

Le mille domande dei genitori

Rossana Candia

I bambini crescono crescono in fretta. Dopo il primo anno di vita numerose e repentine sono le scoperte e le acquisizioni che un bambino fa sotto gli occhi dei genitori.

E i genitori rimangono a bocca aperta colti dallo stupore, dalla meraviglia nel vedere il proprio bambino sempre più competente e impegnato ad esprimere la propria personalità.

Se prima si passava il tempo a tenere in braccio il proprio pargoletto ora lo si vede sgambettare felice e curioso alla scoperta del mondo.

Sorgono allora nuovi modi di interagire con lui e insieme sorgono nuove domande circa le sue esigenze e i suoi bisogni.

Spesso infatti i progressi del bambino, dal punto di vista cognitivo – linguistico e sociale, si accompagnano inevitabilmente a momenti di incertezza e fragilità emotiva (la crescita prevede sempre momenti di regressione: due passi avanti e uno indietro) che spingono i genitori a farsi mille domande per trovare un significato a certi inaspettati e “bizzarri”/insoliti comportamenti del bambino.

La domanda tipica è: *“perchè il mio bambino fa così?”*

Vediamo le situazioni tipiche ...

Perchè dice sempre di no?

Soddisfatti i bisogni primari attraverso le cure e le attenzioni della propria mamma, i bambini verso i 2 anni mostrano un guizzo importante di vitalità e affermazione che gli esperti riconducono alla **fase dei no**. I bambini cominciano a muoversi disinvolti e sicuri verso il mondo e si sentono ora in diritto di poter esprimere il proprio parere sulle cose. Il loro no è come se volesse comunicarci: *“ora posso dire la mia sulle cose che mi riguardano!”* esprimendo tutto ad un tratto così un vero e proprio desiderio di partecipazione alla vita familiare. Ed è proprio la loro intenzionalità che a questo punto ha bisogno di essere riconosciuta e valorizzata dall’adulto.

La pazienza dei genitori può essere però messa davvero a dura prova in questa fase evolutiva del bambino soprattutto quando questi No, a volte davvero ostinati, ostacolano anche la minima programmazione della vita familiare dei genitori: (della serie: *dobbiamo uscire!, vestiti!, mangia, non toccare il vaso di cristallo...* e lui NO NO!).

Eppure la fase del no è un transito obbligato della crescita che apre la porta alle relazioni sociali e alle prime forme d'indipendenza. Premesso che non c'è una soluzione uguale per tutti i bambini il principio base adottabile da tutti i genitori è quello in primo luogo **di rafforzare la fiducia e l'alleanza con il proprio figlio** assicurando sempre la propria presenza al momento del bisogno, offrendo conferme alla sua intenzionalità, offrendo rispetto e cura della sua persona in ogni momento. Si tratta cioè di fornire in concreto **messaggi positivi** che nel corso della giornata devono essere sempre superiori a quelli negativi. Insomma **pochi no su una base di sì** (lo diceva anche Winnicott, noto psicoanalista). Non si può infatti continuare a dire al bambino *non fare questo non fare quello !*, un atteggiamento di limitazione e di coercizione costante oltre che inibire le sue capacità esplorative rischia di attivare una lotta senza fine con il risultato di creare dei *Signor No* a tutto tondo. È importante **essere empatici** verso le fatiche che il bambino può sperimentare nel rispondere alle nostre richieste ad esempio dire *“mi dispiace, ma ora dobbiamo proprio andare a casa!”*, **chiedere le cose per favore** in segno di rispetto del bambino, **dare più tempo e cioè non tendere un agguato con una brutta notizia** quando vogliamo proporre un cambio di situazione (il che significa prepararlo in tempo quando si tratta di dover lasciare i giardinetti o andare a nanna, (ricordatevi i rituali) si tratta di aiutare cioè ad affrontare le delusioni. **Offrire un'alternativa** ad esempio *“dobbiamo uscire puoi scegliere tra la giacca blu o quella rossa”*, **dare spiegazioni** alle regole educative (sfido chiunque non si sentirebbe messo alle strette di fronte ad una richiesta tranchant) **dare informazioni** sui nostri propositi e su ciò che accade. (ad esempio abbiamo fretta, il lavoro mi aspetta, poi faremo, andremo..la vita è in fondo come una lunga storia) **Non prendere alla lettera i no dei bambini** quando provano rabbia nei nostri confronti. Non prendiamo il no semplicemente come atto di sfida di disobbedienza e di opposizione contro di noi, scopriamone altri significati: forse ci stanno chiedendo più tempo, o ci stanno dicendo che sono spaventati, infastiditi o che vogliono andare via perchè il posto è noioso. **Farsi quindi delle domande** di fronte ad un no incondizionato e ripetuto: spesso il contenuto del contrasto è solo un pretesto per esprimere un disaccordo sul piano della relazione, forse c'è qualcosa che non va in famiglia, forse si usano sempre toni accesi e i bambini imparano da noi, forse il bambino si sente costantemente svalutato e reclama di essere riconosciuto nella sua persona e

