

Le parole dei Bambini

Un percorso per i
genitori,
per confrontarsi,
condividere
e riflettere
sui modi di raccontarsi
dei bambini



Luigi Scandella
Psicologo e Psicoterapeuta

www.luigiscandella.it

Centro di psicologia Anisè

www.anise.eu

I LINGUAGGI DIFFICILI

**I LINGUAGGI DIFFICILI: LA GESTIONE DELLA RABBIA,
DELLE PAURE....E ANCHE I “CAPRICCI”**

LINGUAGGIO DIFFICILE?





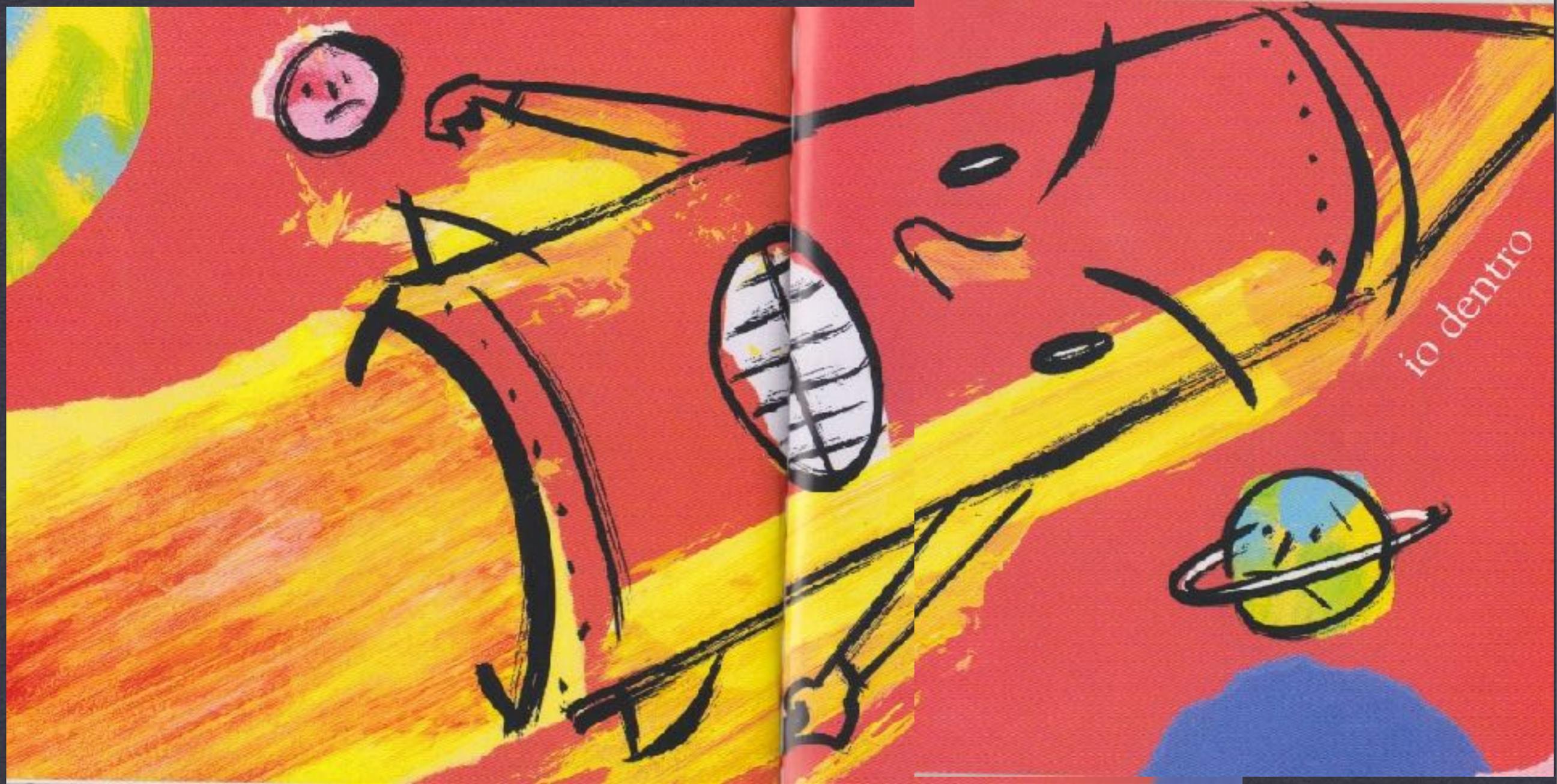
RABBIA

EMOZIONE DI REAZIONE A UN PERICOLO

Quando mi
arrabbio

io fuori





- * La rabbia è un'emozione “base”, che ognuno di noi prova nella vita in determinate occasioni, di solito in presenza di una minaccia percepita. Le regole sociali servono, tra le altre cose, a incanalarla e non farla diventare distruttiva.
- * Nei bambini è normale quindi sperimentare il provare rabbia, soprattutto l'eccitazione motoria e il senso di potenza che ne derivano (oppositività).
- * Non bisogna negare il permesso di arrabbiarsi e provare rabbia, piuttosto è più utile una “educazione alla rabbia”

Rischi

