.2.5. Regole e disciplina.

Quando il genitore si trova nella necessità d'imporre i "no" rispetto precisi comportamenti inadeguati, è molto probabile che il bambino non li accetti, si ribelli e si metta a strillare. Questa è una reazione che mette in difficoltà e rende il compito educativo più difficile, soprattutto perché costringe il genitore a resistere al pianto del bambino: compito piuttosto arduo a quest'età. Alcuni genitori sono frenati dal timore di causare un "trauma psicologico" al bambino.

Nulla di più falso e insensato. Il pianto non deve indurre a rinunciare inopportuno al proprio diritto-dovere di insegnare le regole e i limiti.

Il comportamento "disciplinato" di un bambino, è la risultante di una somma di apprendimenti di regole. Il percorso è lungo e faticoso. Il rispetto delle regole e delle norme da parte del bambino, è uno dei motivi principali dell'armonia e serenità in famiglia, della felicità dei genitori.

Ma il raggiungimento di tale obiettivo è tanto più apprezzato proprio nel momento in cui il bambino farà il suo ingresso nella scuola d'infanzia (ex materna). Secondo alcuni, la disciplina è seconda per importanza solo all'amore. Certo che il percorso può apparire difficile, ma non è proprio così. Importante è "prendere in mano le redini" fin dall'inizio.

Esistono modalità educative e di rapporto col bambino, descritte e suggerite dalla psicologia dell'apprendimento, le quali, attuate sistematicamente e fin dalle prime

Come fare il genitore

esperienze relazionali in cui il bambino si confronta e si cimenta con l'ambiente (adulti), favoriscono gradualmente e al meglio l'acquisizione di "comportamenti guidati dalle regole".

Uno dei modi migliori per affrontare questo tema, è avere idee chiare su come procedere. Il primo passo è quello di definire con chiarezza le regole, poi adattarle agli obiettivi d'insegnamento e ai bisogni ed abilità possedute dal bambino. Quindi i genitori stenderanno la loro "carte delle regole", in cui vengono inclusi gli aspetti di maggior rilievo.

| | |
|--------------------|---|
| Carta delle regole | <i>Regola 1: la mattina ci si lava...;</i> <i>Regola 2: a tavola si sta composti e si mangia ciò che è nel piatto;</i> <i>Regola 3: a turno, si aiuta la mamma a preparare il tavolo;</i> <i>Regola 4: dopo mangiato, ci si lava i denti;</i> <i>Regola 5: si guarda la tv ed i programmi scelti dalla mamma solo dalle...alle...;</i> <i>Regola 6: dopo il gioco, si mettono via i giocattoli;</i> <i>Regola 7: alle 21.00, si va a dormire;</i> ecc. |
|--------------------|---|

Ogni singola regola va introdotta gradualmente e deve essere comunicata e compresa dal bambino. Quindi è necessario fin dall'inizio fornirgli descrizioni di esempi e non esempi del comportamento atteso dal genitore. Ad ogni eventuale violazione, le conseguenze devono essere sempre uguali, le sanzioni immediate e rapportate alla gravità della violazione. Sempre e soprattutto a quest'età, i genitori fungono da modello per i figli. Pertanto devono essere essi stessi i primi a rispettare le regole. Ovviamente si tratta del rispetto delle regole generali che attengono all'ordine nella casa, non certo di quelle specifiche, che regolano i doveri e la vita dei figli (dormire nel proprio letto, andare a letto alle 21.00, ecc.).

Rilevanza e gerarchia nell'indicazione delle regole, saranno soggette a opportune modificazioni e adattamenti a seconda dell'età del bambino. Importante è la condivisione delle stesse e il comune accordo fra i genitori nel farle rispettare.

All'interno del progetto educativo, uno degli aspetti di rilievo interessa il controllo verbale, da parte dei genitori, in grado rigovernare il comportamento dei figli. Parliamo delle consegne e degli ordini verbali. Si tratta di quei richiami che fungono da segnali, da indicatori di ciò che il figlio deve fare, del fatto che è giunto il momento di fare o non fare qualche cosa: "...su Gianni è ora di andare a dormire...; lascia i giochi e vai a lavarti;...non disturbare la sorellina...". Rispetto agli ordini o alle consegne verbali, molto spesso s'instaurano involontariamente strani meccanismi e abitudini per cui, finché il genitore non ha ripetuto una decina di volte il comando o non si mette ad urlare a squarcia gola e a minacciare le sanzioni più severe, il bambino non si muove.

Evidentemente, in questi casi il bambino ha appreso che le minacce si realizzano molto probabilmente solo dopo che la temperatura si è alzata di certi gradi. A quel punto conviene obbedire. In verità, fra genitore e figlio si è instaurato un effetto negativo, che si pone in antitesi con le finalità educative e con i ruoli (educando-educatore). Cioè a questo punto è il bambino che guida il comportamento del genitore, lui è nelle sue mani. Se vuole ottenere il rispetto all'ordine, il genitore a

Come fare il genitore

questo punto deve adattare e modificare via via il suo comportamento fino ad arrivare alle minacce o peggio alle punizioni fisiche. Solo allora otterrà obbedienza.

E' auspicabile che tutto ciò non possa prender piede. Quante volte si sentono da parte dei genitori lamentele come: "...non obbedisce più, per farlo smettere di guardare la tv devo arrivare alle minacce, sono proprio disperata, non so più che pesci pigliare, ecc.". Chiariamo ! Il bambino non è cattivo, non è "...testardo come il nonno", o altro ancora. Siccome l'intelligenza funziona bene, ha appreso questa strategia per sottrarsi agli ordini sgraditi o che comportano un sacrificio.

Abbiamo più volte detto e ricordato che "saper educare significa prevenire".

Orbene, è necessario stabilire ed imporre ai figli, fin da subito, la "Regola del due". Secondo questa regola, si ammette solo una ripetizione dell'ordine, poi arrivano le sanzioni. Una volta accertato che il bambino ha "effettivamente sentito", l'ordine sarà dato solo per una seconda volta, poi s'interviene. La regola prevede quindi che il genitore non urli, non cerchi di convincere il bambino, magari prostrandosi o richiamando principi etici o morali incomprensibili a quest'età. Il genitore non deve piegarsi ai voleri del bambino. Il pericolo è insegnargli comportamenti sbagliati.

Va detto che la "**Regola del due**" non può essere descritta né ha significato unicamente normativo, quasi elemento appartenente ad un rigido ed asettico decalogo per l'educazione dei bambini. E' invece strettamente connessa e conseguente alle leggi dell'apprendimento. In particolare a ciò che gli psicologici chiamano "evento conseguente", ovvero ciò che avviene dopo che il bambino ha manifestato un determinato comportamento. Vediamo un esempio.

| | |
|---------------|---|
| Evento | La mamma con voce pacata e gentile, invita Luigi a rimettere nello scatolone i giocattoli e di prepararsi perché è l'ora di cena. |
| Comportamento | Il bambino termina di giocare, ripone il trenino nello scatolone e si avvia alla toilette per lavarsi le mani. |
| Conseguenza 1 | Mentre va lavarsi Luigi viene lodato dalla mamma e dal babbo. Quando giunge a tavola gli viene dato un bacio, viene nuovamente lodato quindi inizia a mangiare insieme ai suoi genitori, in un clima sereno e felice con chiare valenze e connotazioni affettive. |
| Conseguenza 2 | Il bambino registra la situazione gradevole e di benessere personale. |

In questo esempio la risposta comportamentale, "obbedire all'ordine" produce una conseguenza piacevole: le lodi. Il bambino associa il suo comportamento con l'evento conseguente (lode, carezze), quindi registra nella sua memoria (apprende) la modalità di risposta congruente (adeguata, adattiva) alla richiesta dell'ambiente (genitori). Alla prossima occasione molto probabilmente emetterà lo stesso comportamento (obbedire).

