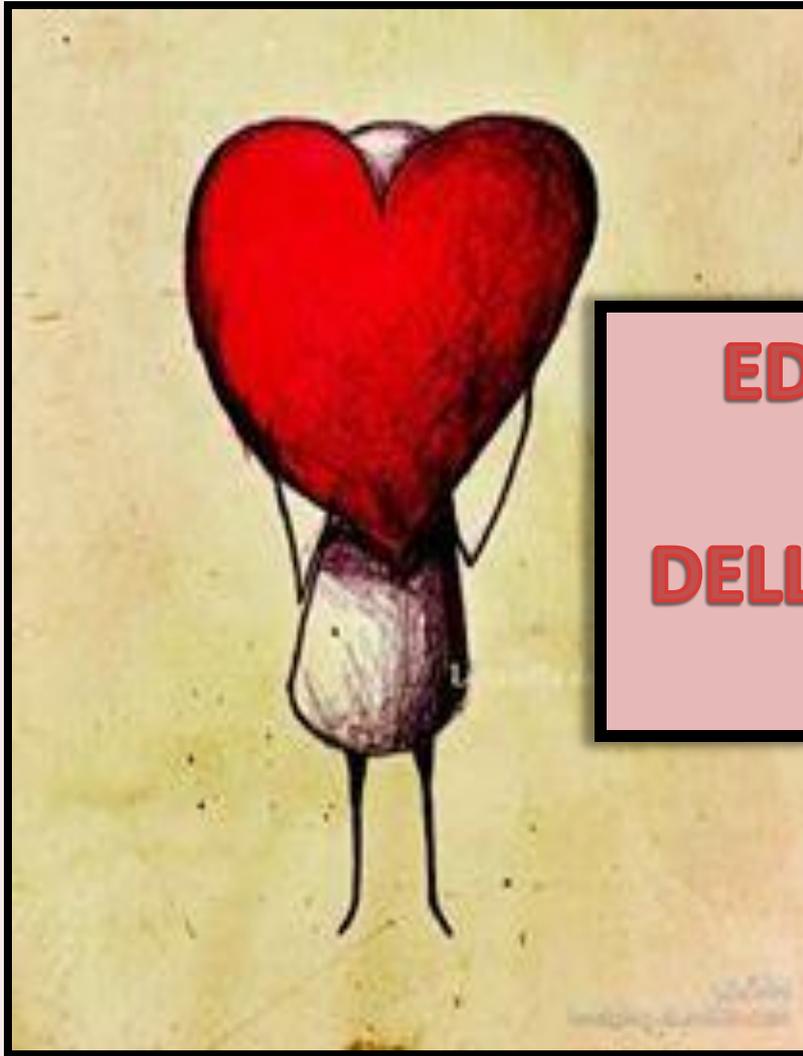


Istituto Comprensivo Bra 1



**EDUCARSI PER EDUCARE:
L'AUTOREVOLEZZA
DELL'ADULTO E I BISOGNI DEL
BAMBINO**

1 febbraio 2018



ADULTI AL TIMONE DELLA NAVE

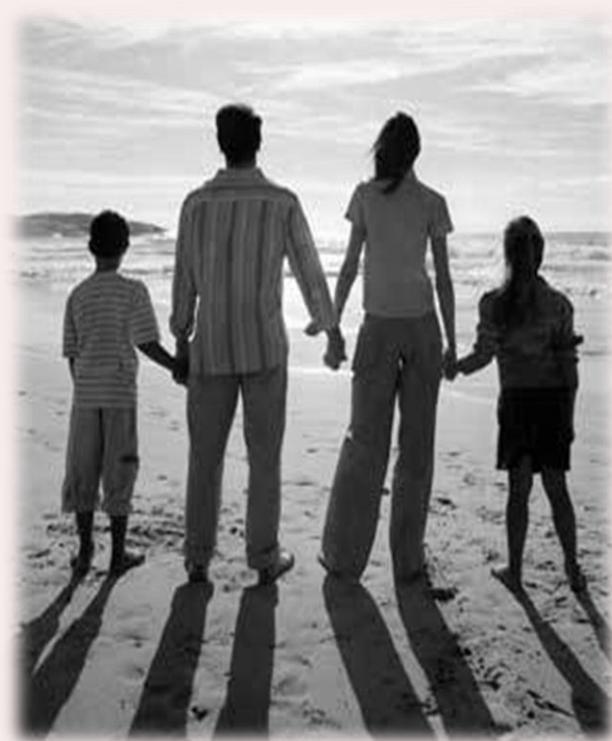
**Quale direzione si sta percorrendo
come adulti che educano?**

Educazione come...

...esplorazione continua...

...ripartire verso nuove destinazioni...

...cambiamento quotidiano...



**In questi itinerari di viaggio, gli adulti sono chiamati a guidare la nave educativa
insieme...**



...devono sapere dove vogliono andare e nella valigia devono mettere tutto ciò che è necessario per affrontare questo lungo viaggio, prevedendo imprevisti, possibili problemi, momenti faticosi, grandi gioie di scoperta...



**L'altro, il bambino,
mi obbliga a **guardarmi** meglio **dentro**,
a continuare questa definizione e costruzione di me stesso
che dura tutta una vita.**