- * a volte il bambino apprende che l'arrabbiarsi mette in scacco i genitori, che percepiscono la rabbia del bambino come una minaccia per il legame genitori-figli. Si crea un ricatto affettivo che permette al bambino di prendere il controllo familiare.
- * Altre volte la manifestazione della rabbia del bambino altro non è che il modellamento relazionale appreso in famiglia.

- * Rabbia e aggressività: l'aggressività è una modalità di relazione col mondo, che parte da una visione di sé e degli altri svalutante.
- * Rabbia e odio: l'odio è un sentimento profondo, complesso e duraturo nel tempo. È raro nei bambini
- * Rabbia e paura: la rabbia è una reazione alla paura

PAURA

EMOZIONE DI BASE, PRESENTE IN OGNI ORGANISMO.
NECESSARIA PER PROTEGGERSI

Quando
ho paura

io fuori





io dentro

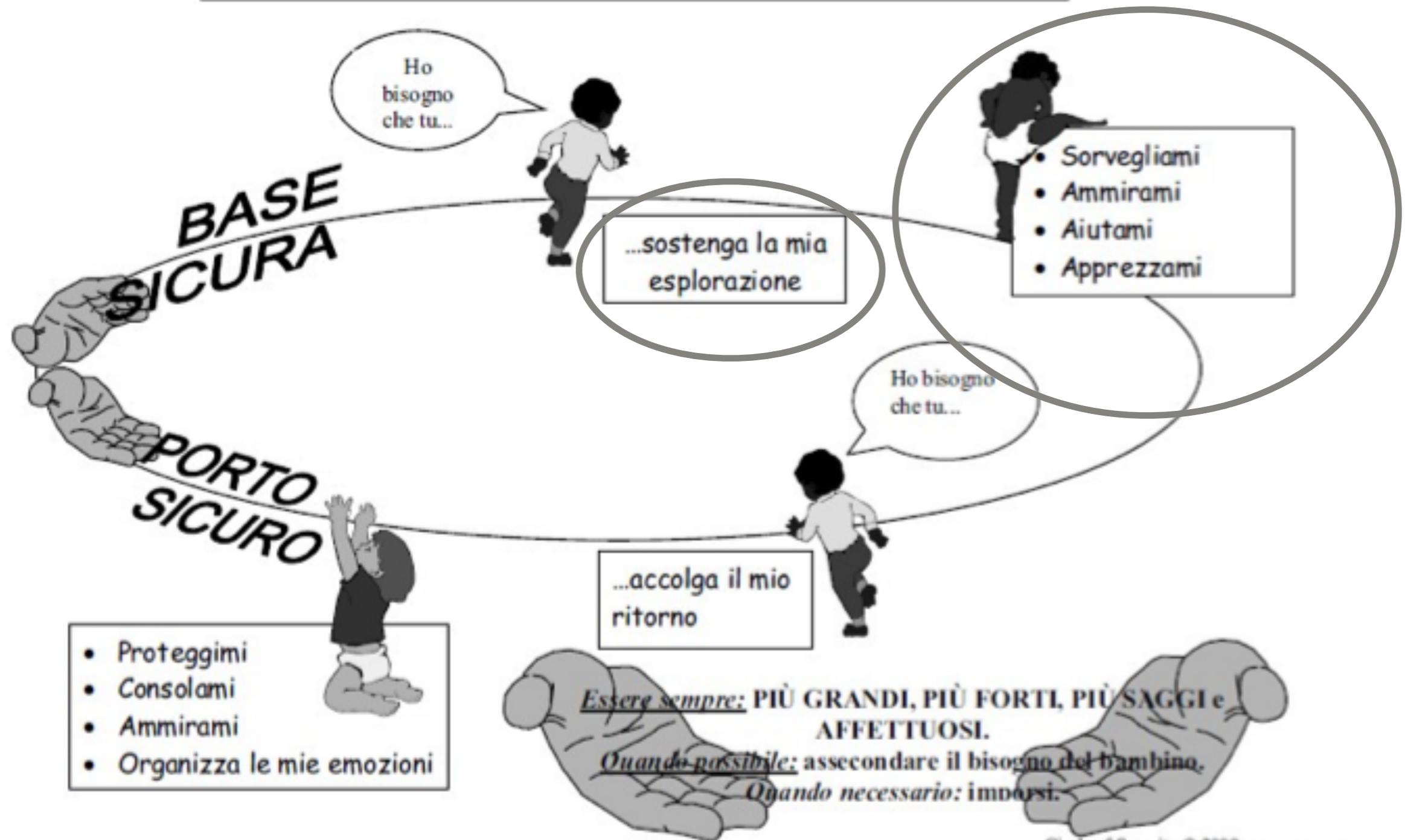
- * Anche la paura è un'emozione base. Serve per prepararsi a fronteggiare un pericolo.
- * I bambini hanno una serie di paure istintive, fondamentali per la loro sopravvivenza. Non sono però in gradi di distinguerle da altre sensazioni sgradevoli, anche perché la paura ha parecchie risonanze nel corpo.
- * Nel corso del tempo, si sviluppano altre paure nei bambini, legate alla competizione o a delle fantasie persecutorie

