

IL GIARDINO SEGRETO

dott.ssa Rossana Candia

Abbiamo dentro tutti noi la necessità di avere un posto dove possiamo coltivare il nostro giardino segreto, dove realizzare un incontro reale ed esclusivo con noi stessi

Top secret

Il giardino segreto”, della scrittrice anglo-americana Frances Hodgson Burnett. ” ci suggerisce che ognuno di noi può trovare la chiave e la porta di un luogo speciale in cui entrare in armonia con sé stessi

Coltivare il proprio mondo interiore

Gli esperti considerano il percorso di crescita del bambino come un lento e graduale processo che ha come meta l'individuazione di sé attraverso cui ogni essere umano impara a percepirsi come un soggetto distinto e differenziato dagli altri con una propria identità, con idee, pensieri e intenzionalità del tutto proprie.

Per aiutare il bambino a sviluppare una sua personalità è necessario offrirgli tempi e di spazi dove sperimentare forme di autonomia e di indipendenza, non solo dove cimentarsi in abilità legate al fare, ma anche dove sperimentare proprio una intimità con sé stessi.

Giocare da soli con il giocattolo preferito, addormentarsi da soli, provare momenti di noia nel silenzio della propria cameretta, sognare ad occhi aperti aiutano ad ascoltare e riconoscere i moti emotivi del proprio mondo interiore, imparando a stare bene con se stessi.

In un mondo così pieno di sollecitazioni dobbiamo ogni tanto mettere al riparo i nostri bambini aiutandoli anche a coltivare il silenzio dentro di loro ed disporre di piccole e brevi esperienze di sana solitudine. È attraverso il dialogo interiore che ognuno di noi struttura la propria personalità e delimita il proprio spazio intimo, senza il quale diventa difficile mantenere un giusto equilibrio col mondo esterno, la vita sociale.

Non sempre il genitore è in grado di farlo perché vede quei momenti solitari più come forme di isolamento, come fuga, oppositività o disadattamento e non come la condizione ideale per sviluppare forme di autoconsapevolezza e di benessere. Mosso in genere da buone intenzioni spesso il genitore è portato a richiamare il bambino quando si apparta, ad inserirsi nel suo gioco, ad aprire la cameretta se è chiusa e addirittura in età adolescenziale a sbirciare nel diario segreto o andare su Facebook.

Prime espressioni di individualità e la sua evoluzione

CURIOSITA'

Il primo cerchio disegnato dal bambino in genere verso i 3 anni, ci parla proprio della comparsa di una consapevolezza del bambino di una sua realtà interiore, (prima sono scarabocchi perlopiù filamenti disordinati sul foglio poi quel filamento va a comporsi in una linea chiusa dando forma ad un cerchio, simbolo della comparsa di un dentro e fuori. E proprio quello spazio interno deve essere prima di tutto riconosciuto, protetto e coltivato. Non è un caso che la comparsa del cerchio nel disegno infantile si accompagna alla comparsa della parola IO. Il bambino comincia a sentirsi come entità separata dal mondo.

Forme di interiorità

Gli oggetti transazionali: un sonaglino un peluche una pezza morbida con cui i bambini piccoli si intrattengono permettono di sopportare il proprio stato di separazione proprio quando l'illusione di essere un tutt'uno con lei comincia a venir meno. Il loro nome originario è *oggetto transizionale* coniato da Donald Winnicott, noto psicoanalista infantile, proprio perché si costituiscono come *un'area intermedia* dove fare l'esperienza dell' "essere soli ma in compagnia", sentirsi di essere con mamma, ma in sua assenza. E' un'illusione magica e creativa. Un'esperienza fondamentale per il bambino perché aiuta il passaggio dalla totale dipendenza dalla figura materna ad una prima forma di indipendenza, dal me al non me, dal dentro al fuori, dal soggettivo e all'oggettivo

È mio! È mio! Le proprie cose, prolungamento di sé: il desiderio di avere un gioco tutto per sé da non dividere a tutti i costi con gli altri, la possibilità di fruire di spazi distinti nella cameretta, contenitori diversi per i giocattoli, soprattutto quando si hanno dei fratelli, rafforza la propria identità.

Giocare da soli: Giocare è una cosa seria diceva Freud... altro che pura evasione, o dolce far nulla... ma cibo per la mente e per il cuore! Giocare per i bambini equivale a *pensare*: i bambini piccoli infatti non sono in grado di capire cosa provano, ma avvertono solo un intreccio di sensazioni e di emozioni cui non sanno dare un nome. Il gioco può essere considerato il modo più semplice e più diretto per esprimere i propri pensieri.

Ed è importante che se vediamo il bambino giocare assorto e serenamente non dobbiamo disturbarlo perché sta facendo una esperienza importantissima: *stare da solo* ma in una situazione protetta sotto il vostro sguardo non invadente, tappa fondamentale per accedere poi ad un maggiore senso di indipendenza.