IL BAMBINO, IL SUO SVILUPPO E IL SUO MONDO PSICHICO

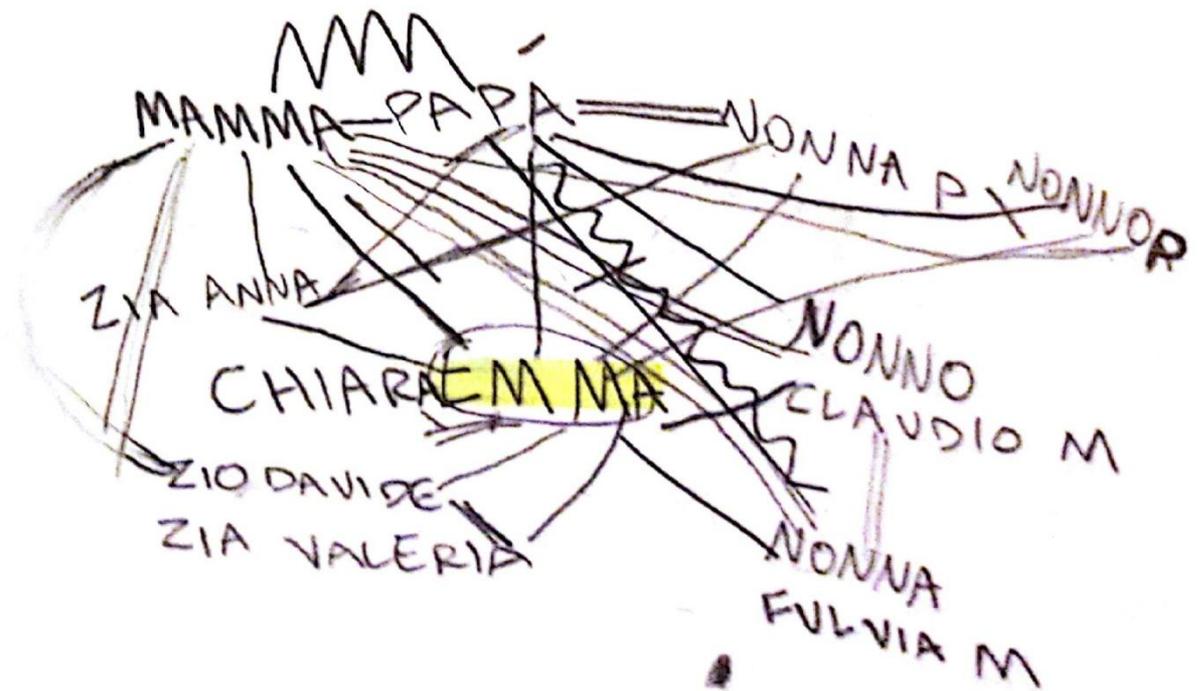


È necessario non fermarsi su una sola ipotesi causale, bisogna invece mettersi in una posizione di osservazione che tenga conto non solo del comportamento del bambino, ma anche del proprio e del contesto di riferimento.

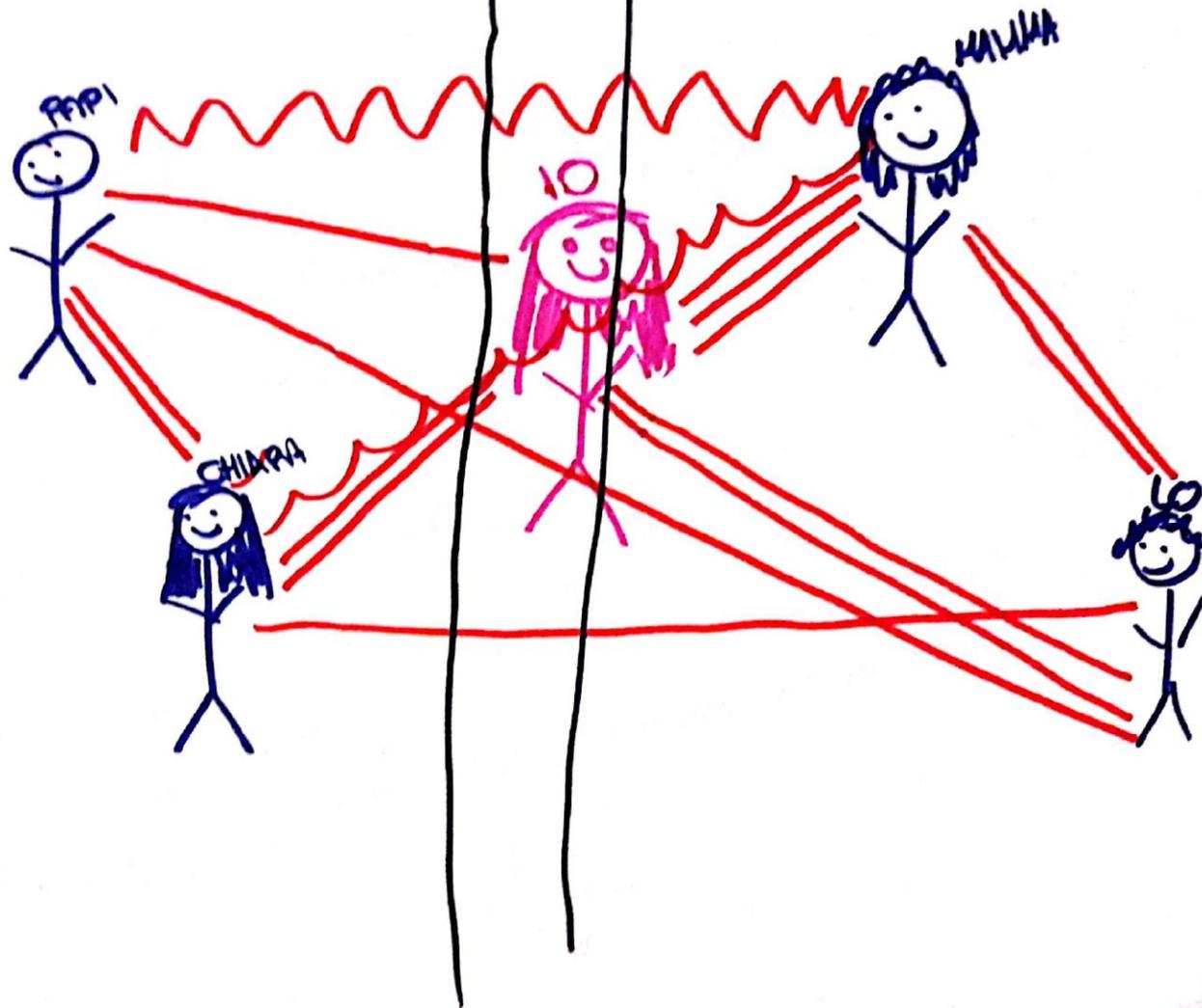
Da dove si deve iniziare per descrivere il mondo psichico del bambino e i suoi bisogni?

