

Andiamo a scuola per imparare a essere genitori

Andare d'accordo con i propri figli non è facile. Così in Italia nascono corsi specifici rivolti a mamme e papà che vogliono saperne di più su come educare i propri bambini e scoprire i "segreti" e le regole per partire subito con il piede giusto.

di **Francesca Mascheroni**



in collaborazione con

Lavinia Barone

direttore del Laboratorio di psicologia dell'attaccamento e sostegno della genitorialità dell'Università di Pavia

impostare al meglio la relazione con il proprio figlio è sicuramente il desiderio di qualsiasi genitore, ma tutti sanno che è spesso dietro l'angolo un senso di frustrazione e di impotenza davanti alle inevitabili incomprensioni. Forse ancora più vulnerabili da questo punto di vista sono i genitori di bimbi adottivi. Come fare, allora?

Andiamo a lezione

In Europa si stanno diffondendo corsi mirati, che offrono sostegno a livello psicologico ed educativo. Un'analoga iniziativa sta muovendo i primi passi anche in Italia, per il momento rivolta a genitori con bimbi adottivi: «L'esperimento nasce su esempio dell'Olanda, dove l'offerta di corsi di questo tipo è ormai consolidata, e prevede il coin-

volgimento di due Regioni pilota: la Lombardia e il Lazio», spiega la professoressa Lavinia Barone, direttore del Laboratorio di psicologia dell'attaccamento e sostegno della genitorialità dell'Università di Pavia. «Un campione di 150 famiglie adottive con bimbi di 5-6 anni saranno invitate a partecipare al progetto, che avrà una durata di circa due anni. Nell'arco di questo tempo, la relazione tra genitori e figli sarà valutata nella sua quotidianità, grazie all'ausilio di videoregistrazioni effettuate a casa propria e poi riviste insieme agli psicologi». Lo scopo è quello di aiutare, in modo concreto e personalizzato, i genitori a costruire un buon legame affettivo fin dall'inizio.

«Nel primo anno di permanenza nella famiglia, talvolta non si riescono a individuare piccoli problemi di relazione che,

Con i bambini, è normale avere delle incomprensioni. Occorre evitare però che nel tempo diventino problemi



Ecco i punti da tener sempre presenti

• METTERSI NEI SUOI PANNI

Non significa assecondare il bambino, ma comprendere meglio le sue esigenze. Ciò che si pretende dal piccolo dovrebbe essere, infatti, sempre calibrato sul suo temperamento e la sua età.

• POCHE REGOLE, MA PRECISE

I troppi "no" portano facilmente un bambino a infrangere le regole: meglio riflettere su quali cose per noi sono davvero importanti e puntare quindi al rispetto di quelle.

• DIRE "NO" COERENTI

Una volta stabilita una regola, esigere che venga rispettata. Cedere infatti alle insistenze del bambino rischia di confonderlo, facendogli passare un messaggio sbagliato.



A chi rivolgersi

► Gli incontri a sostegno della genitorialità mirano soprattutto a prevenire eventuali difficoltà di relazione. E quando invece il rapporto con il proprio figlio è già problematico e il genitore, da solo, non sa che cosa fare? «Il suggerimento è di rivolgersi a figure specializzate», afferma la professoressa Barone. «Oggi in Italia esistono diverse strutture che offrono servizi di sostegno psicologico alle famiglie: talvolta sono sufficienti pochi incontri per riuscire a riportare la situazione sotto controllo e ritrovare la serenità».

Il libro



► T.B. Brazelton, J.D. Sparrow, *Il tuo bambino e la disciplina*, Raffaello Cortina editore, 216 pagine, 9,50 euro. Tanti consigli pratici di facile applicazione, ma anche una guida per capire i diversi tipi di "segnale" che il bambino dà fin dai primi giorni di vita, per rispondere in modo appropriato, nel pieno rispetto del suo carattere.

Un progetto è stato messo a punto all'Università di Pavia e si rivolge per ora a coloro che hanno preso un bimbo in adozione

col passare del tempo, possono diventare sempre più complessi», spiega la professoressa. «Acquisirne consapevolezza, modificando atteggiamenti controproducenti, significa "partire con il piede giusto"».

Proporre strade "personalizzate"

La regola fondamentale su cui basare questa disciplina "sensibile" è tenere conto della individualità del piccolo e del suo modo di essere: «Le regole possono essere trasversali, e quindi valide in generale, ma il modo di proporle deve essere personalizzato perché ogni bambino è diverso (così come, del resto, è diverso ogni genitore)», afferma la specialista. «Di fronte a un bambino dal temperamento molto vivace e reattivo, per esempio, porre una regola in modo frontale, troppo diretto, può essere controproducente. Conviene adottare strategie alternative, per esempio trovando un modo per farlo partecipare alla decisione ("mettiamoci d'accordo su questa cosa..."), fargli sentire di avere una forma di controllo sulla situazione».

Viceversa, il rispetto della coerenza va mantenuto sempre e in ogni caso: «È fondamentale che le regole siano identiche per padre e madre (i genitori devono mettersi d'accordo preventivamente sulle proprie scelte educative e mai discuterle davanti al bambino) e che una volta stabilite non vengano infrante», sottolinea la professoressa Barone. «Se il "no" del genitore finisce per trasformarsi in "sì" dietro le insistenze del bambino, la conseguenza sarà un "rinforzo" del capriccio: il piccolo, cioè, sarà quindi portato a utilizzare questa modalità di comunicazione, che ha dimostrato di funzionare, ogni volta che desidera ottenere qualcosa». ◯

► PUNIRE NON INSEGNA

Può servire soltanto ad arginare temporaneamente una situazione critica. Non è un momento di apprendimento per il bambino, e per questo dovrebbe essere utilizzato il meno possibile.

► L'ELOGIO FA CRESCERE

Quando il piccolo mette impegno nel fare qualcosa, è importante lodarlo, indipendentemente dal risultato. Così lo si aiuta a essere orgoglioso di se stesso e ad avere fiducia nelle proprie capacità.