Leggiamo un altro esempio.

| | |
|---------------|--|
| Evento | Il babbo chiude la tv (perché l'ora non è quella stabilita) e invita a Marco giocare nella sua stanza. |
| Comportamento | Il bambino dà in escandescenze, si getta a terra, scalcia e |

Come fare il genitore

| | |
|---------------|---|
| | urla. |
| Conseguenza 1 | Il babbo cerca di calmarlo, gli parla, cerca di farlo ragionare ma il bambino continua nel capriccio e urla ancora più forte e si mette a piangere. Per non sentire le urla e/o non disturbare i vicini, il babbo riapre la tv. |
| Conseguenza 2 | Marco si calma ed ottiene anche l'abbraccio del padre che continua a "pitoccare" l'attenzione del figlio con rassicurazioni, mentre questi è invece nuovamente attento a ciò che propone la tv |

In questo secondo esempio, il comportamento di Marco "mettersi a gridare" produce una conseguenza: il babbo riapre la tv. Marco associa l'effetto positivo ottenuto dal suo comportamento (continuare a vedere la tv) e lo registra nella memoria. In pratica apprende una strategia di controllo sull'adulto, efficiente per i suoi scopi, ma dalla connotazione fortemente disadattiva. Alla prossima occasione, molto probabilmente emetterà lo stesso comportamento (gridare per ottenere) perché si è già rivelato efficace. Lasciandolo fare, permettendogli di apprendere strategie simili per eventi diversi, fra non molto Marco diverrà un bambino intrattabile, prepotente, incapace di stare con gli altri, di rispettare le regole. Quello che molte volte viene descritto come il classico "bambino viziato".

4.3. Saper essere: il bambino "sognato" e quello "reale".

In questo periodo di vita, i genitori sono testimoni di eventi di rilievo che riguardano la maturazione e lo sviluppo del proprio figlio. L'acquisizione progressiva delle capacità, è un segnale positivo e costituisce fonte di soddisfazione ed emozioni appaganti. Oltre al compiacimento nel vedere ed apprezzare la progressiva acquisizione di autonomie nel proprio bambino, è il manifestarsi della ricchezza del linguaggio che, valutato o iperstimato quale indicatore di "fervida intelligenza", attira di più e fa "sognare" i genitori. Peraltro può capitare che altre capacità e abilità, come ad esempio quelle relative al controllo delle emozioni, alle condotte sociali, al rispetto degli altri e delle "regole", non ricevono altrettante attenzioni oppure vengano sottovalutate.

Il piacere di vedere come il figlio cresce, la vivacità dei suoi atteggiamenti, le richieste d'affetto, i gradi sorrisi, le birichinate, gli atteggiamenti di autoaffermazione, in certi casi hanno la capacità di ammagliare fortemente i genitori, e, oltre a renderli orgogliosi, far nascere e consolidare in loro la convinzione che questi aspetti (linguaggio, vivacità, autoaffermazione, ecc.) siano gli indicatori costitutivi di un processo di sviluppo adeguato e perfetto. Tanto perfetto che si avvicina e coincide con l'immagine del "bambino sognato", ovvero una creatura in cui si assommano le migliori doti che si possano immaginare: bellissima, intelligentissima, bravissima, ecc.

Il pericolo sta farsi sedurre da questa immagine, nel compiacersi e trastullarsi troppo in questa convinzione. Se la stessa, pur comprensibile, prende il sopravvento su altri aspetti importanti della vita familiare e del processo educativo, c'è il rischio che si determinino indesiderati effetti collaterali.

Ciò avviene ad esempio quando si crea uno sbilanciamento negli interventi educativi dei genitori per cui, s'interviene sempre nei confronti di certe condotte e molto meno per altre. L'indicatore di tale rischio, avviene quando possiamo registrare uno squilibrio fra il numero di interventi educativo correttivi nei confronti di alcuni comportamenti del bambino, rispetto alla quasi tolleranza verso altri. Ad esempio

s'interviene severamente e sistematicamente se non sta seduto sul vasetto, mentre si tollera il comportamento oppositivo all'ordine dato, quando ad esempio il bambino fa il "clown" per procrastinare quanto più possibile il momento di andare a dormire (è tanto carino, è così simpatico e divertente, fa ridere tutti...). Attenzione, sono proprio queste le situazioni in cui maggiore è il rischio di piegarsi involontariamente ai voleri (capricci) del bambino.

Si potrebbero aggiungere argomentazioni analoghe, se pur diverse per il significato psicologico, nel caso di un figlio diversamente abile. Percezioni e valutazioni distorte circa la presenza di alcune capacità e/o disabilità, spesso non permettono ai genitori di accettare la realtà del proprio figlio e agire con serenità.

Altrettanto pericolo può interessare e coinvolgere il rapporto stesso di coppia. Se uno dei due genitori, per le più svariate ragioni, mette al centro della propria vita unicamente il figlio, escludendo nel contempo ogni altra cosa, magari la stessa relazione col proprio partner, lo squilibrio che viene a generarsi nelle dinamiche d'interazione fra i coniugi, produrrà inevitabilmente una serie di effetti negativi, insofferenze, malesseri, ecc. che, a lungo andare, possono minare alla radice lo stesso rapporto di coppia.

Sarà anche causa di aspettative e investimenti errati che, come abbiamo visto nel primo capitolo, attengono ad un'idea distorta del "figlio come continuazione di sé". Tuttavia, se ci si avvia lungo questa strada, le conseguenze possono essere pesantemente negative, soprattutto per il fatto che, chi ne fa le spese, in ultima analisi è sempre il bambino. Rispetto allo stile relazionale ed ai compiti educativi, è importante quindi che prevalga, non solo in questa fase di sviluppo del bambino ma anche in quelle successive, il "principio di realtà", ovvero quell'atteggiamento psicologico e saggezza che muove i genitori ad agire per un "figlio reale", anziché per un figlio "sognato".

Come per il precedente arco di vita, di seguito vengono descritti gli eventi di maggior rilievo che interessano lo sviluppo psicologico del bambino, unitamente all'analisi del significato e delle valenze educative, che in questo periodo precedente l'ingresso del bambino nella scuola dell'infanzia, sono in grado di prepararlo al meglio per questo importante appuntamento. Teniamo anche presente che, per ogni bambino, il processo di apprendimento è un'esperienza unica ed irripetibile che si realizza secondo tempi e modalità individuali collegate a fattori specifici come: patrimonio genetico, condizioni ambientali, clima culturale, qualità dell'interazione educativa, ecc.

Capitolo V

L'EDUCAZIONE DA TRE A SEI ANNI

5.1. Il bambino "sociale"

In questo periodo di vita, il bambino ha raggiunto la padronanza di molte abilità sia sul piano psicomotorio che su quello cognitivo e linguistico. A quest'età, due sono i bisogni principali: giocare e sperimentare il piacere di stare coi coetanei.

Sul piano dello sviluppo cognitivo, il bambino diviene capace di ricostruire mentalmente determinate cause in presenza dei loro soli effetti e sa anticipare mentalmente gli effetti di oggetti presenti da lui conosciuti. Ad esempio il babbo

Come fare il genitore

giocando spinge il trenino lungo i binari e il bambino guarda il movimento delle ruote (pensiero semi-logico).

A questa età si evidenzia in maniera più marcata il "gioco simbolico", in cui il bambino assume di volta in volta ruoli diversi e funzioni molteplici. Nell'attività ludica egli esprime se stesso e vi inserisce il proprio modo di vedere la realtà ed i propri sentimenti, come ad esempio quando s'immagina nei personaggi che ama. Si appassiona sempre di più a racconti in cui si parla di animali o di certi personaggi di cui occorre comprendere i sentimenti e le intenzioni.

