

*Per voi, genitori, un piccolo sussidio
per comunicare ai vostri figli
la gioia di credere in Dio*

IL SIGNORE TUO DIO TI HA PORTATO,
COME UN UOMO PORTA
IL PROPRIO FIGLIO,
PER TUTTO IL CAMMINO
CHE HAI FATTO.

(DT 1,31)

Per saperne di più

Conferenza Episcopale Italiana, *Catechismo dei bambini. Lasciate che i bambini vengano a me*, LEV, Città del Vaticano 1992, nn. 147-168

A. Phillips, *I no che aiutano a crescere*, Feltrinelli, Milano 2003.

S. Vegetti Finzi - A.M. Battistin, *A piccoli passi. La psicologia dei bambini dall'attesa ai cinque anni*, Mondadori, Milano 1994.

M. Segal - D. Adcock, *Il mio bambino da 2 a 3 anni*, Red Edizioni, Milano 2004.

R. Cole, *L'intelligenza morale dei bambini*, Rizzoli, Milano 1998.

T. Berry Brazelton, *Il tuo bambino e la disciplina. Una guida autorevole per porre «limiti» a vostro figlio*, Raffaello Cortina Editore, Milano 2003.

S. Cavalletti, *Il potenziale religioso del bambino*, Città Nuova, Roma 2005.

Diocesi di Faenza - Modigliana

**piccoli
strumenti
pastorali**



Genitori e figli in cammino

Elementi di educazione umana e religiosa

1. da zero a due anni - II^a serie



Faenza, 2010

Metodologicamente parlando, i genitori scoprono presto - come si è accennato sopra - che gli strumenti più efficaci per aiutare i bambini a sviluppare la coscienza morale, la buona volontà e l'orientamento al bene sono certamente le sollecitazioni amorevoli a mettere in evidenza le loro bravure, le loro capacità positive. Contano molto senza alcun dubbio le lodi e i premi affettivi per i buoni comportamenti eseguiti. In caso di necessità sono utili e fondamentali i divieti e i rimproveri, soprattutto quando urge sollecitare un cambiamento di condotta indesiderata, maleducata.

Attraverso i segnali emotivi trasmessi dai genitori, il bambino impara a distinguere ciò che è giusto da ciò che è sbagliato.

Prima ancora di acquisire il senso dell'onestà, della giustizia, della solidarietà, già a 1-2 anni sono i «sì» e i «no» dei genitori a restare impressi nella sua memoria come una tavola della legge.

Bene e male gli sono indicati soltanto dai gesti, dal tono di voce, dal comportamento dei suoi genitori che mostrano disapprovazione, scontento, oppure consenso, gioia. Lo sguardo severo della madre mostra affettivamente ciò che è male. Al contrario, la sua gioia e la sua serenità gli segnalano affettivamente ciò che è bene.

D preghiera per i figli

Noi ti ringraziamo, o Dio,
per i figli che ci hai donato e affidato.

Sentiamo la responsabilità
e la difficoltà di aiutarli a crescere
come persone libere e responsabili,
e a maturare nella fede
che abbiamo scelto per loro nel giorno del Battesimo.

Fa' che crescano in questa fede ricevuta.
Guidaci con la luce del tuo Spirito
nelle scelte che facciamo ogni giorno per loro:
vogliamo che imparino a chiamarti Padre
e che camminino sulle strade del Bene
giungendo a corrispondere al disegno del tuo amore.
Concedi a noi di poterli aiutare.
Amen.



1.2.0. Educazione religiosa e senso morale



Il senso morale è la naturale capacità della nostra ragione di discernere la bontà, il valore morale dalla malizia, dal disvalore morale. È quella "luce" nella quale e mediante la quale la persona può riconoscere le azioni buone dalle azioni cattive.

La vita religiosa in questi anni assicura al bambino un retroterra fonda-

mentale su cui potrà contare quando la vita morale gli si manifesterà con i suoi problemi e i suoi interrogativi.