**“Non c’è niente al di fuori della relazione (...)
L’essere umano esiste solo in relazione a qualcuno.
Se non c’è una relazione, questa persona non c’è”.**





MAPPA RELAZIONALE DI EMMA – 10 anni



MAPPA RELAZIONALE DI ANNA – 10 anni

UNA FOTOGRAFIA DEI BAMBINI E DEI RAGAZZI DI OGGI





“I ragazzi di oggi non sono gli stessi di ieri, così come le loro famiglie. Molti giovani vivono la crescita **con la paura del fallimento, di deludere aspettative e investimenti ideali** costituitisi spesso nell’età infantile, quando si è sempre «fenomeni», «bravissimi», candidati al pallone d’oro o al titolo di miss. Nel corso degli anni, abbiamo **«adultizzato i bambini e infantilizzato gli adolescenti»**, esagerando con i «sì» per favorire lo sviluppo della creatività e del talento, buttando poi la palla in corner con i «no», davanti alle inquietudini dell’adolescenza”.

(M. Lancini, *Abbiamo bisogno di genitori autorevoli*)

LA NUOVA FAMIGLIA AFFETTIVA

Nell'infanzia punta tutto su:

AUTONOMIA

CAPACITÀ

TALENTI

FARE ESPERIENZE

CONDIVISIONE CON I PARI

LASCIAR FARE OGNI COSA

INTERPRETARE OGNI RICHIESTA COME UN BISOGNO

ANTICIPARE E POI TUTELARE

DIRE SEMPRE "SI"

SI VUOLE RENDERE IL **BAMBINO AUTONOMO E SICURO DI SÉ**

CRESCITA IPERPROTETTA E CURATA

SVILUPPO DI COMPETENZE

Infonde nel bambino
**ASPETTATIVE IDEALI DI RIUSCITA PERSONALE
E DI SUCCESSO SOCIALE**

Costruzione di un **ideale dell'IO IPERTROFICO**,
molto esigente, non saziabile in adolescenza

“ [...]Oggi l'educazione emotiva è lasciata al caso e tutti gli studi concordano nel segnalare la tendenza, nell'attuale generazione, ad avere un maggior numero di problemi emotivi rispetto a quelle precedenti.

[...]Oggi i giovanissimi sono più soli e depressi, più rabbiosi e ribelli, più nervosi ed impulsivi, più aggressivi e quindi impreparati alla vita, perché privi di quegli strumenti emotivi indispensabili per l'autoconsapevolezza, l'autocontrollo, l'empatia, senza i quali saranno sì capaci di parlare, ma non di ascoltare, di risolvere i conflitti, di cooperare”.

(U. Galimberti, *L'ospite inquietante*)

Vecchi compiti...nuove sfide

a partire da...



Famiglia basata sul benessere affettivo

Differenza di ruoli tra genitori e figli

Creazione di un clima familiare gradevole e accogliente

QUALI SONO I VERI BISOGNI DEI BAMBINI?



**Che cosa è necessario per favorire un sano sviluppo di sé?
È sempre giusto proteggere e anticipare?
Quali conseguenze può avere un'educazione che mette al
bando la solitudine, la noia e qualsiasi esperienza di
sofferenza?**

EDUCARE AL DOLORE E ALLA FRUSTRAZIONE



Conoscere ed imparare a gestire le emozioni negative fin dall'infanzia, in un ambiente sicuro come la famiglia, aiuterà i bambini a sviluppare una serie di strategie per affrontare e regolare le emozioni, in modo da coltivare un'identità sana in termini di maturità emotiva.

BAMBINI E FRUSTRAZIONI



Perché è importante insegnare ai bambini a tollerare la frustrazione?

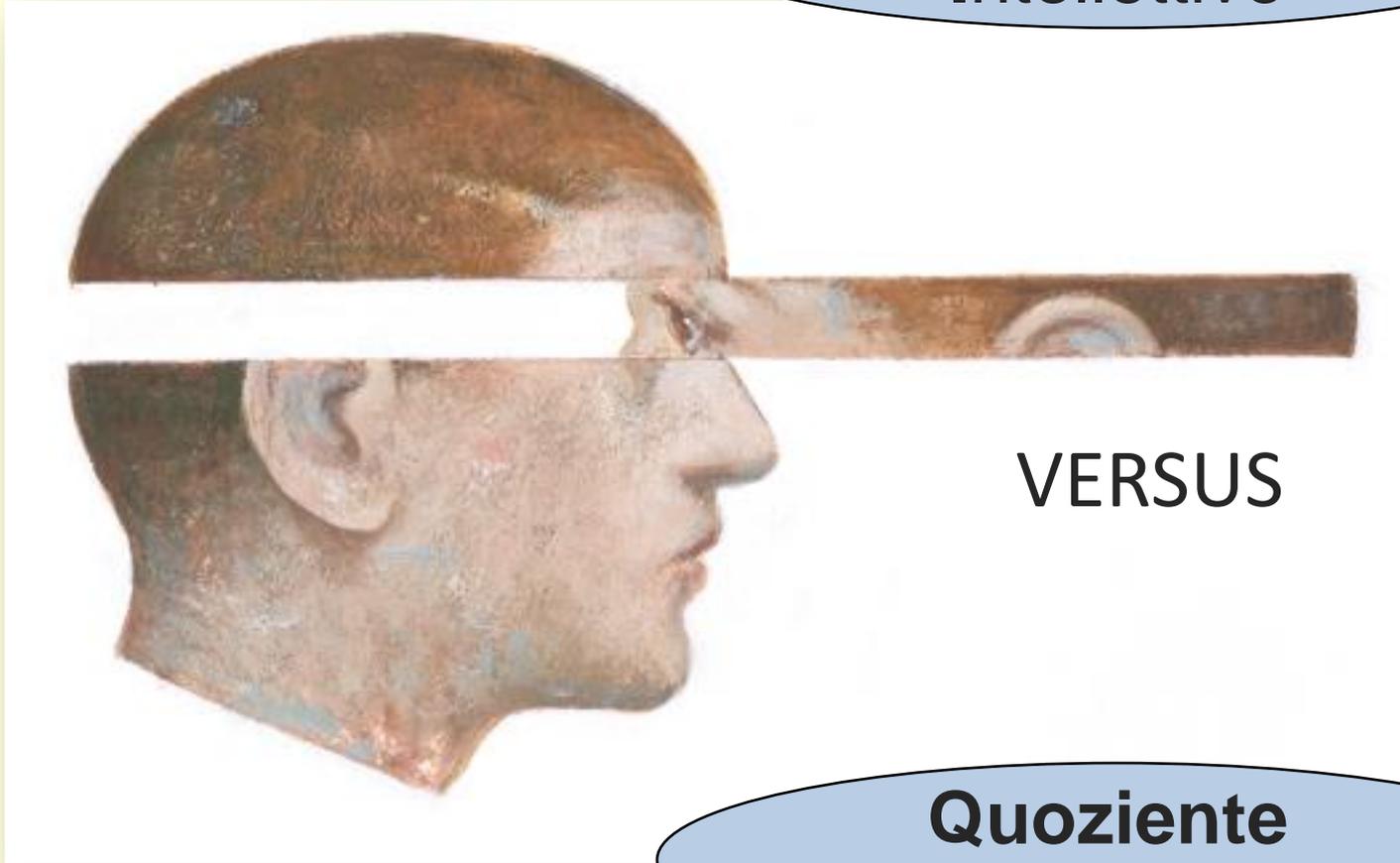
Perché la frustrazione è una delle emozioni più potenti che influenzano la costruzione dell'autostima di un bambino, quella che ne determina il valore e mette in evidenza gli aspetti su cui può migliorare. Per questo motivo, imparare a tollerare la frustrazione fin da piccoli permette ai bambini di iniziare a costruire le fondamenta della loro **RESILIENZA**.