Paura della separazione

- * Poiché il bambino non può sopravvivere da solo, l'ipotesi di non avere la mamma sempre a disposizione è terrificante (ma a volte è terrificante anche per i genitori)
- * Il bambino comincia a temere le situazioni in cui si trova da solo (momento di andare a dormire, all'asilo, l'arrivo di un fratellino...)
- * D'altra parte, la tendenza all'autonomia e all'autorealizzazione è una caratteristica intrinseca ai bambini, che, se da un lato temono la separazione, dall'altra la ricercano.

CIRCLE OF SECURITY®

IL GENITORE ATTENTO AI BISOGNI DEL BAMBINO



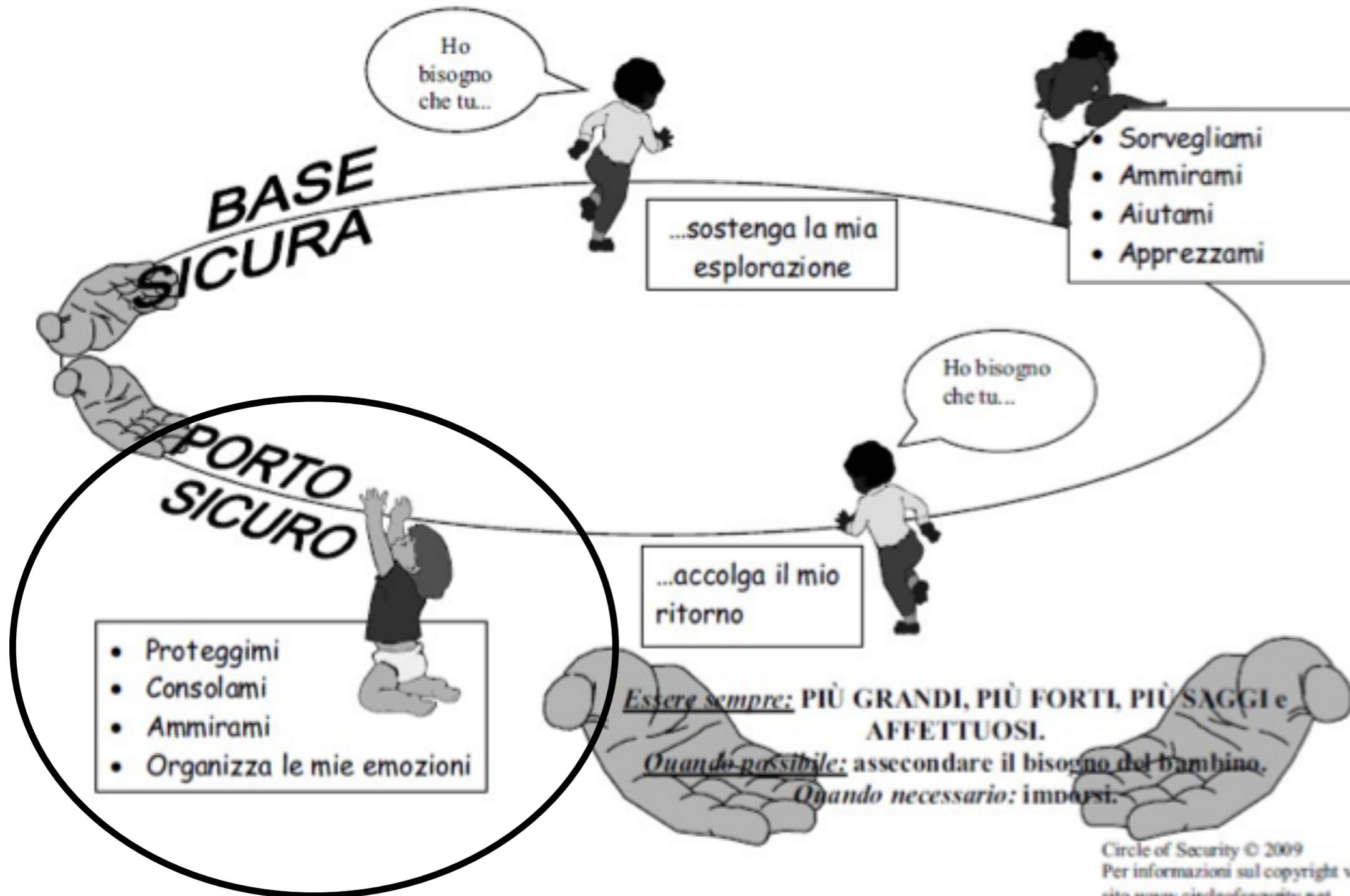
- * Paura e angoscia: l'angoscia è una sensazione continua nel tempo, un timore verso qualcosa di non ben definito, di cui il bambino non ha idea, ma che con il rimuginare continua a stuzzicare.