Il riferimento è soprattutto a quei momenti in cui il piccolo vive la dimensione religiosa nell'ambito familiare (se ne è parlato nelle schede precedenti): il segno della croce tracciato dai genitori sulla sua fronte, accompagnato da una benedizione; l'immagine della Madonna con il Bambino; la benedizione della mensa; le prime forme di preghiera; Natale e Pasqua vissuti con le ricche tradizioni della fede che accompagnano queste feste; la lettura insieme a papà o mamma dei primi libri che parlano di Dio e di Gesù...

È attraverso queste esperienze che il bambino arriva a scoprire e a godere della relazione e dell'amore protettivo di Dio.

♦ L'educazione religiosa ha una valenza morale anche nei primi anni di vita?

In senso stretto bisogna dire di no. Anzi, occorre fare bene attenzione a certe forzature che si fanno usando espressioni del tipo: «Se non ubbidisci, Gesù si dispiace»; «Se ti comporti male, Gesù piange»; oppure: «Hai fatto un capriccio, il buon Dio è triste e non vuol più saperne di te». Per fortuna si tratta di espressioni ormai in disuso.

Non si deve far intervenire Dio nei capricci familiari quotidiani.

Dio non è lo strumento per far mangiare la minestra al bambino o per impedirgli di fare qualcosa (così pure lasciamo in pace le streghe, gli orchi e i fantasmi, che servono soltanto a provocare un timore irrazionale).

Un'altra cosa da evitare è coinvolgere i bambini in discorsi morali o parabole morali che non sono in grado di recepire.

1. I retroterra fondamentali

Nell'infanzia il bisogno basilare del bambino è proprio quello di essere amato di un amore protettivo e di avere qualcuno da amare. È in base alla soddisfazione di questa esigenza che la vita morale prenderà forma.

In questo senso ogni esperienza religiosa è una preparazione morale in-

diretta in vista dell'età successiva. Nella visione cristiana, infatti, la vita morale non è che la risposta all'amore di Dio.

Ecco perché l'adulto che vuole dare al bambino una formazione morale dovrà anzitutto far percepire l'amore di Dio, e aiutare il piccolo a sperimentarlo e a goderlo. Quanto più profonda, sentita e goduta è l'esperienza religiosa del bambino, tanto più pronta, autonoma e di buona lega sarà, quando verrà il momento, la sua risposta morale.

2. La personalità del bambino

1. Durante il primo e il secondo anno di vita, istintivamente ma provvidenzialmente, le richieste del bambino crescono a dismisura: pretende cure fisiche in quantità enorme, soprattutto attenzioni e manifestazioni affettive a non finire. Non ne sarebbe mai sazio.

Totalmente concentrato su se stesso, con un amore di sé senza limiti, sembra determinato a sfruttare tutto e tutti, quasi a premunirsi contro un futuro incerto. In questa fase dello sviluppo il gioco dell'onnipotenza gli si addice come a un piccolo faraone e lo attira come verso un castello incantato. Dentro il quale, peraltro, i genitori, eventuali altri fratelli, i nonni, i parenti si muovono come "schiavetti".

2. Verso i due anni e mezzo, il bambino progressivamente acquisisce aspetti che cominciano a definire meglio la sua personalità. In lui c'è anzitutto una nuova attitudine a percepirsi come individuo a se stante. Si rende conto che il suo corpo è fatto di parti ben definite; si riconosce allo specchio e nelle foto; comincia ad avere una prima (se pur vaga) consapevolezza della propria identità sessuale. Inizia anche a identificare le proprie emozioni («Ho paura!», «Che bella giornata!»), e talvolta anche quelle altrui («Mamma, sei arrabbiata?»).

A livello di spazio e di tempo si manifestano i primi segni che lo orientano oltre i confini dell'esperienza immediata. Pur se in maniera molto confusa, si allarga la visione del mondo circostante («Io sono a casa, papà è al lavoro da un'altra parte»). E rispetto alla scansione del tempo comincia a emergere qualcosa che somiglia al presente, al passato e al futuro, anche se i termini usati («ieri», ad esempio, per indicare un fatto accaduto qualche settimana prima) riflettono una limitata struttura concettuale.