LE EMOZIONI E IL DISAGIO IN AMBITO SCOLASTICO

Negli ultimi anni si è assistito ad un aumento delle segnalazioni in ambito scolastico rispetto a diverse manifestazioni del disagio in età evolutiva.



**Quoziente
Intellettivo**



VERSUS

**Quoziente
Emotivo**

PAURA
TRISTEZZA
FELICITA'
RABBIA
VERGOGNA
SOLITUDINE
PREOCCUPAZIONE

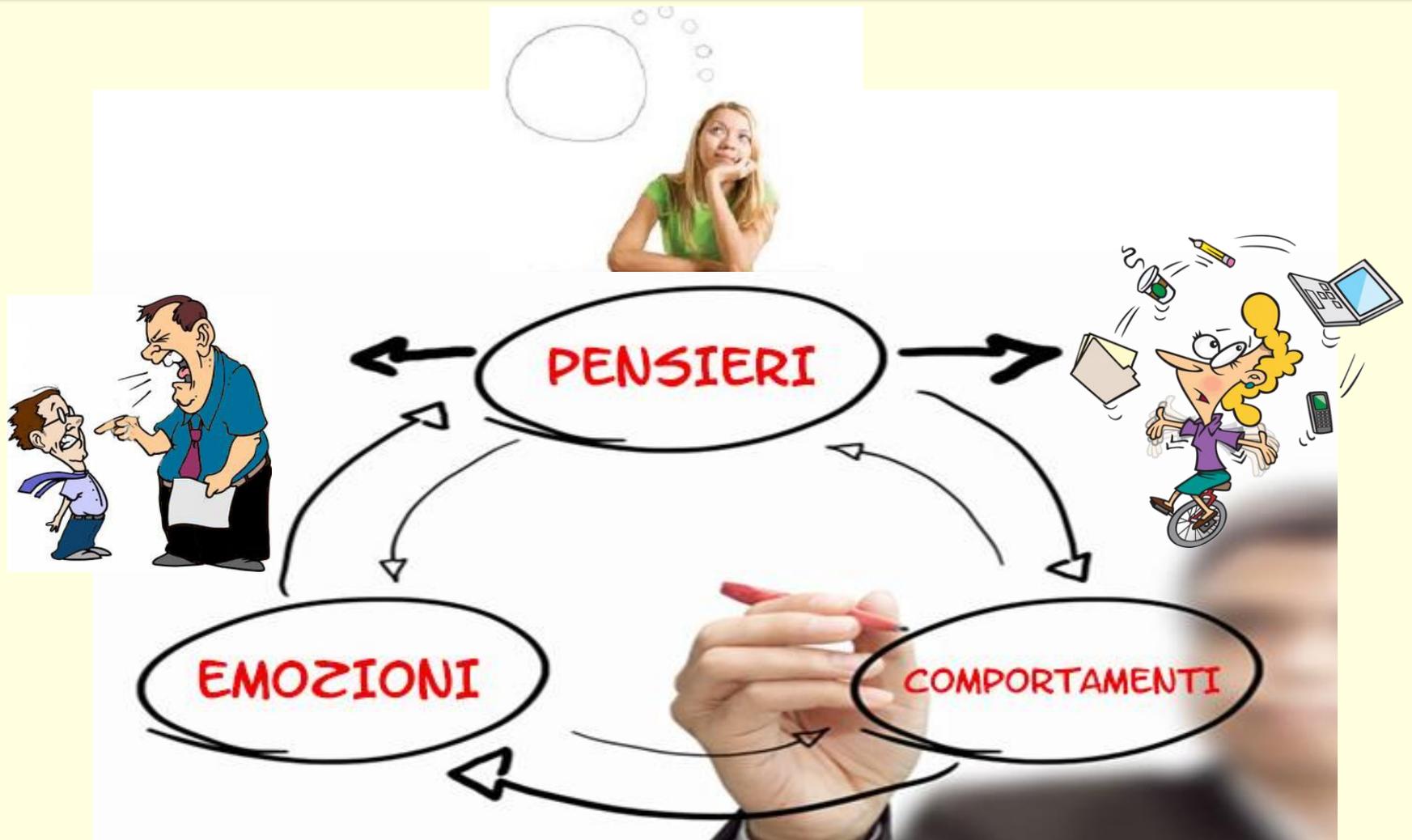


CORTOCIRCUITI EMOZIONALI



L'AUTOREGOLAZIONE DEL BAMBINO

Processi che ci consentono di regolare:





Attenzione: difficoltà a selezionare le informazioni rilevanti, a concentrarsi su un'attività per un tempo prolungato, a portare a termine un'attività



Comportamento : difficoltà a stare seduti, fermi, goffaggine, comportamenti pericolosi

Pianificazione: difficoltà ad individuare e rispettare fasi di risoluzione dei problemi, scarso utilizzo di strategie

Difficoltà di autoregolazione

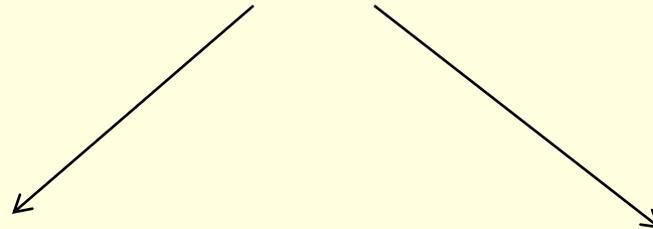


Impulsività: difficoltà ad aspettare il proprio turno, a pensare prima di parlare o agire