- * Paura e tristezza: la tristezza è una modalità, prima di tutto corporea, di ritiro e sfiducia sociale, dettata da una marcata importanza data al passato rispetto al presente
- * Paura e traumi: il trauma è la caduta delle difese, l'essere inermi di fronte a una minaccia. Ha effetti devastanti e profondi sull'immagine di sé e sul mondo

**QUAL È IL CONTRARIO DI
PAURA?**

- * Fiducia: avere qualcuno su cui contare è fondamentale per chiunque, permette di avere in testa che in un modo o nell'altro si può affrontare la paura
- * Calma: la paura blocca il pensiero. Occorre sforzarsi di tornare lucidi per trovare soluzioni non istintive alle paure, bloccando così anche il contagio emotivo
- * Energia: si può essere forti anche senza muscoli, ma con la capacità di saper agire nella difficoltà, e di affrontare i “nostri” mostri

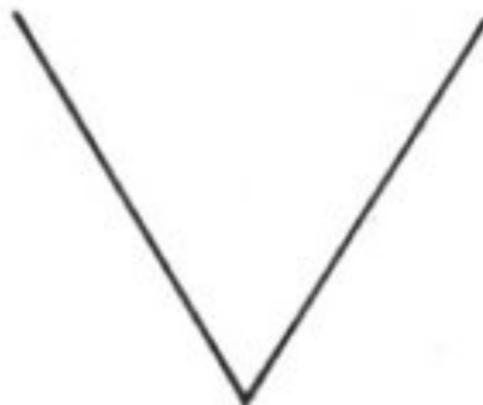
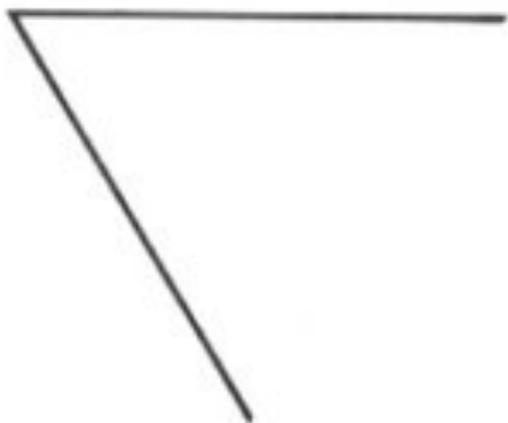
CIRCLE OF SECURITY®