Prosegue l'esplorazione dell'ambiente esterno, ma mentre prima era quello fisico ad avere la prevalenza, ora è l'ambiente sociale a passare in primo piano. Ciò lo porta ad avere differenti strategie di comportamento a casa e fuori: più capriccioso fra le mura domestiche, più lineare nei rapporti con persone che non fanno parte della stretta cerchia familiare.

3. Un primo orientamento

Questo riferimento ai comportamenti del bambino apre un capitolo importante cui sono dedicate le schede che avete fra le mani: quello della disciplina e di

un primo orientamento verso l'educazione morale.

Come abbiamo già osservato in alcune schede precedenti, c'è un momento nella vita dei bambini (che in genere coincide con il raggiungimento dei 2 anni) in cui compaiono le prime bizzes, i primi capricci, le prime forme di aggressività e di egoismo. Sono le manifestazioni iniziali di quella fragilità, di quella inclinazione al male che l'uomo porta con sé dalla nascita come riflesso del peccato originale.

Tutte le madri e tutti i padri sperimentano questa realtà, e al tempo stesso l'esigenza di porre presto le basi dell'educazione morale.

È vero che nel bambino il mondo morale (inteso come percezione di ciò che è bene e di ciò che è male) non emerge prima dei 5-6 anni, quando manifesta una prima consapevolezza dei suoi comportamenti. Ma ciò che lo guiderà in questo campo dipende da una serie di orientamenti ricevuti in famiglia fin dai primi mesi di vita.

Si tratta di «premesse» all'educazione morale vera e propria, ma premesse essenziali, senza le quali la formazione ai valori morali sarebbe assai problematica.

Nelle schede che seguono parleremo di *autostima*, di *disciplina*, di *empatia*, di *limiti da porre*, di «no» *che bisogna saper dire*. Ci soffermeremo sul discorso – delicato, ma non eludibile – delle punizioni; della necessità di messaggi chiari e coerenti; della coerenza di padre e madre nel valutare le situazioni; di come gestire i momenti di rabbia del bambino. Le cose che diremo riguardano un arco temporale che va da qui ai prossimi due-tre anni.

Nella prima infanzia lo sviluppo morale è quasi impercettibile. Avviene comunque a piccoli passi e chiede pertanto sommo rispetto della gradualità maturativa.

Procede più speditamente qualora i bambini siano stimolati dai genitori e dagli adulti:

- in modo incoraggiante, cioè premiando e manifestando soddisfazione per il buon comportamento eseguito;

- ma anche in modo fermo, cioè manifestando decisione autorevole e permanente nella richiesta di essere obbediti;

- in modo chiaro, cioè senza oscillazioni capricciose tra i divieti e i permessi. Infatti un conto è lo spirito di adattamento alle difficoltà insorte e un conto è un comportamento ambiguo, che rivela una certa confusione interiore nei genitori e si ripercuote sui bambini che non riescono a costruirsi un proprio sistema valoriale di riferimento.

Le **modalità concrete** alla portata sia dei genitori che dei bambini sono costituite evidentemente dalle esperienze della vita quotidiana, ossia le attività concrete della convivenza familiare. Se accompagnate dalle parole e dai messaggi morali dei genitori - commenti, indicazioni su come comportarsi - esse sortiscono l'effetto sperato: l'orientamento al bene.

poco da spartire con la vera coscienza morale, il rimorso autentico, il buon proposito di comportarsi bene in futuro.

- Ai bambini inoltre occorre insegnare anche a perdonare le offese, le ingiustizie subite: come ha fatto Gesù e come fanno i genitori (per esempio, proprio nei confronti dei bambini).