Emozioni: scoppi di rabbia, difficoltà a tollerare i "no" e i tempi di attesa



L'autoregolazione influenza



APPRENDIMENTO



**ADATTAMENTO
SOCIALE**



L'ESPERIMENTO DEI MARSHMALLOWS



[VID-20171018-WA0002.mp4](#)

Chiedere ai bambini di aspettare un secondo dolcetto senza mangiare il primo li costringe a:

- ✓ **dover trovare nella loro mente una soluzione ad un problema** che in quel momento si trovano a dover affrontare, cioè resistere alla tentazione di cedere a quella delizia
- ✓ **controllare il modo in cui pensano e agiscono** mettendo in atto delle **strategie** che aiutino a raggiungere il risultato

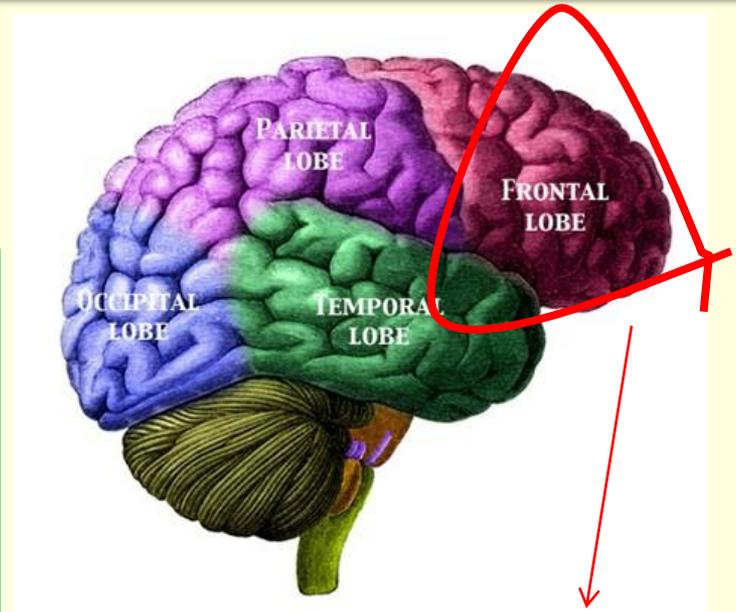
Sviluppo dell'autoregolazione: quali fattori sono importanti?



Fattori biologici



Sviluppo cerebrale ed in particolare quello della corteccia prefrontale e delle aree a essa connesse



si sviluppa lentamente fino all'adolescenza

Perciò l'autoregolazione, pur avendo un esordio precoce, richiede uno sviluppo prolungato nel tempo.

Fattori ambientali

RUOLO DEGLI ADULTI DI RIFERIMENTO

Stile educativo

Attività educative

Legame di attaccamento



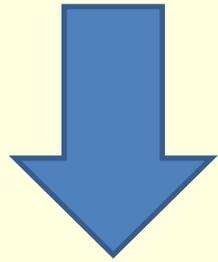
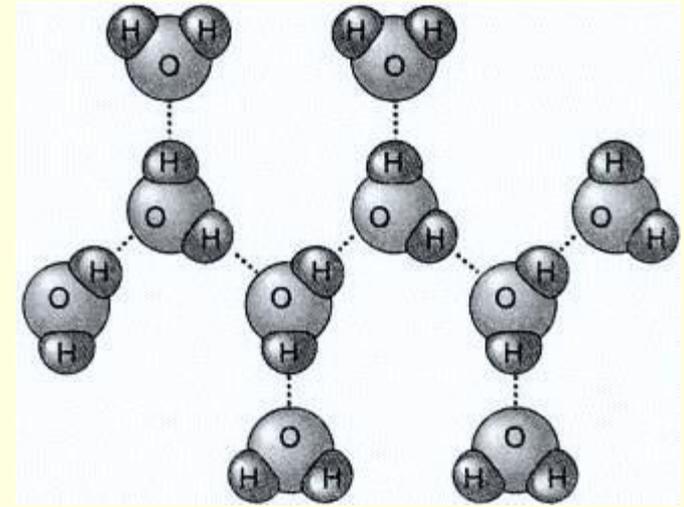
La **relazione** privilegiata con l'adulto costituisce la prima palestra in cui il bambino può essere stimolato a esercitare la capacità di autoregolarsi.

I processi regolativi dipendono dal contesto interpersonale in cui il bambino cresce: sono **processi interpersonali** influenzati sia dal *temperamento* del bambino sia dalla *responsività genitoriale*

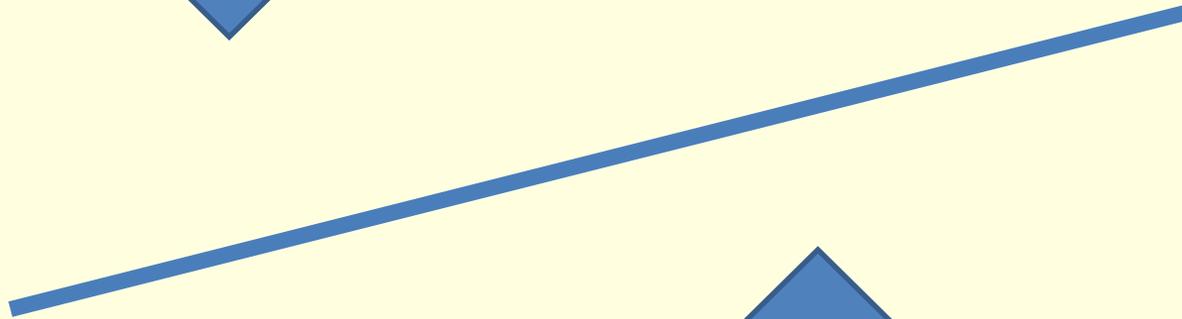
(Greenberg, Kusche, Spelz, 1991).



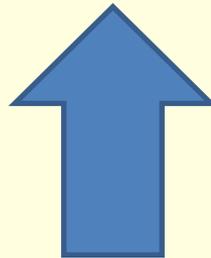
Legame tra....