I genitori assistono all'avvio del processo di socializzazione, intesa come crescente capacità di collaborare con gli adulti ed in particolare coi coetanei per il conseguimento di un fine comune.

L'ingresso nella scuola dell'infanzia espande e generalizza l'uso delle principali funzioni interattive del bambino e si perfezionano le modalità con cui egli scambia informazioni e formula domande. Il linguaggio volge verso la duplice funzione *pragmatica* (uso nella lingua nella dimensione sociale ed interpersonale) e *matetica* (capace di organizzare il cognitivo e le conoscenze). Tali funzioni emergono con precisione e sicurezza, anche perché sollecitate quotidianamente dall'ascolto dell'insegnante, poi delle fiabe, dei racconti illustrati, ecc.

Dal punto di vista dei rapporti con gli altri, gradualmente il bambino si renderà conto e prenderà atto che le richieste relative al rispetto delle regole, solitamente imposte dai genitori, sono proposte anche dall'insegnante. Dette richieste, inoltre, non sono rivolte solo a lui ma anche agli altri bambini. Scopre in sostanza che le regole hanno un carattere ed una valenza non circoscritta all'ambito familiare.

L'inserimento nella scuola determina conseguenze positive e cambiamenti anche nei rapporti genitori-bambino.

Ad esempio si ha una maggior messa a fuoco del ruolo dei genitori che viene confrontato con quello delle insegnanti. Tale confronto attenua l'eventuale attribuzione di caratteristiche punitive o negative, assegnata ai propri genitori. Il bambino si rende conto e prende atto che divieti e sanzioni vengono posti non più e soltanto dai genitori ma anche dagli insegnanti. La frequentazione e l'interazione comunicativa coi coetanei favorisce esperienze in cui si sviluppa la capacità di porsi dal punto di vista dei compagni, degli altri.

E' la prima esperienza ed occasione di vita che da uno scossone all'egocentrismo del bambino e lo stimola a porsi con maggior frequenza "nei panni altrui".

5.2. Sapere: lo sviluppo da 3 a 6 anni.

Le grosse novità evidenziate dalla psicologia dell'età evolutiva, per quest'arco di tempo, interessano i processi di socializzazione e il consolidamento del linguaggio. In questo periodo avviene la strutturazione del sistema fonologico che si modifica fino a raggiungere una produzione corretta, come quella dell'adulto. Tale maturazione è strettamente legata a dinamiche psicologiche interne e sociali di ogni bambino. Compagno anche il "no" ed i comportamenti volti all'autoaffermazione. Parallelamente al perfezionarsi delle diverse abilità, si registra una sofferenza a livello di controllo sulla realtà.

Ciò che il bambino vorrebbe non è permesso, allora egli si affida ai comportamenti

oppositivi i quali, spesso vanno a buon fine ma non gli permettono di inserirsi nella nuova realtà dei pari. Dal punto di vista emotivo-affettivo, si presenta un nuovo percorso tutto in salita. Il bambino dovrà imparare a conciliare le proprie esigenze e bisogni, con quelli degli altri, dei compagni, delle regole sociali.

Vediamo di seguito le caratteristiche maggiori che interessano, dal punto di vista dell'evoluzione cognitiva, le diverse aree di sviluppo.

FASI DI SVILUPPO 3-6 anni

Area motoria

Periodo fervido per le numerosissime abilità che vengono raggiunte a livello psicomotorio. Il bambino è impegnato in una continua esplorazione dell'ambiente e ciò favorisce la messa a punto delle posture e

Abilità grosso motorie

Età 3-4a - Cammina e corre velocemente, sale e scende le scale senza appoggio, scende le scale alternando i piedi rapidamente e senza aiuto, rimane eretto su di un piede per 10", salta su di un solo piede, si siede come un adulto, i movimenti sono sicuri e rapidi, sa stare e muoversi su di un asse di equilibrio, calcia un pallone in movimento.

Età 4-5a - Salta alternando i piedi, rimane eretto su di un piede per più di 10", cammina e corre evitando ostacoli, cammina su un asse di equilibrio, corre a ritroso e di lato; cammina e lancia la palla; palleggia muovendosi in avanti e indietro.

Età 5-6a - Salta alla corda, rimane eretto su di un piede poi sull'altro, cammina e corre saltando piccoli ostacoli, cammina su un asse di equilibrio, corre e lancia la palla; palleggia muovendosi rapidamente in diverse direzioni.

Abilità fini motorie

Età 3-4a - Controlla i movimenti delle singole dita, infila perline (2-3), utilizza la prensione a pinza, piega un foglio di carta su imitazione, riempie uno spazio limitato con il colore, costruisce un ponte con dadi, costruisce una fila con cubi, su richiesta ed imitazione usa le forbici per tagliare un pezzo di carta.

Età 4-5a - Costruisce una torre con 10 pezzi, costruisce una torre di 5 cubi di grandezza graduale, oppone le dita fra di loro, muove le dita con agilità per lavorare con materiali vari, raccoglie oggetti molto piccoli con pinze, usa forbici e taglia seguendo una linea, infila 5-6 perline, infila l'ago.

Età 5-6a - Costruisce una torre con 10 o più cubi, esegue semplici nodi, ritaglia sagome con le forbici, piega fogli seguendo un modello, utilizza vari oggetti per piccole costruzioni, esegue movimenti fini, coordinati e rapidi con due-tre dita, lavora la plastilina, raccoglie piccolissimi oggetti; controllo e coordinazione oculomotoria.

Salto pagina

Area sociale ed affettivo-emozionale

Il periodo che va dai 3 ai 6 anni è fondamentale per lo sviluppo sociale ed emotivo, infatti in questa fase si forma un primo rapporto educativo con l'istituzione scolastica e cambia anche il contesto familiare in cui il bambino vive. Ha inizio la comparsa di comportamenti d'opposizione il cui significato è legato al bisogno di auto affermazione. Così compaiono i primi capricci e le prime ostinazioni, il bambino sperimenta la sua autonomia di fronte agli adulti. Dice no, spesso senza nemmeno conoscere i motivi del suo rifiuto. Nell'insieme, questa fase non va considerata negativamente perché rappresenta il desiderio del bambino di emancipazione, di costruire la propria identità, il proprio io.

Comportamenti-abilità.

Età 3a - Riconosce la propria immagine in foto; risponde al saluto; conosce il nome dei propri famigliari; esegue piccoli compiti; partecipa a semplici giochi di gruppo; presta i propri giocattoli; rispetta i turni; accetta la guida dell'adulto; intrattiene conversazione con i coetanei; risponde al saluto al telefono; reagisce alle provocazioni e/o chiede scusa; esprime rimostranze all'adulto;

Età 4a - Conosce alcuni dati anagrafici propri e dei famigliari; si separa facilmente dai famigliari; usa semplici forme di cortesia; interagisce attivamente nei giochi con i compagni; rispetta semplici regole del gioco; accetta l'esclusione dal gioco; conosce le attività dei vari momenti della giornata; porta a termine compiti anche impegnativi; rispetta i turni di conversazione; aiuta i compagni in difficoltà; riconosce i ruoli principali degli adulti;

Età 5-6a - Si comporta secondo le richieste; usa forme di cortesia nei vari contesti; sceglie le proprie amicizie e partecipa a giochi competitivi; fruisce dei vari spazi della casa e della scuola; percorre autonomamente alcuni tragitti; coglie il significato dei richiami; ricerca i compagni anche fuori dalla scuola; sa organizzare giochi; porta a termine giochi complessi; interviene nelle conversazioni; conosce le principali fonti di informazione; accetta le conseguenze del proprio comportamento; dimostra controllo sulle proprie emozioni.