• **La generosità** è un ulteriore atteggiamento importante da instillare nei bambini, dietro l'esempio di Gesù e degli stessi genitori. È noto che in questa loro età infantile i bambini tendono al possesso più che alla donazione, a ricevere più che a dare. Da un punto di vista la cosa è corretta, perché la natura stessa spinge gli individui a immagazzinare il mondo per corredarsi in modo adeguato in vista del prossimo futuro. Da un altro punto di vista, bisogna pur imparare ad affrontare il mondo portando il proprio contributo di edificazione.

Anche i bambini vanno dunque opportunamente avviati ad aprirsi agli altri, a dare e non solo a ricevere. L'egoismo dei bambini non sta dietro l'angolo, sta in loro: i genitori li aiutano a contrastarlo, avviandoli alla generosità.

(Cfr don Pietro Fochesato: *L'educazione morale nella catechesi dei bambini*)

La Parola di Dio (Lc. 2,46-52)

Dopo tre giorni [Maria e Giuseppe] trovarono Gesù nel tempio, seduto in mezzo ai maestri, mentre li ascoltava e li interrogava. E tutti quelli che l'udivano erano pieni di stupore per la sua intelligenza e le sue risposte.

Al vederlo [i genitori] restarono stupiti, e sua madre gli disse: «Figlio, perché ci hai fatto questo? Ecco, tuo padre e io, angosciati, ti cercavamo». Ed egli rispose loro: «Perché mi cercavate? Non sapevate che io devo occuparmi delle cose del Padre mio?» Ma essi non compresero ciò che aveva detto loro.

Scese dunque con loro e venne a Nazaret e stava loro sottomesso. Sua madre custodiva tutte queste cose nel suo cuore.

E Gesù cresceva in sapienza, età e grazia davanti a Dio e agli uomini.



1.2.1. Educazione morale: si può e/o si deve?

1. Opinioni

Ci sono studi di psicologi su ragazzi allevati dalle scimmie. Si sa che alcune tribù primitive nel caso ci fosse il sospetto che un neonato fosse preda di spiriti maligni, abbandonano questi bambini ai margini della foresta lasciandoli al loro destino. Alcuni sono stati "allevati" da scimmie o lupi. Questi bambini, cresciuti, si comportano in tutto e per tutto come gli esseri che li hanno allevati.

Il "cucciolo" dell'uomo non è come un pulcino o un cavallino che appena nati possono cercarsi da mangiare con una buona autonomia. Il neonato umano ha bisogno di tutto sia per sopravvivere sia per inserirsi nella comunità di appartenenza.

Tuttavia non è raro sentire opinioni di questo genere:



- *"Non imponiamogli nulla, quando sarà grande sceglierà quello che vuole".*
- *"Ogni persona deve essere libera di comportarsi secondo i suoi valori. Non si può imporre una morale".*
- *"In una società "liquida" chi può presumere di avere la ricetta per un'educazione morale sostenibile?"*

2. Il punto di vista della Chiesa

• «Tutti gli uomini di qualunque razza, condizione ed età, in forza della loro dignità di persona hanno il diritto inalienabile ad una educazione, che risponda alla loro vocazione propria e sia conforme al loro temperamento, alla differenza di sesso, alla cultura e alle tradizioni del loro paese, ed insieme aperta ad una fraterna convivenza con gli altri popoli, al fine di garantire la vera unità e la vera pace sulla terra. La vera educazione deve promuovere la formazione della persona umana sia in vista del suo fine ultimo, sia per il bene dei vari gruppi di cui l'uomo è membro ed in cui, divenuto adulto, avrà mansioni da svolgere».

• «I fanciulli ed i giovani, tenuto conto del progresso della psicologia e della didattica, debbono essere aiutati a sviluppare armonicamente le loro capacità fisiche, morali e intellettuali, ad acquistare gradualmente un più maturo senso di responsabilità, nello sforzo sostenuto per ben condurre la loro vita personale e la conquista della vera libertà, superando con coraggio e perseveranza tutti gli ostacoli. Debbono anche ricevere, man mano che cresce la loro età, una positiva e prudente educazione sessuale».

