

LETTURE

Autostima e affetto s'imparano (soprattutto) a casa

CULTURA

15-11-2020

Giovanni
Fighera



La crescita e la prima educazione affettiva del bambino avvengono all'interno di una famiglia in cui quotidianamente si respirano l'amore tra mamma e papà e l'affetto dei genitori nei confronti dei figli.

Al riguardo, leggiamo nei *Sette dialoghi con Ambrogio Vescovo di Milano* (Centro

Ambrosiano, Carlo Maria Martini):

«Più dei vostri consigli li aiuterà la stima che hanno di voi e la stima che voi avete di loro; più di mille raccomandazioni soffocanti, saranno aiutati dai gesti che videro in casa: gli affetti semplici, certi ed espressi con pudore, la stima vicendevole, il senso della misura, il dominio delle passioni, il gusto per le cose belle e l'arte, la forza anche di sorridere. E tutti i discorsi sulla carità non mi insegneranno di più del gesto di mia madre che fa posto in casa per un vagabondo affamato: e non trovo gesto migliore per dire la fierezza di essere uomo di quando mio padre si fece avanti a prendere le difese di un uomo ingiustamente accusato».

In casa, quotidianamente il bambino coglie così la dimensione fisica (abbracci, baci, strette di mano) come appartenente ad un contesto più ampio, potremmo dire di carattere amoroso, psicologico, emotivo, spirituale. Attraverso gesti semplici il bambino coglie l'unità della propria persona, non la saprebbe definire a parole, ma comprende direttamente che un gesto fisico è inscindibile da un rapporto affettivo vero.

La persona ha necessità di un'interezza e di una totalità, in cui fisicità e spiritualità non siano separate. Sono, quindi, importanti per l'educazione all'affettività dei figli la testimonianza di affetto dei genitori, il loro buonsenso, non deprivati certo di un confronto con amici che condividano la stessa condizione di genitorialità. Oltre al confronto con validi amici, i genitori possono avvalersi di letture attente dell'età adolescenziale. Suggeriamo alcuni saggi che possano accompagnare gli adulti nell'età scolastica dei figli.

In *Cara Dottoressa... Risposte alle «famiglie imperfette»* (Edizioni Ares), Mariolina Ceriotti Migliarese, neuropsichiatra infantile e psicoterapeuta per adulti e coppie, risponde ad alcune tra le centinaia di lettere che le sono state inviate dopo il successo di *La famiglia imperfetta* e *La coppia imperfetta* (Edizioni Ares). Partendo dal bisogno dei genitori di essere accompagnati nel difficile e affascinante compito dell'educazione, l'autrice affronta questioni sempre attuali: come parlare della morte ai bambini? Come affrontare la crisi della preadolescenza? Come permettere che il bambino cresca sicuro? E ancora come porsi di fronte agli spinelli, al bullismo, alla figlia che diventa una donna e ricerca la propria identità sessuale, ai figli che si distaccano sempre più dai genitori?

I genitori sperimentano spesso un senso di crisi quando i figli entrano nella preadolescenza e iniziano ad affermare una propria autonomia. Le parole della Ceriotti

Migliarese sono illuminanti oltre che confortanti:

«La crescita dei figli ci coglie sempre di sorpresa: succede sempre che un giorno, all'improvviso, qualcosa cambia. Il tempo e il modo sono diversi per ogni figlio, diversi per ogni relazione, ma c'è sempre un momento [...]. Spesso si tratta di uno scontro, che inizia non diversamente dal solito, [...] ma questa volta il modo di tenerci testa è diverso, qualche volta persino cattivo, e ci coglie di sorpresa e ci ferisce. [...] Quando il cambiamento è improvviso e tumultuoso, [...] i nostri figli si possono trovare quasi da un giorno all'altro in un corpo che non riconoscono più e che stentano a controllare. [...] Ci accorgiamo di irritarli, senza che niente del nostro atteggiamento con loro sia cambiato».

Non dobbiamo aver paura di questi momenti di cambiamento, che indicano che «la grande avventura della loro crescita è iniziata». I nostri figli continuano ad avere bisogno di noi, ma in modo differente.

«Quello di cui hanno bisogno è una specie di movimento a elastico nei nostri confronti: un "va e vieni" molto simile a quello di cui hanno bisogno i bambini quando imparano a camminare».

I preadolescenti «desiderano avventurarsi sempre un pochino più in là, iniziare a esplorare il mondo, ma possono farlo in modo buono solo se siamo lì». Lo sbaglio che commettono spesso i genitori è di scomparire per lasciar sperimentare e provare ai figli che dovrebbero essere liberi di scegliere e di imparare da soli già a dodici e tredici anni. E così anche di fronte alla sessualità sono da soli, sollecitati e, spesso, vittime di mille *input* esterni e massmediatici.

Molto utili nell'accompagnamento ad un'educazione all'affettività possono essere anche i libretti di facile lettura *L'affettività dei bambini da 0 a 6 anni* (Edizioni San Paolo, 2007), *L'affettività dei ragazzi da 6 a 12 anni. Parlare di amore e di sessualità ai ragazzi* (2008) e *L'affettività degli adolescenti da 12 a 18 anni* (2010) di Massimo Bettetini, psicoterapeuta, psicologo della fiaba e poeta. Scrive Bettetini:

«Da quando le scuole si sono fatte carico dell'educazione sessuale dei ragazzi e delle ragazze le famiglie hanno fatto un passo indietro. La formazione scolastica fornita dagli "esperti" è troppo spesso una sorta di zooprofilassi dove è spiegato come si fa sesso, ma non che cos'è il sesso; è

spiegato come l'uomo e la donna sono fatti, ma non perché sono fatti in un modo o nell'altro. Ora, svincolando il modo dal fine, riduco tutto a delle funzioni più o meno organiche che avviliscono la persona. Ma la sessualità è molto di più; rientra in tutti i gesti e li connota perché siano armonicamente accolti dall'altro o dall'altra. La differenza sessuale è di per sé un dono per l'intera umanità, da cui la singola persona è arricchita».

L'autore passa, poi, in rassegna altre dimensioni fondamentali nella crescita e nella preadolescenza: l'avventura scolastica, la differenziazione dell'io del ragazzo da quello dei genitori, l'invidia e la gelosia tra fratelli, le distinzioni tra maschi e femmine, anche e soprattutto nei giochi, l'educazione alla sincerità, «la crescita della coppia necessaria alla crescita del figlio», il rapporto con la televisione e con Internet. Merita una particolare attenzione anche il capitolo dedicato all'educazione al bello, centrale già nei primi anni di vita. «La bambina e il bambino hanno bisogno di cose belle, cioè di cose che soddisfino la sete di bello e anche un certo ben - essere, più che fisico, psicofisico, che tenderà poi alla ricerca di soddisfazione di un desiderio spirituale».

Tanti sono i temi affrontati, non proposti con la rigidità della precettistica e della regola incontrovertibile, ma offerti come spunti di lavoro per un percorso della famiglia sempre nuovo e originale. Ogni capitolo, dopo una breve riflessione iniziale, presenta tre rubriche: *Vizi e virtù*, *Da fare*, *Da non fare*. L'educazione dei figli richiede prima un'educazione di sé imprescindibile e necessita anche della piena partecipazione della coppia dei genitori.

«I bambini e i ragazzi [...] sanno capire l'amore e quando non lo vedono riflesso nei loro genitori, lo cercano altrove. Ecco quindi l'importanza di scoprire e di far scoprire a bambini e preadolescenti, con l'esempio e con la parola, la gioia dell'amore».