Area morale

Per l'acquisizione di comportamenti, oltre al ruolo della famiglia, importante è interazione tra coetanei (dalle interazioni speculari a quelle reciproche).

Età 3-4a - Sviluppo delle nozioni morali: nozione di bugia, responsabilità e colpa ovvero dà più importanza ai risultati delle proprie o altrui azioni che non alle intenzioni.

Età 4-5a - Il bambino è sensibile ai giudizi di buono e cattivo, ma interpreta queste valutazioni in termini di conseguenze materiali (punizioni, ricompense, scambio di favori) o nei termini della forza fisica di chi enuncia le regole (livello pre convenzionale).

Età 5-6a - Il bambino cerca di soddisfare le aspettative e di adeguarsi alle regole della propria famiglia (livello conformista)

5.3. Saper fare: un'educazione alla socialità

La situazione di normalità emotiva, affettiva e cognitiva dipende, com'è stato più volte evidenziato, dall'intreccio di fattori personali (genetici, funzionali, familiari, sociali, ecc.), di concomitanze ed esercizio dei ruoli paterno e materno, e di vissuti che emergono da situazioni relazionali in gran parte educative. La novità ora è rappresentata dall'ingresso del bambino nella scuola dell'infanzia.

Già nei capitoli precedenti è stata posta particolare attenzione al problema del controllo emotivo e dell'apprendimento delle regole. E' stato anche evidenziato che un bambino deve abituarsi da subito all'idea che, anche chi lo ama di più come la mamma ed il babbo, non sono disponibili a soddisfare, sempre e immediatamente, i suoi desideri. In un disegno educativo corretto, sono i genitori per primi a non esitare ad imporre frustrazioni e sacrifici quando ciò è necessario.

In questa fase che corrisponde al confronto del bambino con la nuova realtà sociale e soprattutto coi coetanei, le regole e le abilità di "controllo del comportamento" vengono a confrontarsi con un mondo fortemente diverso da quello familiare. E' un mondo che propone modelli, limita l'azione, pretende impegni, sollecita il confronto e propone la cooperazione. Un bambino formato e preparato a questo evento, potrà avere momenti di disorientamento ma certamente sarà in grado di affrontare i disagi e cimentarsi con le emozioni che proverà. Pensiamo ad esempio quando, in asilo, si accorge di non essere più al centro dell'attenzione come a casa. Un bambino con attitudini basiche di fiducia, acquisite come abbiamo visto nelle fasi di sviluppo emotivo precedenti, ne soffrirà, poi però sarà in grado di apprendere questa nuova dimensione dei rapporti sociali.

Dal punto di vista educativo, in questo periodo è opportuno favorire il consolidamento dei diversi livelli di abilità raggiunti dal bambino e porsi anche degli obiettivi nuovi, quali l'educazione all'amicizia e alla collaborazione, il valore del denaro, l'educazione sessuale, la cooperazione, ecc. Inoltre è opportuno, come si è detto, favorire al massimo il processo di socializzazione, sia attraverso le diverse occasioni della vita scolastica, sia attraverso le opportunità che nascono dalle diverse e possibili relazioni coi coetanei.

Rispetto al "progetto educativo", di seguito vengono indicate alcune abilità critiche nonché obiettivi formativi per l'area delle relazioni sociali, che possono fungere da ulteriore riferimento per i genitori.

Abilità

- *ascoltare e seguire le istruzioni;*
- *usare forme di cortesia (saluti, permesso, scusa, ecc.)*
- *partecipare alla conversazione e formulare domande;*
- *esprimere le proprie emozioni in forme appropriate;*
- *controllare la propria collera;*
- *affrontare la collera degli altri senza aggredire;*
- *riconoscere i propri torti;*
- *comprendere le emozioni degli altri;*
- *fare rimostranze senza aggredire;*

Obiettivi formativi

- *favorire relazioni sociali al di fuori del nucleo familiare;*
- *riconoscere e rispettare le esigenze ed i sentimenti degli altri (coetanei, ecc.);*
- *insegnare ad elaborare le diverse esperienze frustranti;*
- *sviluppare il controllo delle emozioni nelle relazioni sociali;*
- *consolidare la comprensione e il rispetto dei singoli ruoli all'interno e all'esterno della famiglia;*
- *favorire l'assunzione delle proprie responsabilità;*
- *valorizzare la collaborazione e la cooperazione;*
- *favorire il rispetto dei valori etici e morali;*
- *soddisfare i bisogni legati al gioco, al movimento e all'agonismo.*

5.3.1. Regole e disciplina

Per il periodo zero tre anni, sono state proposte alcune modalità educative volte a guidare, fin da subito, il comportamento del bambino all'apprendimento e rispetto delle regole. L'applicazione della "carte delle regole", la "regola del due" e le altre indicazioni suggerite, costituiscono le basi per i primi tre anni di vita. Le indicazioni comportamentali educative, attuate con fermezza e sistematicità in un clima pregnante di affettività, rappresentano lo sfondo su cui dovrebbe poter realizzarsi la relazione educativa genitori-figli in tutto il periodo evolutivo. Tale relazione consolida nel tempo il rapporto reciproco di fiducia e concorrere, giorno dopo giorno, a costruire le attitudini basiche di fiducia: caratteristiche quest'ultime che costituiscono l'ossatura principale su cui verrà a fondarsi lo sviluppo della personalità futura dell'individuo.

Fra i tre e i sei anni, come abbiamo appena visto le aspettative, le sicurezze, i bisogni del bambino cambiano. I nuovi contesti relazionali comportano alcuni aggiustamenti sia sul piano cognitivo, sia su quello comportamentale e del rispetto delle regole. Dal punto di vista del suo percorso formativo e di crescita, il bambino va aiutato ad esprimersi e a controllare le proprie emozioni, a riconoscere i sentimenti e le esigenze degli altri, a sviluppare prodromi del comportamento etico e morale. Pertanto gli interventi volti a consolidare la disciplina e l'autodisciplina nel bambino, costituiscono un rinnovato impegno per i genitori.

Ancora una volta, ma con maggiore pregnanza sul processo formativo, la gestione della disciplina deve fare i conti con le capacità di controllo emotivo del bambino, che dipende e s'intreccia con vissuti e fattori psicologici quali l'empatia, il senso di giustizia, l'autostima, ecc.

Comportarsi in modo corretto e disciplinato, significa far riferimento a delle regole, ovvero a specifiche condizioni della realtà che tengono conto dei bisogni di tutti, non solo di quelli del singolo. L'elemento critico quindi è la comprensione di un principio basilare: "Gli altri vanno trattati allo stesso modo in cui io voglio essere trattato". L'assunzione di questo principio, costituisce un passaggio di non poco conto perché il bambino deve imparare a rinunciare a qualche cosa per sé a favore degli altri. La chiave risolutiva coinvolge in gran misura la dimensione psicologica dell'empatia, abilità questa che non si eredita, ma che dev'essere appresa.

Come fare il genitore

Abbiamo visto che nel periodo precedente (0-3a), tale abilità difficilmente viene acquisita per difficoltà oggettive che interessano le funzioni logiche del pensiero. Ora, verso i quattro/cinque anni, la capacità di "comprendere i sentimenti degli altri" viene appresa gradualmente in funzione di passi precisi nello sviluppo cognitivo, determinato e favorito sia dalle molteplici esperienze di rapporto coi coetanei, sia dalle sollecitazioni degli insegnanti effettuate ora in un contesto sociale diverso da quello familiare. In questo contesto, consapevolezza e interesse per i sentimenti e bisogni degli altri compagni, sono fattori che assumono via via un ruolo di maggior rilievo e che alla fine condizionano e governano i comportamenti "autodisciplinati" del bambino.