Uno spazio tutto per me: la tana I bambini sin dai 3 anni amano crearsi uno spazio segreto e nascosto dove rifugiarsi, può essere la casetta, o uno spazio creato con dei cuscini sotto il tavolo, in un' angolo, a mo' di tana o fortino, o una tenda in giardino. La delimitazione di uno spazio fisico personale è indicativo del bisogno di ritagliarsi uno spazio psicologico di autonomia. I bambini si rannicchiano dentro per sentirsi protetti, per fare le cose che piacciono, in libertà, lontano da occhi indiscreti, dai giudizi degli adulti, separando sé stessi dagli altri.

La delimitazione tra ciò che sta dentro e ciò che sta fuori viene così a simbolizzare l'individualità e aiuta a creare quella dimensione intima che è alla base della formazione della personalità e dell'equilibrio psichico.

Non mi racconta niente! Già dalla scuola materna i bambini amano proteggere il loro mondo. Il silenzio fuori da scuola o un "tutto bene" un po' spiccio quando arriva la mamma che a raffica gli fa una serie di domande su cosa ha fatto a scuola rappresenta il bisogno del bambino di crearsi uno spazio personale erigendo una barriera tra sé e i grandi.

Nessuno mi aveva detto che il suo ingresso alle scuole medie avrebbe coinciso con la mia uscita dalla sua intimità.

O meglio, qualcosa me lo avevano detto e qualcosa me lo ricordavo, ma non mi aspettavo che tutto sarebbe accaduto così in fretta. Mentre le ansie e le paure rispetto alle novità di mio figlio in questo nuovo mondo crescono, ora che più che mai avrei bisogno di parlare con lui per sapere, assicurare ed essere assicurata...

Ecco che ora, proprio ora, lui mi allontana

Mi sento esclusa dal suo mondo.

Mi sembra di essere una presenza ingombrante.

Non mi racconta più tutto quello che gli succede. Ormai tutta la sua giornata gira intorno agli amici. Scopro di provare gelosia...

I suoi amici gli propongono sempre cose nuove da fare. Tutte queste novità mi mettono ansia e paura di quello che potrebbe succedergli.

Si allontana sempre più da me!

La cameretta: ad un certo la propria tana diventa la propria cameretta. Verso i 10 -11 anni diventa il luogo preferito dove giocare fare i compiti, un luogo le cui pareti vengono tappezzate dai preadolescenti con foto, disegni, cartoline, biglietti ricordo. Muri che trasudano di slanci nuovi, nostalgie e di esperienze vitali in corso, vero specchio della loro identità in mutazione. Nella sua stanza, e nel silenzio, un ragazzo-a si ritrova. Mentre tace, pensa. Sperimenta la capacità di

stare fuori dal gruppo. Si riconcilia con se stesso. E recupera le energie per affrontare il mondo.

Nella propria camera c'è sempre uno spazio privato come un cassetto più facilmente usato dai maschi dove custodire oggetti biglietti che parlano di sé a volte anche qualcosa che a che fare con i primi spinelli...

E poi c'è l'amico diario. Soprattutto le ragazzine amano depositare sulle pagine del proprio diario amori immaginari pensieri desideri aspirazioni in piena libertà sottraendo sé stesse al giudizio e alle attese degli altri. Pagine che diventano uno schermo su cui la adolescente delinea la propria identità in modo creativo e le turbolenze della propria vita affettiva... Come osserva Vegetti Finzi *“Il diario, sigillato da un lucchetto più simbolico che reale, pretende il segreto. Anche se «casualmente» viene dimenticato in modo che la mamma lo possa leggere, altrettanto casualmente. Ma non è lei l'interlocutore privilegiato, chi scrive, anche quando evoca un corrispondente immaginario, si rivolge a se stesso nell'intento di scandagliare le parti in ombra della sua personalità e di fissare le ambivalenze e le intermittenze dei sentimenti”*.

I genitori spesso notano che i figli sperimentano sé stessi nel mondo senza aver bisogno di consigli, suggerimenti o del supporto delle persone adulte della famiglia o tra i parenti. In questi momenti i figli attingono alle proprie risorse interiori ed all'educazione ricevuta. Eppure quante volte sarà capitato ad una madre nel riordinare la stanza della figlia di porre casualmente lo sguardo sulle pagine di un diario aperto sulla scrivania. Che fare? Qualcuno non riesce proprio a sottrarsi ad indagare nel mondo interiore della figlia. Lo si fa per conoscere gli umori tenuti nascosti per controllare se ci sono dei pericoli in agguato lo si fa insomma per tutelare il proprio figlio non si riesce a farlo parlare

Perchè non farlo

Il figlio deve poter fruire di uno spazio tutto per sé che lo aiuta a crescere

Spesso i pensieri scritti riguardano una realtà immaginativa e non è detto che corrisponda tutto a realtà

Cosa fare

Instaurare un clima di fiducia una buona comunicazione che metta nelle condizioni il figlio di confidarsi quando è in difficoltà.

Cosa succede se voi spiate e il figlio se ne accorge?viene meno il rapporto di fiducia e soprattutto di rispetto, i figli si sentono messi a nudo nelle loro fragilità che stanno tentando di contenere proprio attraverso le pagine del diario.

E poi c'è Facebook ma quella è un libro aperto che i genitori vanno a controllare per vedere con chi il figlio stringe amicizie o gli sms sui cellulari.

dott. ssa Rossana Candia

Bau...sette! Gioco e Creatività

www.bausette.it