ahimè è costretto a richiamare l'attenzione su di se usando una strategia non sempre vincente.

Perchè è sempre attaccato al ciuccio?

È noto come il succhiare sia un atto spontaneo che procura al bambino sensazioni piacevoli sia che si tratti del seno, del ciuccio o del dito. E infatti un istinto legato all'esperienza del nutrimento, da sempre considerata la prima esperienza di benessere sia fisica che psichica per il bambino.

Considerando nello specifico il ciuccio, esso, richiamando le forme del capezzolo materno, ha poteri strepitosi nel placare tensioni, le paure, il senso di solitudine e i mille volti delle "bizzate" dei bambini. Note sono in particolare le sue proprietà nel conciliare il sonno del bambino. È una vera forma di ancoraggio a cui il bambino ricorre nei momenti di difficoltà. Il ciuccio come qualsiasi altro oggetto transazionale, vedi copertina o pupazzo, è adatto anche nei momenti di transito come casa –nido, i viaggi, nei momenti di stanchezza a fine giornata o in qualsiasi tipo di crisi come efficaci strumenti di *ricarica, rifornimento* e consolazione per il bambino .

(reclamare il proprio ciuccio ai propri genitori è una espressione di autonomia emotiva e consente al bambino di divenire consapevole del proprio disagio)

Il ciuccio fa così spesso parte del kit di sopravvivenza di ogni genitore. I bambini a volte ne esigono due, tre, tutti insieme. Guai non averlo con sé. Insomma un compagno inseparabile.

Ma Quando lasciarlo?

Se sulla sua utilità si è più o meno tutti d'accordo vi sono posizioni diverse rispetto quando il bambino deve abbandonare questo oggetto prezioso. Prima di tutto ci sono i dentisti che sono tout court contrari all'uso perché il ciuccio perché rovinerebbe l'arcata dentale. Altri, riconoscendo nell'uso del ciuccio un comportamento eccessivamente regressivo, proprio perché legata alla stimolazione della zona orale, la bocca (come se le caramelle i chewingum e le sigarette non svolgessero la stessa funzione calmante negli adulti..) sono dell'idea che debba essere tolto al bambino molto presto. Eppure l'esperienza dell'oralità accompagna il bambino in modo significativo anche fino ai 5 anni.

Un bambino che usa il ciuccio, ha bisogno di sicurezza, e quindi non deve essere oggetto di critiche o di rimproveri e di giudizi, altrimenti l'atto del succhiare viene caricato di sensi di colpa e di ansia.

Verso i 3 anni ,quando il bambino è diventato più sicuro e fiducioso,il distacco dal ciuccio può essere incoraggiato in modo graduale,mai con sparizioni improvvise senza spiegazioni,mai dicendo “l’ho dato al folletto” senza averne parlato prima con il bambino. Bisogna far sì che sia il bambino a lasciare spontaneamente il ciuccio ,quando cioè è pronto psicologicamente. Eventualmente si possono introdurre dei limiti all’uso: ad esempio non quando si è sull’altalena o giù dallo scivolo,(affinché non limiti il piacere del gioco) ma quando verso sera prima della cena la stanchezza genera nel bambino un comportamento capriccioso o insofferente, oppure al momento di addormentarsi. Il ciuccio facilitatore del distacco dal genitore.

Un attaccamento eccessivo al ciuccio richiede una riflessione del genitore,soprattutto se il suo uso persistente diventa per il bambino motivo di chiusura e isolamento dal mondo. In questo caso forse c’è bisogno che il genitore riprenda il suo posto nella vita affettiva del bambino. A volte il ciuccio prende il posto delle parole... quando i genitori si arrendono e si sentono impotenti di fronte alle bizzarrie inspiegabili del bambino delegano tout court al ciuccio la funzione calmante,sottraendosi alla relazione (il ciuccio diviene così ahimè una specie di “tappo” con cui i genitori riducono al silenzio i lamenti dei piccini ... i piccini intanto imparano che quando si prova disagio è meglio rifugiarsi in un gesto auto consolatorio..)