IL GENITORE ATTENTO AI BISOGNI DEL BAMBINO



CAPRICCI

**IL CAPRICCIO DEL BAMBINO PUÒ
ESSERE VISTO IN MOLTI MODI.....**



**POSSIAMO VEDERE COSE NEI CAPRICCI CHE IN
VERITÀ SONO SOLO NOSTRE COSTRUZIONI
MENTALI...**

- * Non esiste il bambino che non si atteggi in maniera “capricciosa”
- * Talvolta scambiamo il bisogno di rassicurazione per capriccio
- * Talvolta finiamo nei porci in una situazione che crea confusione nel bambino, il quale reagirà attivando dei comportamenti ambivalenti di amore e odio
- * A volte è facile derubricare una nostra mancanza di chiarezza nei confronti dei figli come un capriccio (Supermercato)
- * I bambini non sono adulti:
 - * Bisogna parlare ai bambini come bambini, non come adulti: non mi ascolta! (spiegazionismo).
 - * Limite di responsabilità
 - * Non hanno pensiero astratto, hanno bisogno di un atteggiamento concreto (spiegare le regole con l'esempio, anche ripetendolo più volte)



**...POSSIAMO VEDERE UN CAPRICCIO COME UN
QUALCOSA CHE HA CHE FARE COL POTERE, OPPURE
COME UN BISOGNO CHE IL BAMBINO ESPRIME.. .**

ATTENZIONE

DISTINZIONE TRA

Bisogno - Capriccio

è uno stato di carenza che spinge l'organismo a rapportarsi con il suo ambiente al fine di colmarlo

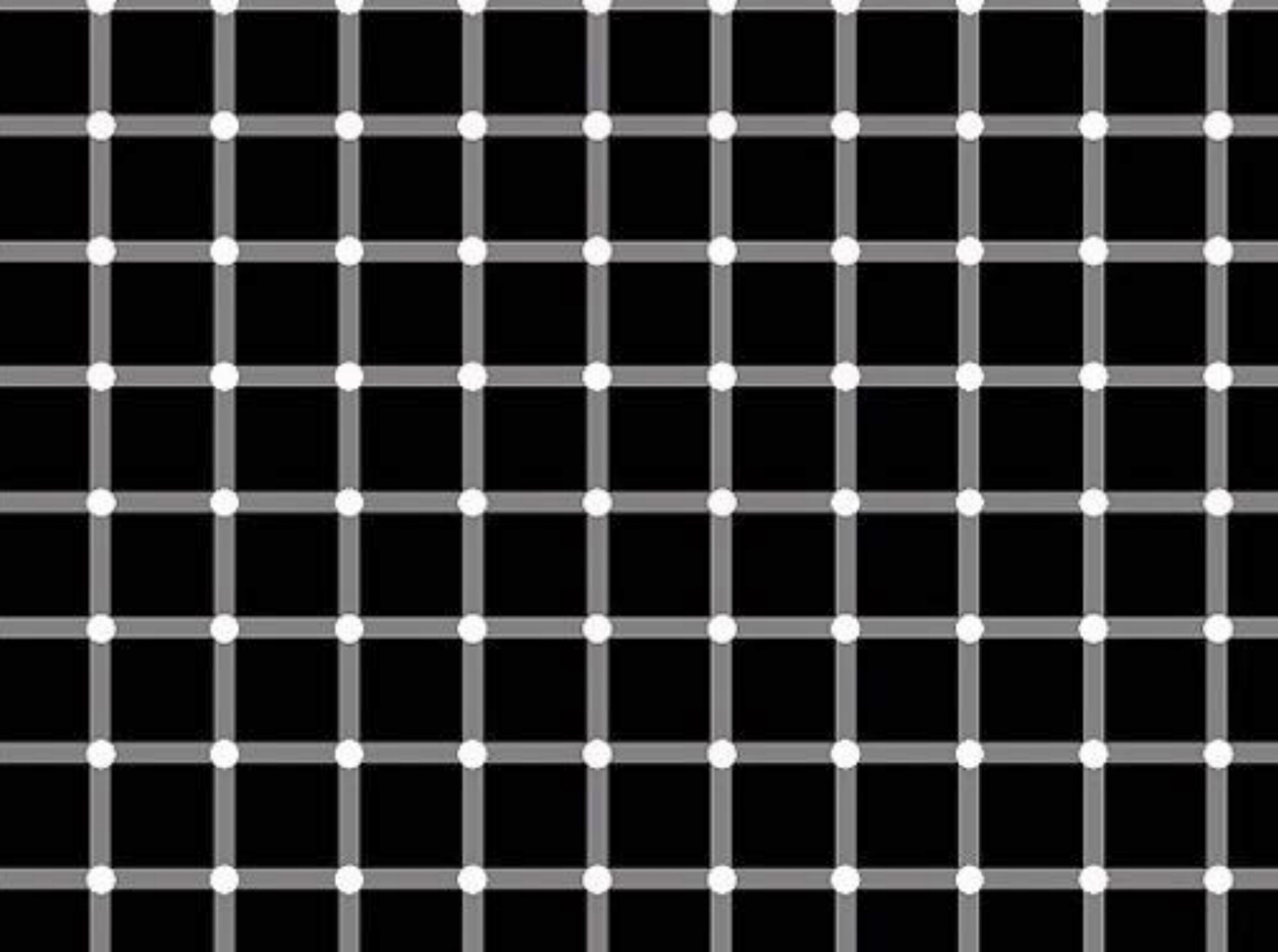
sono gli strumenti con i quali i bambini comunicano, quando non trovano un altro mezzo, le loro ansie e i loro disagi agli adulti