Comportamento
problema



Comunicazione



**Comportamenti
dirompenti**

**Frustrazione, timori,
problemi di
comunicazione**

Quando i bambini vivono uno stato emotivo, spesso **non hanno le parole per poterlo raccontare** e di fronte a situazioni che generano disagio rimangono incapaci di dare voce e parole alla propria **“fatica di crescere”**, obbligandosi spesso a raccontarla attraverso agiti.



Per un bambino vivere emozioni complesse e non **trovare adulti significativi in grado di “sintonizzarsi” con esse, riconoscendole, rispecchiandole**, soprattutto **contenendole e dando loro un significato**, vuol dire abitare un “territorio sospeso” dove la regola è quella del non detto e dove le emozioni possono trovare altre vie, anche disfunzionali, per diventare visibili.

LA COMPETENZA EMOTIVA

COME RISORSA PER AFFRONTARE ED EDUCARE ALLA FRUSTRAZIONE





L'educazione emotiva: ovvero la valigia di sicurezza

Una buona educazione emotiva appare quindi il migliore rapporto da instaurare con il bambino

per renderlo competente, efficace, autonomo, sicuro e in grado di affrontare con successo le inevitabili frustrazioni della vita.

Una sorta di vaccino in grado di aiutare a evitare quei pericoli che soprattutto nella preadolescenza e adolescenza diventano insidiosi.



Occorre incontrare i giovani fin da bambini, insegnare a desiderare, ad aspettare, a sentire la mancanza, a esplorare, a dilazionare quanto vorrebbero;
occorre non essere iperprotettivi, ma dare regole e contenimento, così come accoglienza e rispecchiamento.

Occorre essere adulti autorevoli.

- Riappropriarsi dell'autorevolezza e dell'accoglienza
 - Prendersi il tempo per la relazione
- Recuperare le emozioni che fanno crescere:
VALIDARE, DARE SIGNIFICATO, REGOLARE

La solitudine e la noia

esperienza formatrice utile alla crescita psichica
**il bambino entra in contatto con le
proprie emozioni**



**È bene che i bambini vivano degli intervalli durante i quali
imparano anche a stare da soli con se stessi e ad ascoltare
sensazioni lievi.**

È importante come adulti non trasmettere il messaggio
che si debba passare da un'attività all'altra per riempire
tutti i momenti della vita per allontanare spesso la
paura e l'ansia del "vuoto".



... la famiglia normativa

Per potersi sentire sicuro di sé il bambino ci fa delle domande intorno al suo valore, alle sue capacità, teme che cogliere i suoi **LIMITI** sia la negazione del suo valore e della sua potenza.

Il bambino dovrà percepirsi adeguato, ma non perfetto e il genitore dovrà aiutarlo in questo valorizzando i suoi limiti e trasformandoli in risorse.

Percepire i limiti del bambino non significa doversi sostituire in tutto a lui mantenendo il bambino piccolo.

**LE REGOLE E I LIMITI VANNO POSTI FIN DALLA
NASCITA:**

**questo serve al bambino ad imparare a tollerare la
frustrazione ed è per lui protettivo e rassicurante.**

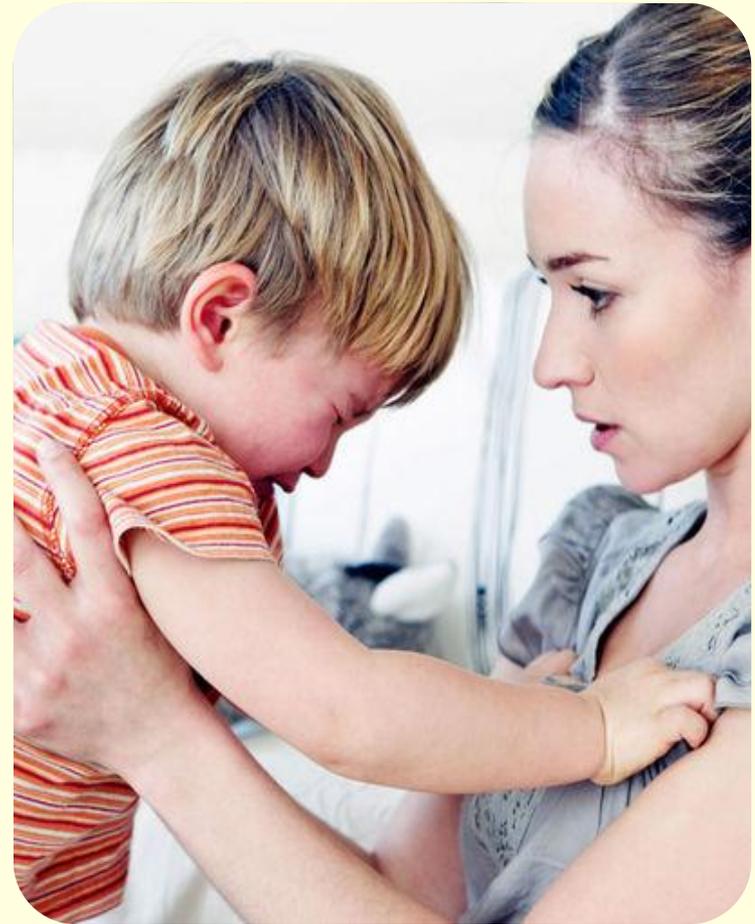
NON HO PAURA A DIRTI DI NO

DIRE NO È IMPORTANTE PERCHÉ:

- le regole danno sicurezza e contenimento
- le regole esterne diventano regole interne
- i no permettono di sperimentare e abituarsi a gestire la frustrazione
 - non è possibile avere tutto e subito (imparare ad aspettare/rinunciare)
- il limite aiuta a scoprire che c'è un altro al di fuori di me
 - il bambino può esplorare e utilizzare le proprie risorse
 - permette la costruzione dell'autostima

GENITORI ALLE PRESE CON I BAMBINI: IMPARARE AD ASCOLTARSI

La risposta adulta
è condizionata dal
proprio vissuto
e dai propri stati
d'animo.



PERCHÉ È DIFFICILE DIRE “NO”

Timore di perdere stima e affetto da parte dei figli

Senso di colpa

Timore per le sue reazioni

Timore che non si senta sufficientemente amato

Vissuti legati alla propria esperienza di figlio

Alleanza con il figlio nel conflitto genitoriale

Paura del conflitto

Dover essere coerente nel tempo

L'ASCOLTO DI SÉ

Ascoltare le proprie emozioni, stare in contatto con gli stati d'animo provati al variare delle situazioni, rappresenta un'informazione importante su che tipo di situazione si sta affrontando.