Regola fondamentale quindi: prima di offrire il ciuccio al bambino è sempre bene parlare al bambino affettuosamente,coccolarlo per vedere se le nostre parole e il nostro sguardo comprensivo possono aiutarlo a tranquillizzarsi.

Perché quando lo lascio piange disperato?

Qualche piccolo pianto al momento del distacco dal genitore è inevitabile ed è da considerarsi una reazione sana, indice di buon attaccamento con i propri genitori.

La reazione al distacco varia a seconda dell’età : prima del sesto mese il bambino non ha consapevolezza ,si sente tutt'uno con la mamma e le reazioni possono essere minime o inesistenti. In seguito l’esistenza della mamma si associa al fatto di poterla vedere. Non appena esce dal suo campo visivo, ad esempio la mamma si sposta per un attimo in cucina, agli occhi del bambino la mamma non esiste più. E il bambino può cadere in un pianto a dirotto. In questo caso è importante che la mamma sostenga il suo allontanamento con la voce e cioè continuando a parlare al bambino anche a distanza. Dopo i 12 mesi il bambino

può cominciare a disporre del ricordo di quella relazione speciale con la mamma e utilizzarla come faro d'orientamento per affacciarsi al mondo con fiducia e sicurezza, ad esempio affrontando con serenità l'esperienza del nido. Tuttavia non appena il bambino si percepisce come un essere separato e distinto dalla propria mamma, egli può sperimentare inevitabilmente sentimenti dolorosi e di protesta di fronte al suo allontanamento. E allora qui diventa importante preparare il momento del saluto e anche quello del ricongiungimento

Lasciarsi e ritrovarsi : alcuni suggerimenti

-salutate affettuosamente il bambino prima di uscire da casa, o dal nido, guardandolo teneramente negli occhi e rassicurandolo sul vostro ritorno, ma senza troppa ansia. Spiegando dove andate

-fornitegli un oggetto (il ciuccio, una pezza, un peluche) che gli tenga compagnia e possa consolarlo nei momenti di possibili crisi durante la vostra assenza (ma affidatelo sempre con fiducia a chi si occuperà di lui)

-al vostro ritorno salutate il vostro piccolo con gioia, dategli che vi è mancato, raccontategli la vostra giornata, ascoltate i suoi racconti, i suoi umori, per riempire quel vuoto che vi ha separato. Dedicategli un po' di tempo prima di mettervi in cucina a preparare la cena

-se trovate di malumore il vostro bambino, al vostro ritorno ed è restio a venirvi incontro, non prendetevela, attendete i suoi tempi con fiducia e mettete in parola quello che sta accadendo: "forse ti sono tanto mancata, ma ora mamma è qui!"

Perché mangia solo quello che vuole lui ?

Anche i bambini, come gli adulti, hanno i propri gusti e devono essere rispettati.

Bisogna incoraggiare i bambini ad ascoltare il proprio corpo e mangiare quando si ha fame e smettendo quando si è sazi.

Ma il cibo è il primo veicolo dell'affetto della mamma... è il tramite che tiene unito e dipendente il bambino dalla mamma. Spesso di fronte ad un rifiuto la mamma non è sempre pronta ad accoglierlo come un gesto di sana affermazione del bambino: ci rimane male, si sente anche lei rifiutata e non riconosciuta nel tempo che ha dedicato in cucina. Si aggiunge poi il dubbio che il bambino possa avere qualche problema di salute.

Esclusi i casi di inappetenza dobbiamo accettare il fatto che anche il bambino può dire la sua in tema di cibo, senza considerarlo a tutti i costi un tiranno.

Assecondare i suoi gusti, rispettare le sue preferenze tenendo ovviamente conto delle necessità caloriche.

Non obbligate mai a mangiare ciò per cui prova avversione.. Quando dice basta non insistiamo, basta che mangi il necessario.

Il momento del pasto deve essere un momento piacevole e conviviale, meglio offrirgli un'alternativa con le stesse sostanze nutritive.