Nelle dinamiche descritte, un ulteriore elemento è costituito dall'analisi dei fattori che permettono al bambino di conoscere ed apprendere il significato e la funzionalità delle regole che gli vengono insegnate. A quest'età, l'immagine di sé e le regole che egli ha appreso fino a questo momento, vengono sottoposte a verifica nel nuovo contesto sociale della scuola. Infatti l'adattamento al nuovo contesto sociale, è in buona parte condizionato dal fatto che il bambino posseda un'immagine di sé simile a quella che effettivamente compagni e insegnanti possono farsi di lui.

Ciò dipende chiaramente dall'azione educativa pregressa dei genitori e dai risultati raggiunti rispetto all'obiettivo di far acquisire al bambino un'immagine di sé non solo positiva, ma soprattutto fondata sul "principio di realtà".

Se tale obiettivo formativo è stato raggiunto nel contesto familiare, in questa fase d'inserimento nella scuola si raccoglieranno i frutti. Così come avrà imparato che in famiglia non è lui il centro dell'universo, alla stessa stregua verificherà di non esserlo al di fuori della stessa. Ciò gli permetterà di affrontare senza particolari costi sul piano emotivo e con maggiore sicurezza, il confronto con la nuova realtà. Allo stesso modo dovrà poter verificare che il rispetto delle regole viene richiesto sia in famiglia che a scuola, anche se con sfumature diverse.

Per quanto riguarda il proseguimento dell'itinerario formativo che interessa l'acquisizione ed il rispetto delle regole, può risultare utile introdurre, rispetto al periodo precedente, alcune integrazioni ed aggiornamenti alla "*carte delle regole*" della vita familiare come di seguito proposto. Si ricorda che, dal punto di vista educativo, nel corso del tempo sarà necessario modificare il numero e la tipologia delle regole, sia in ragione dei bisogni e degli obiettivi formativi del bambino (poi ragazzo, adolescente, ecc.) sia dei diversi contesti istituzionali e sociali.

Fra i cinque e sei anni, sarebbe opportuno introdurre la "paghetta settimanale". Questa dev'essere messa in relazione al rispetto di particolari regole (che saranno i genitori a scegliere) e all'esecuzione quotidiana di piccoli lavori domestici. La possibilità di disporre piccole somme, anche se la connotazione quantitativa (matematica e di valore) verrà acquisita più tardi a scuola, permette al bambino fin da quest'età, di scoprire il rapporto "impegno personale-denaro" e valore dello stesso. Lo fa sentire grande e gli offre alcune opzioni ed autonomie non solo interessanti ma anche valide dal punto di vista delle finalità educative. E' stata già sottolineata precedentemente, la necessità di evitare di far credere al bambino che i genitori sono sempre disposti a spendere del denaro per ogni suo desiderio e/o capriccio (divertimenti, giocattoli, dolciumi, ecc.). E' molto più valido dal punto di vista educativo che, per questi acquisti e desideri, il bambino impari ad utilizzare fin da subito prevalentemente i propri risparmi, guadagnati in virtù del proprio impegno quotidiano (es.: l'esecuzione puntuale dei compiti domestici, ecc.).

Come fare il genitore

| Carta delle regole | Possibili aggiornamenti |
|---|---|
| <i>Regola 1: la mattina ci si lava...;</i> <i>Regola 2: a tavola si sta composti e si mangia ciò che è nel piatto;</i> <i>Regola 3: a turno, si aiuta la mamma a preparare il tavolo;</i> <i>Regola 4: dopo mangiato, ci si lava i denti;</i> <i>Regola 5: si guarda la tv ed i programmi scelti dalla mamma solo dalle...alle...;</i> <i>Regola 6: dopo il gioco, si mettono via i giocattoli;</i> <i>Regola 7: alle 21.00, si va a dormire;</i> ecc. | <ul style="list-style-type: none">• <i>praticare tutte le norme igieniche;</i>• <i>mangiare solo durante i pasti;</i>• <i>aver cura del proprio abbigliamento;</i>• <i>tenere in ordine la propria stanza;</i>• <i>evitare il turpiloquio;</i>• <i>usare con tutti forme di cortesia;</i>• <i>rispettare gli orari di casa;</i>• <i>rispettare la privacy dei genitori e fratelli;</i>• <i>eseguire i compiti domestici;</i>• <i>rispettare la proprietà degli altri;</i>• <i>chiedere permesso per giocare, guardare la Tv, invitare gli amici, ecc.</i> |

Ritornando alle regole, oltre ai suggerimenti sopra riportati, si ritiene utile ricordare che questo è il periodo in cui diventano anche importanti le nuove "regole" che dovranno essere apprese e rispettate nel contesto della vita scolastica. Come vedremo di seguito, conoscerle per farle rispettare anche nel contesto familiare, costituisce non solo un impegno importante per i genitori ma anche un obiettivo di grande profilo e valore educativo.

Unitamente a tali indicazioni e raccomandazioni, si sottolinea e ribadisce che il compito prioritario, anche in questa fase evolutiva, è sempre quello di osteggiare apprendimenti di abitudini e comportamenti inadeguati che, com'è stato già sottolineato, una volta consolidati sono poi difficilmente modificabili.

5.3.2. Socialità e amicizie.

Come abbiamo visto, il confronto con la nuova realtà sociale, che impegna il bambino a adattare le proprie esigenze e comportamenti, costituiscono la vera novità esperienziale di questo periodo evolutivo. Pertanto, oltre alla particolare attenzione dei genitori volta al consolidamento delle autonomie personali e delle regole comportamentali, l'educazione all'amicizia e collaborazione, il gioco e lo sport, l'informazione ed educazione sessuale sono altrettanti ambiti che richiedono una guida ed un impegno educativo.

Questo è un periodo fertile per sollecitare il bambino ad uscire dal proprio isolamento e dall'egocentrismo, attraverso la costruzione di amicizie che spesso durano anche tutta la vita. Ci sono momenti della settimana in cui è possibile e utile invitare uno o due amici di scuola a passare un pomeriggio insieme. I genitori proporranno al

bambino questa opportunità, facendo rilevare gli aspetti positivi: conoscere il compagno, giocare insieme, scambiare i giochi, divertirsi, ecc. Quindi insieme al bambino verrà steso una sorta di "programma" con le indicazioni delle cose più importanti: a che ora, quali, giochi, fino a che ora, ecc. Questo permette di stabilire un ordine, di far apprendere che ci sono tempi da rispettare, di far capire le esigenze della casa, ecc. All'inizio di queste esperienze, è bene evitare che i bambini si "arrangino" e facciano ciò che loro piace. In seguito, quando le amicizie ed i rapporti sono consolidati, i genitori affidano l'iniziativa al bambino. Altre occasioni per coltivare le amicizie ed il senso di appartenenza al gruppo dei coetanei sono le gite, le feste di compleanno, le attività sportive, ecc.

Gioco e sport costituiscono da sempre occasioni per la maturazione psicomotoria, fisica e psicologica, ma anche per l'evoluzione della personalità. Sia il gioco sia la pratica sportiva, offrono al bambino una risposta ai suoi bisogni legati al movimento, all'agonismo, alla competizione. Sono banchi di prova e occasioni per imparare a superare eventuali difficoltà nei rapporti interpersonali coi coetanei. Oltre alla possibilità di maturare valori comunitari e cooperativi in un quadro di leale ed amichevole agonismo, sono attività che permettono di esprimere creatività, espressività, ricerca, manipolazione completa dello spazio. Le attività di gioco, da solo e coi compagni, evidentemente devono prevalere su quelle sportive e agonistiche. E' auspicabile che i "nuovi giochi" non siano acquistati dai genitori (o dai nonni) ad ogni richiesta del bambino. A parte quelli regalati in occasione di compleanni e feste particolari, è importante che egli impari a guadagnarseli, utilizzando com'è stato detto i suoi risparmi (della paghetta).