L'ADULTO DI FRONTE AL COMPORTAMENTO DEL BAMBINO

1. **COME CI FA SENTIRE IL COMPORTAMENTO DEL BAMBINO** (paura di perdere il controllo, di perdere autorevolezza, rabbia...)
2. **COME CI FA SENTIRE L'EMOZIONE PROVATA DAL BAMBINO** (senso di colpa, di inadeguatezza, di frustrazione...)
3. **CERCHIAMO DI FAMILIARIZZARE CON LE NOSTRE EMOZIONI DI RISPOSTA** (collera, tristezza, paura,...)
4. **COME GIUDICHIAMO QUESTE EMOZIONI?**
(distruttive per cui le deploriamo, le temiamo, le apprezziamo, pensiamo di provarle in maniera troppo intensa e quindi sono difficili da controllare? Ci fanno temere di poter "esplodere"?)
5. **NON NASCONDIAMO LA NOSTRA COLLERA** e se siamo troppo arrabbiati spieghiamo al bambino che abbiamo bisogno di calmarci prima di affrontare la questione.



La fatica del genitore e la propria esperienza di figlio

È difficile dire di “no” e stabilire regole con i propri figli. A volte l’indecisione a porre il limite è frutto del dispiacere e della frustrazione che i genitori sentono di dover dare al bambino. Il suo dolore diventa intollerabile tanto che, per evitare questa esperienza negativa, si rinuncia a porre norme e limiti. L’identificazione con il dolore del bambino è totale e l’adulto non riesce a sopportarlo.

Ogni genitore, inoltre, deve fare i conti con il proprio personale rapporto con le regole, con lo stile educativo con cui è stato cresciuto.

É DIFFICILE PER ME DIRE «NO»?

CHE RAPPORTO ABBIAMO NOI STESSI CON LE REGOLE?

CHE TIPO DI EDUCAZIONE ABBIAMO RICEVUTO?

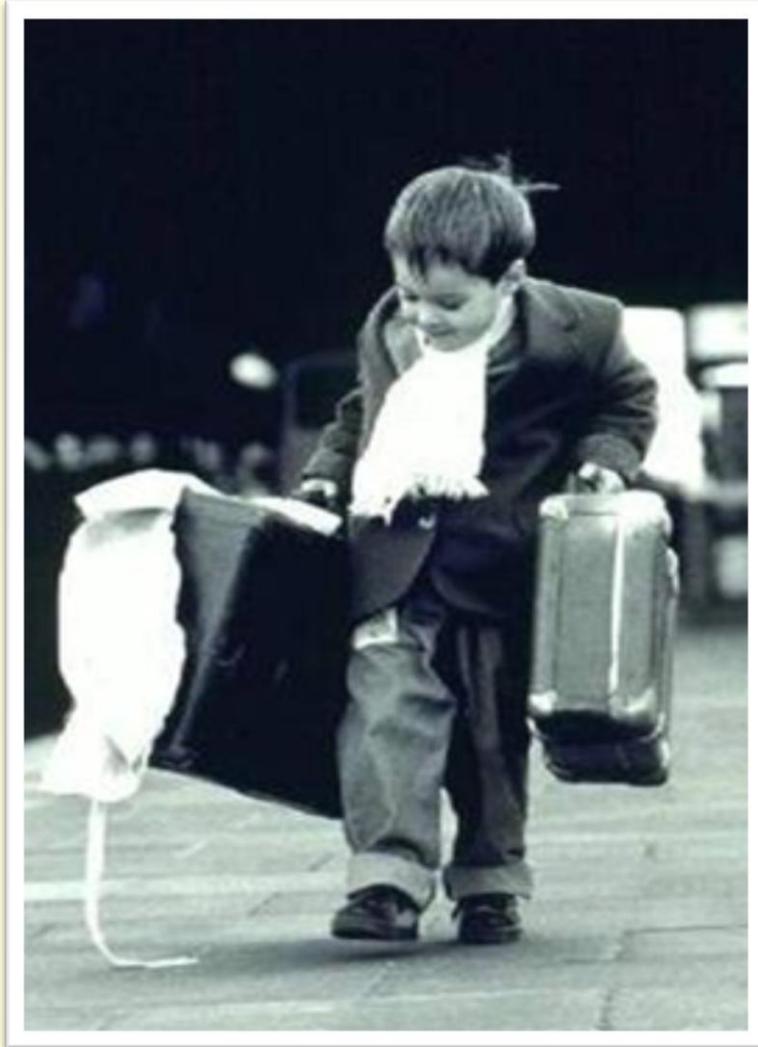
**CHE TIPO DI MODELLO EDUCATIVO CI HANNO TRASMESSO I
NOSTRI GENITORI?**

**CHE RISONANZE EMOTIVE CI ATTIVANO LE PROTESTE DEL
BAMBINO AI LIMITI CHE GLI IMPONIAMO?**

COSA CI FA FATICARE PARTICOLARMENTE?

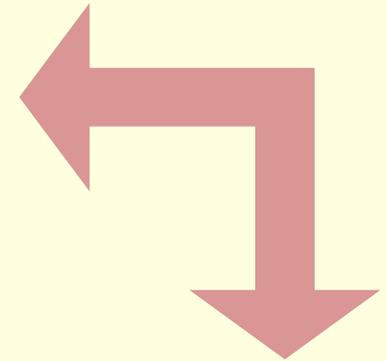
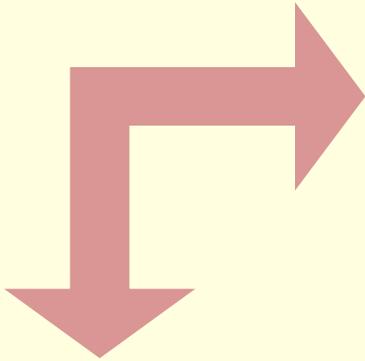
Il genitore, nell'ascoltare il proprio figlio, dovrà avere la capacità di distanziarsi dalla propria esperienza e dai propri pregiudizi, mettendo da parte i propri schemi di riferimento e le proprie convinzioni personali, per...