Ma invitatelo sempre ad assaggiare

E poi in tavola tutti insieme!

Perché rompe tutto?

I bambini a volte sembrano dei piccoli Attila: scagliano i giochi giù dal seggiolone o li sbattono per bene facendo un gran baccano. Spesso è un modo per conoscere le cose; i bambini spesso arrivano a smontare i giocattoli per conoscere come sono fatti, per vedere cosa c'è dentro. Oppure impilati dei cubetti amo di torre sono pronti a distruggerli con enorme esultanza e soddisfazione. Anche in questo caso i bambini sperimentano il proprio potere sulle cose, apprendendo la relazione di causa ed effetto e sentendosi protagonisti delle proprie azioni..

In altre circostanze invece il gioco può rivelare una distruttività che è segnale di ansie o tensioni nel bambino. Un disagio emotivo non consente che il gioco venga usato con piacere e secondo la sua funzione: il bambino si stufa, fatica a concentrarsi e appare molto irritato. In questo caso è importante la presenza del genitore che ha il compito di consolarlo, contenerlo e di offrirgli dei limiti che lo proteggano dalla sua stessa rabbia

Perché scrive dappertutto?

Date una penna, una matita o un pennarello al vostro bambino e si scatenerà il writer che è dentro di lui! Di natura il bambino è desideroso di lasciare segni come testimonianze, tracce di se proprio a favore di una sana espressione della sua esistenza .

Ciò non toglie che per questa “nobile causa” dobbiamo lasciarlo “decorare”/o imbrattare tutte le pareti del salotto. Sappiate tuttavia che anche se voi siete disposte prontamente ad offrirgli un foglio su cui disegnare tendenzialmente il

bambino uscirà spontaneamente dai bordi e proseguirà a disegnare sul vostro bel tavolo di legno pregiato (gli scarabocchi dei primi anni di vita, quegli strani filamenti o ampi ghirigori, ci dicono che il bambino è ancora un mosaico ancora tutto da comporre senza dei veri confini. La comparsa del cerchio su un foglio (la mitica O di Giotto!) ci dice invece che il bambino ha raggiunto una condizione di separatezza ed è in grado di percepire un dentro e un fuori. Se ci fate caso questo segno grafico sul foglio compare quando il bambino comincia a dire IO! In genere verso i 2 anni e mezzo. La propria individuazione presuppone così l'esistenza e la capacità di percepire i confini. Ecco allora che il vostro bambino sarà più disposto ad obbedire alle vostre richieste: proponetegli l'attività artistica in un ambiente appropriato, la cameretta, in cucina, in terrazzo per terra su un tavolino di plastica: cominciate a dare prima dei fogli grandi (come quello della carta da pacco) poi man mano gli si potrà proporre i fogli standard da disegno. Se poi avete anche quei pannelli da disegno verticali tanto meglio, ai bambini piace disegnare in piedi proprio come dei veri writer. E se si azzarda, perchè particolarmente ispirato, a colorare i sedili della vostra poltrona preferita, ditegli di no senza timore dei suoi strilli.

Perchè si tocca le parti intime:

Sin da piccolo il bambino è portato ad esplorare il proprio corpo quando gli si toglie il pannolino quando fa il bagnetto e normale che il bambino scopra le proprie parti intime ad es. si tocchi il pisellino. Sono gesti normali che possono procurare sensazioni piacevoli, e fanno parte di quel processo di conoscenza del proprio corpo che avviene anche mettendosi le manine in bocca o addirittura i piedini in bocca. E' l'adulto che spesso si imbarazza o si preoccupa e tende a fraintendere ogni atteggiamento verso il corpo.

Quando poi all'età dei 2 anni il bambino acquisisce il controllo degli sfinteri e toglie definitivamente il pannolino è possibile che l'interesse verso i propri organi sessuali si ripresenti: il bambino si tocca il pisellino e rimane piacevolmente incuriosito dalle modificazioni che è in grado di generare), la bambina si massaggia le parti intime su un cuscino. Questi gesti sono spontanei e legati alla scoperta, alla curiosità e contribuiscono alla consapevolezza del proprio corpo. In genere passata la curiosità i bambini smettono di toccarsi.