Rispetto alla propria identità e all'immagine di sé, solitamente verso il compimento del terzo anno, il bambino scopre di essere maschio o femmina. Le esperienze quotidiane relative al controllo degli sfinteri, alle abitudini igieniche, alla manipolazione del suo corpo da parte dei genitori, al modo in cui si parla delle parti intime del corpo, ai giochi, all'abbigliamento, al taglio dei capelli, ecc. sollecitano e contribuiscono a percepire l'identità di genere: cioè esser come il "papà" o come la "mamma". I rapporti coi genitori sono determinanti, da queste figure egli deve apprendere, con correttezza, le prime informazioni sul tema della sessualità. E' la fase in cui il bambino diviene consapevole dei suoi genitali, scopre le differenze tra i sessi, si pone domande sull'origine dei bambini, inizia a porre quesiti come: *"Da dove vengono i bambini? Come nascono?, Perché io faccio la pipì in piedi?, ecc."*

Come agire?

Innanzitutto è bene ricordare che la sessualità non s'identifica con la genitalità. Questa dimensione dell'individuo è una parte rilevante della persona, è connessa alle emozioni ed è legata all'affettività. A quest'età, il bambino/a non ha morbosità, quindi è necessario che egli possa parlare, chiedere ed esprimersi anche in "linguaggio sessuale". Se i genitori vivono bene il loro rapporto di coppia, il bambino/a percepisce tale clima e collega la sessualità a connotazioni ed emozioni positive.

Nella pratica, la prima regola è quella di fornire risposte solo quando il bambino pone specifiche domande. Più avanti sarà necessario stabilire, magari con la scuola, un vero e proprio programma di educazione ed informazione sessuale. In questa fase, dove le richieste sono piuttosto estemporanee, non bisogna rimandare le risposte ai quesiti. E' necessario, tuttavia, evitare inutili approfondimenti e spiegazioni che possono non corrispondere con le curiosità del bambino/a in questo determinata fase evolutiva.

E' bene non palesare lo stupore per le domande, né deridere il bambino/a o compiacersi per le sue richieste.

Nel fornire delle risposte, è bene usare sempre la massima tranquillità e naturalezza. Si devono evitare espressioni che evocano sporcizia e/o ribrezzo quali "brutto", "sporco", "queste cose non si dicono, non stanno bene" e si devono fornire sempre informazioni corrette e alla portata del livello di comprensione del bambino/a. Si suggerisce di usare da subito i termini appropriati che indicano le parti anatomiche e le funzioni. Rispetto al problema della nudità in famiglia, questa non va ostentata ma neppure nascosta. Gradualmente s'introdurranno quelle regole comportamentali che, collegate al comune senso del pudore e al rispetto delle relative norme, permettono al bambino di avere un comportamento adeguato nei diversi contesti sociali.

5.4. L'ingresso nella scuola: occasione per un'alleanza.

La scuola dell'infanzia (ex-materna) rappresenta un'esperienza nuova per il bambino e, per i genitori, un'occasione per verificare i risultati dei propri sforzi educativi. La verifica riguarda le capacità di adattamento del bambino al nuovo ambiente, le sue sicurezze, gli aspetti positivi del suo carattere e le eventuali carenze sul piano dei rapporti sociali. Tale verifica è già di per sé fonte di stress per molti genitori. A quest'iniziale preoccupazione, spesso si aggiungono altri fattori che possono generare diffidenza e disistima reciproche (scuola-famiglia) tali da minare alla radice i rapporti e divenire motivi di insanabili conflitti. Ciò è dovuto ad una serie di comportamenti errati che interessano il modo di rapportarsi degli uni con gli altri.

Rispetto ai comportamenti della scuola, ciò si verifica:

- *quando l'insegnante è solo impegnato a trasmettere informazioni ai genitori e non ascolta le loro domande, i loro bisogni, le loro incertezze e dimostra di ascoltare il genitore in modo superficiale;*
- *quando la comunicazione dell'insegnante avviene quasi esclusivamente utilizzando un codice principalmente pedagogico, mentre dovrebbe avvenire il contrario.*
- *quando l'operatore fa capire di considerare 'stupidaggini' le preoccupazioni (per quanto spesso esagerate) dei genitori;*
- *quando l'operatore dimostra chiaramente di non accettare alcuna critica sul suo operato da parte dei genitori e non è disponibile a riconoscere il diritto decisionale dei genitori.*

Rispetto ai comportamenti dei genitori, ciò si verifica:

- *quando il genitore è solo preoccupato a trasmettere la caratteristica dei bisogni del proprio figlio e a pretendere rassicurazioni;*
- *quando il genitore dimostra d'ignorare le necessità degli altri bambini e/o del regolamento della scuola;*
- *quando il genitore assume sistematicamente le vesti di esperto "pedagogo" e/o "psicologo" e tenta di dettare al docente i principi dell'insegnamento;*
- *quando il genitore è reticente rispetto al comportamento domestico del bambino, altera le reali abilità del proprio figlio, non accetta i suoi limiti, falsifica la realtà;*
- *quando il genitore dimostra, coi fatti, di non tener in alcun conto delle richieste e necessità della scuola.*

Come fare il genitore

Esiste un rapporto diretto tra grado di coinvolgimento dei genitori nel progetto educativo della scuola e riduzione dei "conflitti". Il coinvolgimento e la partecipazione, infatti, possono ridurre fortemente i livelli di stress percepiti.

Nella realtà, spesso possono verificarsi effettivamente delle divergenze rispetto alle modalità educative della scuola, alle sue regole, allo stile relazionale dei docenti, ai contenuti o alle metodologie. Tutti questi aspetti vanno affrontati subito, in modo che gli stessi non diventino motivi di conflitto.

Purtroppo il rapporto famiglia-scuola non funziona quasi mai come dovrebbe. Per diversi motivi, nonostante l'istituzione e le funzioni specifiche degli Organi Collegiali prevedano la partecipazione della famiglia all'attività scolastica, è diffuso il malessere e pochi sono i genitori interpellati che si dichiarano soddisfatti di ciò che offre la scuola. Senza entrare nel merito di altri fattori di tipo normativo ed istituzionale, è necessario che i genitori si pongano fin dall'inizio in un rapporto e spirito di collaborazione con la scuola. In particolare, al di là della condivisione dei diversi documenti programmatici (Piani di Offerta Formativa, Programmazione Educativa, Piano di Lavoro, ecc.) è auspicabile gestire questo rapporto con spirito di fiducia reciproca, a partire dalle modalità comunicative. Si tratta di concordare e praticare un'alleanza, genitori-insegnanti, che evidenzia e ponga come obiettivo principale il raggiungimento di una reale convergenza su alcuni aspetti di rilievo, quali il rispetto reciproco dei ruoli (genitori-insegnanti), il coinvolgimento e verifica nella scelta degli obiettivi formativi e disciplinari, la condivisione degli eventuali interventi correttivi, ecc.

Nella pratica, da un lato il compito degli insegnanti sarà quello di informare in modo chiaro sul significato formativo dei contenuti, dei metodi e delle condotte educative. A tale riguardo, particolare importanza assume, per il riscontro emotivo-affettivo che ciò comporta per i genitori, il problema del controllo della disciplina e dei eventuali e possibili comportamenti inadeguati del bambino, delle sanzioni, ecc. Infatti il più delle volte, ciò che viene ritenuto e percepito "comportamento adeguato" dai genitori, non lo è per il contesto scolastico.