Bisogni dei bambini

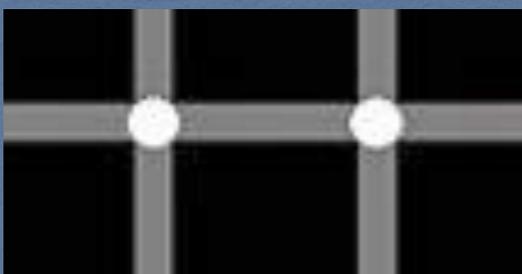
- * Bisogno di situazioni chiare: i bambini non amano l'imprevisto. Quando qualcosa non va come si aspettano, la loro mente va in tilt, sopraffatta da una serie di emozioni.
- * Abitudini e Sicurezze. Il genitore rappresenta la sicurezza. In qualche occasione il bambino fraintende il concetto di sicurezza (magari con la complicità inconsapevole dei genitori...). A volte la sicurezza si manifesta anche con un divieto
- * Comunicazione chiara: è importante che i bambini abbiano chiaro cosa possono fare e cosa no, in modo che sappiano quali sono le opzioni.

Regole

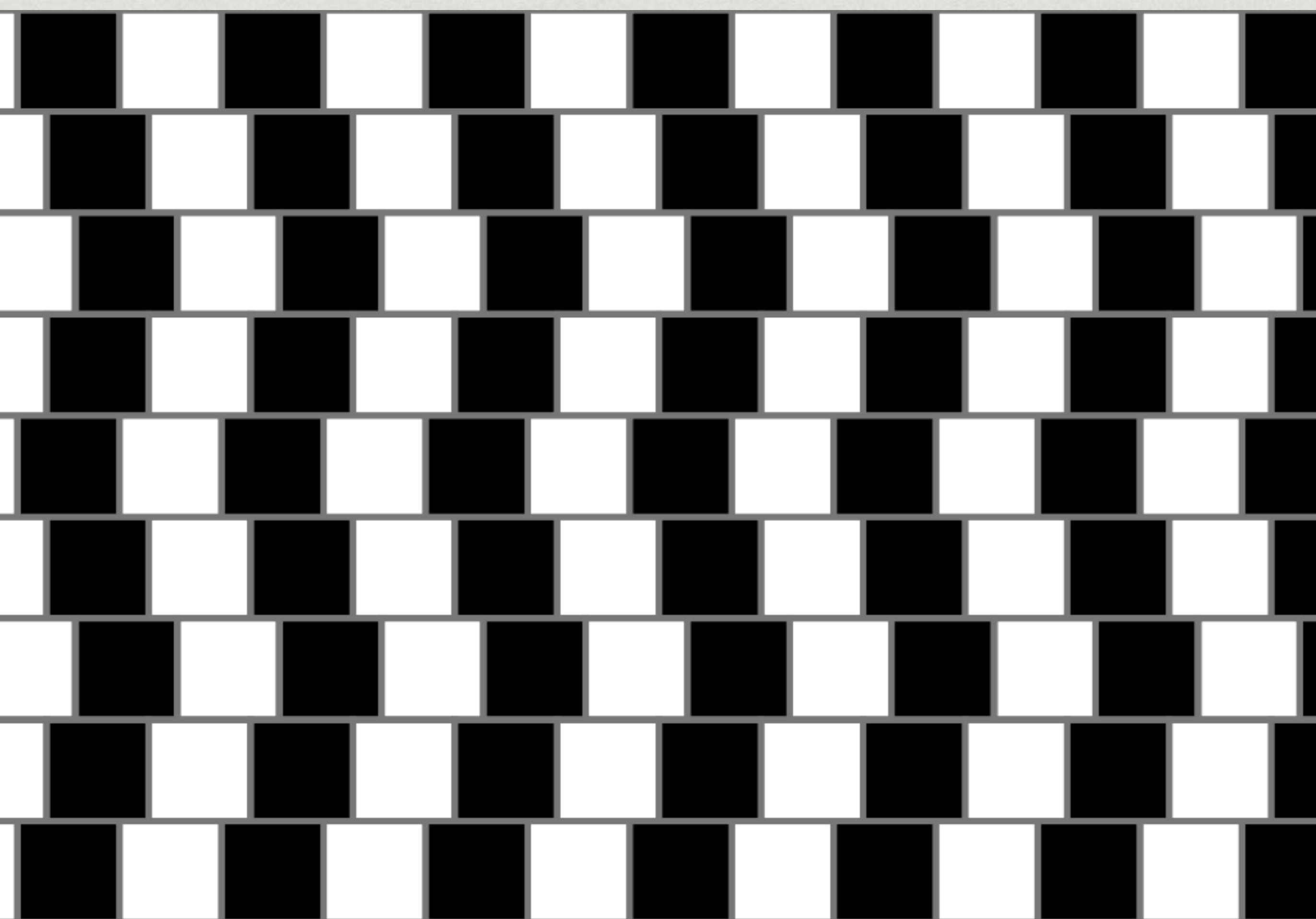
- * Necessarie per dare forma al mondo
- * Propornele come opportunità più che come divieti
- * Condivise tra genitori
- * A seconda dell'età del bambino, ma su argomenti generali che riguardano tutti
- * In parte contrattabili con il bambino
- * Il NO



**NON RIUSCIRE A VEDERE, QUANDO LI GUARDIAMO
DIRETTAMENTE, ELEMENTI CHE RIUSCIAMO A VEDERE
SOLO QUANDO DISTOGLIAMO UN PO' LO SGUARDO...**



- * Nel momento del capriccio, si attivano in TUTTI emozioni, pensieri su di sé e sull'altro, rivisitazioni del passato e giochi di potere che fanno perdere di vista il *qui e ora*.
- * *Staccarsi un attimo dal momento di conflitto, fare un bel respiro e cercare di recuperare la propria autorevolezza, utilizzando un tono di voce calmo ed empatico.*