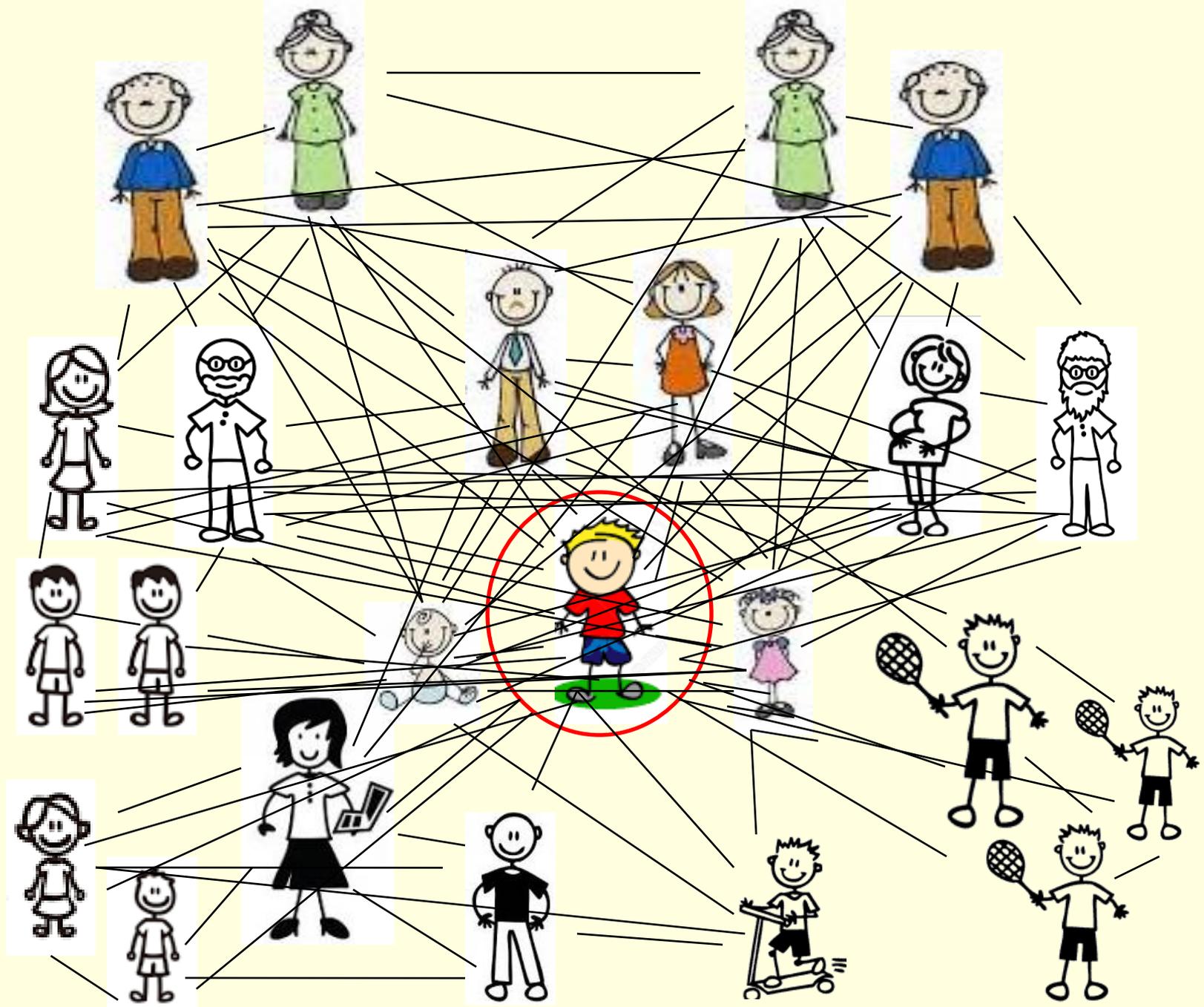
“incontrare l'altro nella sua unicità e irripetibilità, nella sua potenziale libertà di essere totalmente altro da me e dalle mie aspettative”.



***Anche se si è lasciata
la casa paterna
sbattendo la porta o saltando
dalla finestra,
bisogna sempre
tornare indietro
a riprendere
le proprie valigie.
(M. Bowen)***

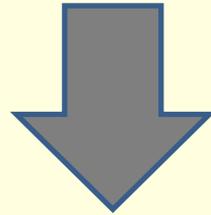
Le relazioni famiglia-bambino-scuola





Ogni soggetto è portatore di:

Affetti, emozioni, valori, esperienze, conoscenze, etc.



C'È UN INCONTRO TRA STILI DIFFERENTI



Le relazioni reciproche influenzano
sia *i soggetti*, sia *il contesto*.

“BUONE” DOMANDE CHE ORIENTANO

1. Che messaggio desidero trasmettergli?

2. Perché dico questo?

3. I miei bisogni sono in competizione con quelli del bambino?

4. Che cosa ha più valore per me?

5. Qual è il mio obiettivo?

6. Che adulto voglio che diventi?

...dare dignità alla
fragilità...
ed educare alla
speranza



“Vivere, nonostante **la fragilità** insita nel nostro essere “infiniti feriti”. Riconoscere tale condizione e **attraversarla con coraggio, imparare ad abitarla**, senza soccombere alla paura di essere inadeguati.

Si può. È l'arte di vivere, l'arte di essere fragili, perché, proprio nell'affrontare le difficoltà, nell'amare, nell'aver una destinazione risiede il senso più profondo dell'esistenza.”

(L'arte di essere fragili – D'Avenia)



**I figli chiedono rapporti profondi,
onesti e consapevoli,
per trasformarsi a loro volta in adulti
autentici e affettivi.
Se troviamo dentro di noi le risposte
alle loro esigenze,
se ammettiamo la complessità delle nostre passioni,
se ricordiamo la nostra infanzia
e gliela sappiamo raccontare,
se prendiamo sul serio il loro punto di vista,
se accogliamo le loro trasgressioni ,
anche senza accettarle ,
se li sosteniamo sempre con tutta la nostra fiducia,
saremo genitori forse imperfetti, ma passabili.
E il nostro amore non li deluderà.**

(tratto da “Un genitore quasi perfetto” di B. Bettelheim)

**GRAZIE PER
L'ATTENZIONE!**

Dott.ssa Alessia Allocco, Psicologa-Psicoterapeuta