Ciò che è rilevante, nel rapporto con la scuola-famiglia, è pervenire e consolidare una prassi in cui ci sia sempre il confronto e non la prevaricazione. L'obiettivo è l'accordo sulle modalità per affrontare i "problemi" emergenti, ipotizzando strategie comuni e coinvolgenti.

Ciò valorizza l'azione comune degli adulti su obiettivi prioritari da perseguire sia a scuola che in famiglia.

Rispetto alle modalità d'attuazione dell'attività formativa a scuola, sarebbe auspicabile ed opportuno che i genitori rispettino sempre il ruolo del docente. Tale rispetto esige reciprocità, per cui gli insegnanti a loro volta devono saper rispettare il ruolo dei genitori. Nella pratica ciò può avvenire riconoscendo il "dialogo" quale strumento principale per prevenire i conflitti.

Ogni attività della vita scolastica, da quella più banale come l'alimentazione e la cura della persona, a quelle più delicate come il rispetto delle regole, l'educazione morale, l'educazione affettiva e sessuale, sono temi su cui il confronto dialettico ed il rispetto reciproco sono i veri strumenti per trovare e determinare consenso e condivisione. A fronte di eventuali problemi, comportamentali o di altra natura, che necessitano di particolari interventi, l'azione coordinata scuola-famiglia è garanzia per il miglior successo sul piano educativo.

5.5. Saper essere: ovvero "pensare positivo".

Se pensiamo ad un decalogo del "*genitore di qualità*", moltissime sono le caratteristiche che dovrebbero essere possedute per la dimensione del "*saper essere*". Nel secondo capitolo, l'attenzione del lettore è stata indirizzata sulle caratteristiche che fanno funzionare al meglio la coppia come conoscere per amare, coltivare la stima, superare i conflitti, operare per il reciproco benessere, ecc. Oltre alla coerenza, alla fermezza e alla capacità di modificare le proprie condotte educative e gli obiettivi in ragione dei bisogni e dei cambiamenti del bambino, è fondamentale poter sempre costituire un "*modello*" ed un fermo e riferimento comportamentale per i propri figli.

Accanto a tali considerazioni, aggiungiamo un ulteriore tassello per la dimensione del "*saper essere*", partendo questa volta dalle strette esigenze personali, anziché da assunti guida caratteristici del ruolo di educatori.

Come abbiamo visto, la vita di coppia e coppia genitoriale si regge su diversi fattori, due dei quali però ci interessano in modo particolare: il benessere personale in rapporto a quello del partner, i risultati relativi all'azione educativa sui propri figli. Com'è stato detto, nessun figlio corrisponde esattamente alla aspettative dei genitori. Solitamente, il raggiungimento di un livello accettabile di soddisfazione, consolida ed accresce l'autostima del genitore e ciò, a sua volta, diviene stimolo per credere nel proprio ruolo e per affrontare i diversi impegni quotidiani. Viceversa, un basso livello di soddisfazione genera una serie di dubbi e domande sulle proprie capacità, che talvolta possono mettere in discussione e far traballare gli stessi principi su cui si fonda il "*progetto di vita*". Le crisi conseguenti e spesso ricorrenti, non vanno vissute in termini negativi. Sono invece salutari, poiché pongono le condizioni per un ripensamento, per una ricerca interiore ed una verifica sui valori della vita.

Saper essere coppia genitoriale, soprattutto nella dimensione e ruolo educativo, significa aver il coraggio di guardare in faccia ed accettare i propri limiti. Ciò permette di realizzare tutti quei cambiamenti necessari a migliorare il proprio modo di essere genitore-educatore. Il processo di analisi interiore relativa ai propri stati d'animo alle proprie emozioni e sicurezze, condotto in un sereno e sincero confronto con se stessi e col proprio partner, può far scoprire ed evidenziare elementi sorprendenti sia in relazione all'immagine di sé, sia in relazione alla qualità del rapporto di coppia. Spesso è possibile verificare l'esistenza di risorse e qualità che non si immaginava né si sapeva di possedere.

Ma allora, come fare? Diverse sono le modalità. Fra le possibili, al di là degli interventi che interessano i contenuti del progetto educativo, la nostra attenzione è volta all'autostima ed al benessere personale da cui siamo partiti in quest'analisi. Nell'esperienza di consulenza alla coppia genitoriale, numerosi sono i riscontri positivi che hanno come area d'analisi ed intervento l'autostima ed il benessere personale della coppia stessa. Si tratta in sostanza di una "*ricarica delle batterie*" che permette di affrontare con maggiore sicurezza le difficoltà.

E' noto che il grado di autostima personale, è strettamente connesso col livello di stress percepito. Se l'autostima è elevata, allora la persona si sente capace di affrontare e gestire efficacemente anche i compiti più onerosi. Viceversa, se l'autostima è bassa, anche controversie, difficoltà o piccoli inconvenienti quotidiani creano tensione e abbattano la persona. Ciò non fa che aumentare lo stress e tale stato ha l'effetto di minare la fiducia in noi stessi. Come abbiamo visto gli impegni professionali quotidiani, incluse le preoccupazioni per crescere ed educare un figlio,

Come fare il genitore

mettono a dura prova l'autostima. Esistono però dei fattori e relative considerazioni che, verificate, permettono di sostenere ed aumentare l'autostima e contenere lo stress. Nella pratica il suggerimento è di porre maggiore attenzione e riflettere su molti eventi della vita quotidiana che spesso sottovalutiamo. Vediamo degli esempi.

- ❑ Riflettere sul fatto che siamo riusciti ad organizzare la vita e quella della famiglia meglio di quanto fosse previsto, nonostante gli impegni, il sovraccarico di lavoro ed i contrattempi.
- ❑ Verificare che, messi alla prova da situazioni e problemi nuovi del bambino, ce l'abbiamo fatta, ci siamo dimostrarsi all'altezza della situazione.
- ❑ Scoprire di essere dei genitori più capaci e più pazienti di quanto si credeva, quindi scoprire di poter fare affidamento nuove capacità, nuove attitudini, nuove energie, nuovi aspetti della propria personalità, ecc.
- ❑ Riconoscere di aver comunque appreso, nel tempo, un gran numero di informazioni sui processi di apprendimento e sulle condotte educative che prima si ignoravano.
- ❑ Scoprire che, nonostante le difficoltà e le diverse opinioni, nei momenti di maggior difficoltà ci siamo sentiti uniti, siamo stati "coppia".

Gli esempi e gli eventi sopra indicati, cui è possibile aggiungerne degli altri, costituiscono un modo pratico che caratterizza il "*pensare positivo*" in relazione al proprio ruolo e alla relazione di coppia e a quella di coppia genitoriale.

Un secondo aspetto che è stato ricordato anche nella descrizione del "*progetto di vita*", fa riferimento al "*benessere personale*", cioè alla tutela di quel grado di soddisfazione intima e psicologica che caratterizza il concetto "*qualità della vita*". E' una dimensione non trascurabile che riguarda il vivere, oltre che per i diversi compiti e impegni, anche per sé stessi. Configura ambiti ed occasioni che impegnano la persona a curare il proprio benessere fisico, quello psicologico e quello sociale.

I riferimenti sono evidenti. Spesso la cura del proprio corpo rischia di essere posta in secondo piano, quando ci troviamo in situazioni di forte stress. Tuttavia, quando la nostra alimentazione peggiora, quando non facciamo alcun esercizio fisico e quando dormiamo poco e male, allora lo stress è in grado di esercitare maggiormente i suoi effetti negativi. Spesso, la difficoltà a curare il proprio corpo risiede nella resistenza di abitudini vecchie ed errate.