- «I fanciulli e giovani hanno diritto di essere aiutati sia a valutare con retta coscienza e ad accettare con adesione personale i valori morali, sia alla conoscenza approfondita ed all'amore di Dio». [...]

- «Tutti i cristiani, in quanto rigenerati nell'acqua e nello Spirito Santo, son divenuti una nuova creatura, quindi sono di nome e di fatto figli di Dio, e hanno diritto a un'educazione cristiana». [...]

- «I genitori, poiché han trasmesso la vita ai figli, hanno l'obbligo gravissimo di educare la prole: vanno pertanto considerati come i primi e i principali educatori di essa. Questa loro funzione educativa è tanto importante che, se manca, può difficilmente essere supplita. Tocca infatti ai genitori creare in seno alla famiglia quell'atmosfera vivificata dall'amore e dalla pietà verso Dio e verso gli uomini, che favorisce l'educazione completa dei figli in senso personale e sociale. La famiglia è dunque la prima scuola di virtù sociali, di cui appunto han bisogno tutte le società». [...]

- «Il compito educativo richiede l'aiuto di tutta la società. Perciò, oltre i diritti dei genitori e di quelli a cui essi affidano una parte del loro compito educativo, ci sono determinati diritti e doveri che spettano alla società civile... Rientra appunto nelle sue funzioni favorire in diversi modi l'educazione della gioventù: cioè difendere i doveri e i diritti dei genitori e degli altri che svolgono attività educativa e dar loro il suo aiuto; in base al principio della sussidiarietà, laddove manchi l'iniziativa dei genitori e delle altre società, svolgere l'opera educativa, rispettando tuttavia i desideri dei genitori, fondare inoltre, nella misura in cui lo richieda il bene comune, scuole e istituzioni educative proprie.

- Infine, ad un titolo tutto speciale, il dovere di educare spetta alla Chiesa: non solo perché essa va riconosciuta anche come società umana capace di impartire l'educazione, ma soprattutto perché essa ha il compito di annunciare a tutti gli uomini la via della salvezza e di comunicare ai credenti la vita di Cristo, aiutandoli con sollecitudine incessante a raggiungere la pienezza di questa vita». [...]

(Cfr Con.Vat. II: Dichiarazione sull'educazione cristiana)

3. Educare al bene

1. Tagliati i legami fisici con la madre, il bambino inizia la grande avventura dello sviluppo umano e sociale, assaporando la gioia e la fatica di fare da sé.

La lunga marcia verso la maturità, verso la libertà, verso la realizzazione di un progetto dignitoso è per tutti una strada in salita. Per quanto ogni figlio sia il protagonista principale del proprio futuro, a tutti i genitori sta sommamente a cuore che i figli si avviino fin da bambini sulla strada del bene.

Dal canto suo l'educazione morale accompagna, incentiva questo itinerario spirituale. Con tutte le risorse a disposizione, mira a qualificarlo tutto al positivo: che sia cioè una crescita autentica della coscienza morale, della rettitudine etica, dei comportamenti onesti, degli atteggiamenti virtuosi.

2. Il primo passo che i genitori cristiani compiono in rapporto all'educazione morale dei figli è il **conferimento del Battesimo**.

Il dono dello Spirito avvenuto con questo sacramento è necessario per intraprendere efficacemente non solo la crescita nella fede, ma anche il cammino sulla via del bene, dell'onestà, della rettitudine morale.

3. Il secondo grosso impegno è quello di **gettare le basi dello sviluppo morale**.

Le modalità concrete alla portata sia dei genitori che dei bambini, sono costituite evidentemente dalle esperienze della vita quotidiana, ossia le attività concrete della convivenza familiare. Se accompagnate dalle parole e dai messaggi morali dei genitori - commenti, indicazioni a come comportarsi - esse sortiscono l'effetto sperato: l'orientamento al bene.

Prima di arrivare a questo punto è bene che i genitori abbiano fatto chiarezza sui principi che governano il loro agire e siano concordi nei messaggi morali che spontaneamente si rendono necessari di volta in volta, non precostituiti sottoforma di lezioncine o sermoni.