Se diventa invece il suo principale interesse o una forma di isolamento che perdura nell'arco della giornata (che allontana ad esempio dall'attività di gioco o dalla relazione con gli altri) allora è meglio richiamare il bambino senza rimproverarlo ma distraendolo, spostando la sua attenzione su un gioco da fare

insieme. Può diventare infatti un gesto consolatorio in momenti di particolare stanchezza o in stati di rabbia e di tensione quando il bambino si sente solo e sente una scarsa disponibilità dell'ambiente ad accogliere le sue tensioni

Perchè ha un amico immaginario?

È una creazione positiva dell'immaginazione, è un amico invisibile con cui condividere la quotidianità, un compagno di giochi immaginario attraverso cui il bambino realizza un dialogo con il proprio mondo interiore. Spesso aiuta per portare fuori tensioni e preoccupazioni, a sfogare sensi di colpa, ad elaborare le paure, facendo dialogare parti di sé che il bambino sente in contraddizione (paolino aveva Pippo come amico immaginario che era sempre arrabbiato e paolino aveva il compito di consolarlo, Piero aveva Teddy che aveva sempre paura). Un alter ego, portavoce delle proprie istanze più nascoste.

Altre volte può assumere nella mente del bambino le caratteristiche delle persone di cui sente la mancanza.

Il genitore può sentirsi disorientato nel vedere il proprio bambino che parlotta ad alta voce con un fantasma. Non c'è da spaventarsi. Meglio provare curiosità, inserirsi nel dialogo, non prenderlo in giro o sgridarlo. Stare quindi al gioco *“perchè teddy dice così? Oggi come sta teddy?”* insomma chiedere informazioni, interessarsi può aiutarci a capire meglio le sue ansie e le sue preoccupazioni. Senza esagerare troppo

È una capacità di reagire in modo creativo alla noia e alle difficoltà quotidiane. Una fase normale che aiuta alla crescita.

Perchè ha paura del buio?

Nei bambini piccoli, le paure sono eventi frequenti e comuni per la naturale vulnerabilità a cui sono esposti in quanto bambini... Le paure, dunque, accompagnano la crescita e, a volte, segnano addirittura delle tappe importanti dello sviluppo psichico per cui possiamo veder ricomparire certi timori proprio all'avvicinarsi di specifici salti evolutivi.

La paura del buio è quella più comune insieme alla paura dell'abbandono, degli estranei, dei rumori e dei mostri. Sono quelle paure appartenenti all'inconscio collettivo: il bambino è per certi versi come l'uomo primitivo che alle prime armi con la scoperta del mondo e tutti i suoi imprevisti e pericoli mostra tutta la sua

fragilità e il delicato equilibrio. Ed è per questo che i bambini hanno bisogno dell'appoggio dei propri genitori per elaborare e superare le paure .

Atteggiamenti di indifferenza, derisione, negazione o addirittura mezzi intimidatori o punitivi sono assolutamente da bandire.

La paura del buio compare spesso proprio alla sera prima al momento di andare a letto. E' per questa ragione che la si associa spesso alla paura del distacco dai propri genitori .

La sera, quando la propria esuberanza lascia il posto al bambino fragile e spaventato ecco verificarsi queste scenette

“...percorrere il corridoio per andare in bagno generava una certa inquietudine a Pietro, che chiedeva così di essere sempre accompagnato; Paolino invece era sicuro che un mostro abitava nella sua stanza riconoscendo la sua faccia nell'ombra proiettata sulla parete dalla luce che filtrava dalle persiane.. “

I bambini vogliono solo essere accettati e presi sul serio con tutte le loro paure

Ecco come :

-trasmettete al bambino un senso di sicurezza e di protezione ,rassicuratelo,state accanto a lui,ma soprattutto

-predisponiamo una lucina per la notte sempre accesa in modo che un possibile risveglio non lo turbi troppo

-parliamo con lui ascoltiamo se ha fatto un brutto sogno : *raccontami come fatto questo brutto mostro..come possiamo mandarlo via?.*)

-la paura del bambino va presa sul serio non dovrebbe essere ne eccessivamente drammatizzata (*povero piccolo questi brutti sogni!*) ne minimizzata o negata . (*non e successo niente sei grande!*) Ne tanto meno non serve a nulla a razionalizzarla. (*Non devi mica aver paura del buio ,i mostri non esistono tu sei grande*).

Con il crescere dell'età, acquisendo più fiducia e sicurezza in se stesso le paure passeranno

dott. ssa Rossana Candia
Bau...sette! Gioco e Creatività
www.bausette.it