**RICONOSCERE CHE SONO NORMALI LINEE DELLO
SVILUPPO DEL BAMBINO!**

La capacità cognitiva di un bambino ha dei limiti, di cui spesso ci dimentichiamo

- * Difficoltà a prevedere gli effetti di un proprio comportamento
- * Tendenza all'impulsività e alla ricerca di realizzazione immediata del bisogno
- * Poca distinzione tra realtà e fantasia
- * tolleranza limitata allo stress

I “terrible two”

- * Nel secondo anno di vita il bambino comincia a sentire la propria aspirazione all'indipendenza, ma allo stesso tempo vive anche il bisogno di rimanere attaccato alla mamma.
- * È l'epoca delle scoperte e delle grandi conquiste. Il bambino si aspetta di avere a disposizione tutto il mondo a proprio piacimento (ottica egocentrica)
- * Nello stesso tempo teme di perdere l'amore dei genitori perché se ne allontana, e “testa” quanto la distanza, fisica e psicologica, può essere tollerata.
- * È un periodo stressante sia per i genitori che per il bambino, da cui poi ne deriverà la tolleranza alla frustrazione e l'immagine di sé come individuo degno di amore.

Il compito dei genitori

- * Essere educatori organizzanti
- * Saper tenere in braccio
- * Saper essere empatizzanti, riconoscere le emozioni (di tutti!)
- * Dare procedure chiare e condivise, alternando permessi e divieti
- * Non caricare di responsabilità i bambini
- * Cercare di tenere lo stress fuori casa