4. Il terzo grande impegno educativo dei genitori credenti è quello di **aiutare i bambini a imitare Gesù**. Ben sapendo che la morale cristiana è innanzitutto camminare al suo seguito, comportarsi come Lui, agire come Lui, più che adempiere a delle norme, a una morale della legge.

I genitori e gli educatori cristiani innanzitutto aiutano i bambini, prima con l'esempio e poi con le parole, a comportarsi come Gesù.

In secondo luogo i genitori aiutano i bambini ad **assumere gli atteggiamenti morali di Gesù**.

- **La gratitudine** è il primo di questi atteggiamenti. Gesù l'ha manifestata infinite volte. Anche i bambini possono e devono educarsi a questo atteggiamento. Le occasioni non mancano ai genitori per suggerire ai bambini di dire "grazie".

- **La disponibilità al perdono** - così specifico in Gesù - è un altro importantissimo atteggiamento da suscitare.

- Ai bambini occorre insegnare a chiedere scusa, sia ai genitori e al prossimo, come a Gesù, perché i capricci, le disobbedienze sono un male, non piacciono, fanno dispiacere e recano offesa. Una volta però concesso il perdono, i genitori non devono tormentare ulteriormente i bambini con troppe rigidità e formalità; il rischio è quello di indurli ad avere il complesso di colpa, che ha ben

• La famiglia, pilastro dell'autostima

«La famiglia, insieme alla scuola, è la principale agenzia di formazione e di socializzazione dell'individuo, uno dei perni su cui far leva per promuovere il benessere integrale (fisico, psicologico, relazionale) dei nostri ragazzi.

La famiglia per un bambino è il “luogo” più importante per la sua sicurezza, serenità, autonomia; il fondamento su cui va a costruirsi la sua personalità. I genitori sono, infatti, un basilare elemento di riferimento che permette al bambino, nel bene e nel “male”, di imparare a ricercare le soluzioni ai problemi che si presentano; di verificare se una sua azione è efficace o meno; di ascoltare ed esprimere le proprie emozioni, nel rispetto di quelle altrui. E tanto altro ancora.

La famiglia, dunque, è l'ambiente nel quale si fondono, in modo adeguato o disfunzionale, temperamento, apprendimento, atteggiamenti, comportamenti, emozioni, pensieri, azioni. E i genitori costituiscono, che ne siano consapevoli o no, l'esempio a cui i bambini si riferiscono e con cui dovranno comunque confrontarsi, vuoi per confermarsi nel modello familiare, vuoi per discostarsene. Purtroppo, però, a volte i genitori non costituiscono un simile modello per i figli in modo consapevole, e instaurano un sistema educativo rigido, autoritario, ovvero permissivo e tollerante, sulla base dei propri bisogni e non sulle reali necessità, affettive prima ancora che materiali e sociali, dei bambini.

Possono così instaurarsi fin dalla prima infanzia insicurezze e sentimenti di inadeguatezza, le basi delle successive carenze nel senso di fiducia in se stessi». (cfr. articolo “Importanza dell'esempio dei genitori nella costruzione dell'autostima nei bambini”, dr.ssa M. Nicolini, psicoterapeuta)

La mancata autostima chiude la persona in un soggettivismo morboso che le impedisce di costruire rapporti positivi con il prossimo e gli procura un blocco a livello operativo.

La Parola di Dio (Mc. 10,13-15)

Gli presentavano dei bambini perché li toccasse, ma i discepoli li rimproverarono. Gesù, al vedere questo, s'indignò e disse loro: «Lasciate che i bambini vengano a me, non glielo impedito: a chi è come loro infatti appartiene il regno di Dio. In verità vi dico: chi non accoglie il regno di Dio come lo accoglie un bambino, non entrerà in esso». E, prendendoli fra le braccia, li benediceva, imponendo le mani su di loro.