Per il benessere psicologico, può essere utile impegnarsi in attività piacevoli, come un hobby, un'attività ricreativa, ecc. Fermo restano le diverse attività del tempo libero, di svago e di vacanza in cui sono coinvolti tutti i membri della famiglia, si tratta di poter fruire del tempo per fare qualcosa di piacevole, magari solo per se stessi, anche se il partner non viene coinvolto. La stessa opportunità deve poter valere, ovviamente, per il coniuge. Sono attività di svago e/o di cura di propri interessi (culturali, sportivi, sociali, ecc.) in cui l'umore di fondo risulta specificatamente positivo, in cui prevale l'allegria, in cui si stente di star bene.

La scala VISS

Controllo il mio stato di benessere

La scala VISS (Valutazione Individuale dello Stato Soggettivo) vi permetterà di misurare e registrare il vostro stato di benessere emotivo, ovvero di malessere e tensione. Per poter utilizzare questo strumento, cominciate col chiedervi: "In questo momento quanto mi sento ansioso e preoccupato?". Quindi attribuite al vostro stato emotivo, un punteggio compreso tra 1 e 5, secondo la scala sottostante.

1 = Sono totalmente calmo e rilassato; non avverto alcuna pressione e tensione.

2 = Avverto un certo grado di tensione, ma poiché viene e va non mi distrae dai miei impegni, né mi disturba. Posso lavorare, leggere o dedicarmi ad altre attività con uno stato d'animo sereno.

3 = Avverto il peso di alcune tensioni e responsabilità, ma ciò mi aiuta a rimanere concentrato sui miei impegni lavorativi e/o familiari. La tensione provata è motivante e positiva.

4 = Provo una tensione sgradevole che interferisce col mio lavoro e la mia capacità di concentrazione. Sono in grado di andare avanti ma mi sento ansioso e temo che le cose possano peggiorare.

5 = Sto per avere un esaurimento o un collasso a causa della forte tensione che provo. Non ce la faccio ad andare avanti e sento che sto per perdere il controllo.

Istruzioni: Leggete la scala attentamente e cominciate a familiarizzare con i cinque livelli. Per una settimana, fermatevi ogni giorno quattro o cinque volte e chiedetevi: "In questo momento, quanto sono ansioso e preoccupato?".

Per comodità, potete compilare la scheda seguente:

| Giorno della settimana | Ore | | | | Media del giorno |
|------------------------|------|-------|-------|-------|------------------|
| | 9,00 | 13,00 | 17,00 | 21,00 | |
| Lunedì | | | | | |
| Martedì | | | | | |
| Mercoledì | | | | | |
| Giovedì | | | | | |
| Venerdì | | | | | |
| Sabato | | | | | |
| Domenica | | | | | |

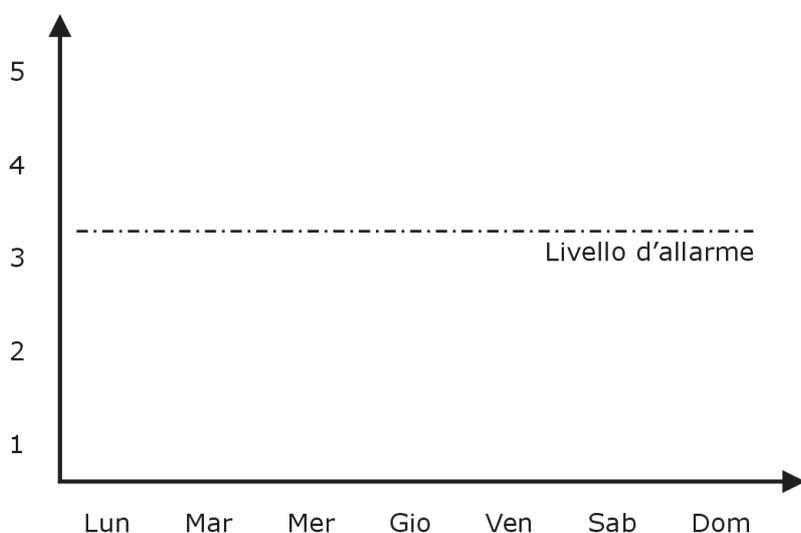
Come fare il genitore

Per ogni giorno, alle ore indicate, indicate il livello di stress percepito, assegnando un punteggio compreso tra 1 e 5.

Quindi, alla fine di ogni giornata, calcolate la media, sommando i punteggi di quel giorno e dividendo il totale per 4. Ad esempio, se il lunedì avete ottenuto i seguenti punteggi: 3 - 3 - 2 - 4, il totale sarà 12. Dividendo il totale per 4, otterrete $12:4 = 3$.

Riporterete allora il numero 3 nell'ultima colonna, come media di stress durante il lunedì. Procederete quindi in modo analogo per gli altri giorni.

Alla fine della settimana, riportate i punteggi giornalieri in un grafico come il seguente:



Per ogni giornata, segnate nel grafico un pallino in corrispondenza al punteggio medio di quel giorno. Se per 4 o più giorni i punti segnati sul grafico superano il livello d'allarme, allora può essere utile analizzare meglio il proprio livello di stress ed apprendere alcune tecniche per gestirlo in maniera più efficace, ricorrendo, se necessario, all'aiuto di uno specialista.

BIBLIOGRAFIA

Bagdadi, M.P. (2002), *Genitori non si nasce ma si diventa*, Milano: Franco Angeli.

Barone, L. (1997), *Verso una concezione integrata dello sviluppo emotivo-affettivo*, in Czerwinsky Domenis L. (A cura di) *Obiettivo bambino. Dalla ricerca pura alla ricerca applicata*, Milano: Franco Angeli.

Berry Brazelton, T. & Sparrow J.D. (2003), *Il bambino e ...la disciplina*, Milano: Cortina.

Bowen, M. (1998), *Dalla famiglia all'individuo*, Milano: Astrolabio.

Brazelton, T.B. & Nugent. K. (1997), *La scala di valutazione del comportamento del neonato*, Milano: Masson.

Hogg, T. & Blau, M. (2002), *Il linguaggio segreto dei neonati*, Milano: Mondatori.

Come fare il genitore

Lemoine, P. (1996), *Educare : il grande mestiere*, Cinisello Balsamo: San Paolo.

Macario, L. (1998), *Genitori: i rischi dell'educazione*, Torino: SEI.

Maziade, M. (1992), *Guida per genitori preoccupati. Amare senza colpevolizzarsi*, Torino: ElleDiCi.

Meazzini, P. (2000), *L'insegnante di qualità*, Firenze: Giunti.

Pascoletti, C. (1994), *Batteria Mater*, Gorizia: TecnoScuola.

Stott, D.H. (1972), *The parent as teacher: a guide for parents of children with learning difficulties*, New York: New Press.

Carlo Pascoletti

Psicologo e psicoterapeuta ad indirizzo cognitivo-comportamentale, dal 1982 al 1996 ha ricoperto il ruolo dirigenziale presso il Consorzio per l'assistenza medico psico-pedagogica della provincia di Udine (CAMPP), con responsabilità anche di organizzazione e direzione dei corsi di specializzazione per l'insegnamento agli handicappati rivolti al personale della scuola. Ideatore ed autore di software specifici per il settore didattico e della riabilitazione, è esperto di problemi connessi agli aspetti cognitivi e neuropsicologici dell'apprendimento in soggetti con difficoltà cognitive. Svolge attività di psicoterapia, counseling familiare e parent-training. Ha svolto per diversi anni attività di docenza presso l'Università di Padova e Urbino. Attualmente è docente a contratto, presso il Dipartimento di Scienze Mediche e Sperimentali (ins. Tecniche e Metodologie di Riabilitazione e Psico-educazione II) dell'Università di Udine.