1.2.2. Educare l'autostima

L'autostima è “la concezione che un individuo ha di se stesso e della sua identità, abilità, valore, ecc...”. La nostra autostima e l'immagine di noi stessi derivano dalla risposta che diamo alle due domande “che tipo di persona sono?” e “quali sono le prove che me lo dimostrano?”

L'autostima è necessaria per un corretto autocontrollo di qualsiasi persona e per l'impegno a migliorarsi.

Quello che ci siamo sentiti dire da bambini:

stai fermo, muoviti, fai piano, sbrigati, non toccare, stai attento, mangia tutto, lavati i denti, non ti sporcare, ti sei sporcato, stai zitto, parla t'ho detto, chiedi scusa, saluta, vieni qui, non starmi sempre intorno, vai a giocare, non disturbare, non correre, non sudare, attento che cadi, te l'avevo detto che cadevi, peggio per te, non stai mai attento, non sei capace, sei troppo piccolo, lo faccio io, ormai sei grande, vai a letto, alzati, farai tardi, ho da fare, gioca per conto tuo, copriti, non stare al sole, stai al sole, non si parla con la bocca piena.

Quello che avremmo voluto sentirci dire da bambini:

ti amo, sei bello, sono felice di averti, parliamo un po' di te, troviamo un po' di tempo per noi, come ti senti, sei triste, hai paura, perché non ne hai voglia, sei dolce, sei morbido e soffice, sei tenero, raccontami, che cosa hai provato, sei felice, mi piace quando ridi, puoi piangere se vuoi, sei scontento, cosa ti fa soffrire, che cosa ti ha fatto arrabbiare, puoi dire tutto quello che vuoi, ho fiducia in te, mi piaci, io ti piaccio, quando non ti piaccio, ti ascolto, sei innamorato, cosa ne pensi, mi piace stare con te, ho voglia di parlarti, ho voglia di ascoltarti, quando ti senti più infelice, mi piaci come sei, è bello stare insieme, dimmi se ho sbagliato.

Ci sono accanto a te molte persone adulte che ancora aspettano le parole che avrebbero voluto sentire da bambini.

Tormentando il manico della borsetta, una donna diceva: «So che mio marito sa essere tenero e affettuoso. Con il cane si comporta così».

(da L'importante è la rosa di Bruno Ferrero - LDC. pag. 16)

Quale tipo di reazione credete che abbiano questi commenti sull'autostima di un bambino (o anche di un adulto)?

Credete che chi li ha formulati, genitori, insegnanti o allenatori riescano a raggiungere lo scopo di far migliorare le prestazioni del bambino?

O è più probabile che ne aumentino l'aggressività e l'insicurezza?

L'autostima può essere fatta decrescere in molti modi.



• **Come costruire l'Autostima**

L'autostima ha una genesi che procede in parallelo con quella della persona. Essa inizia nel grembo di ogni donna, in quei milioni di comunicazioni biochimiche che passano tra madre e figlio. Tutto il legame tra vita dentro e vita fuori, inizia proprio con quelle comunicazioni biochimiche che poi diventano l'ascolto. Il feto ascolta. Già il fatto di ascoltare è qualche cosa di chi sta diventando persona, sta diventando bambino, bambina, e sta per nascere.

Il bambino, la bambina che sta prendendo le forme della vita ascolta se la madre parla, se il padre parla. Il suono è il primo legame tra il dentro e il fuori della vita.

L'autostima è un dono formidabile che i genitori possono fare ai loro figli e che comunque nasce con la loro esperienza di essere stati amati perché l'autostima è qualcosa che ha a che fare con il fatto di essere stati amati profondamente e desiderati; non solo desiderati e amati, ma riconosciuti e amati in maniera incondizionata: accettati semplicemente per come sono perché la cosa che assolutamente garantisce autostima alla creatura che viene al mondo è **l'amore**. Non c'è altro.

E' necessario porre il bambino al centro della nostra società. L'idea è che una società "bambino-centrica" cura l'ambiente, la famiglia, promuove la scuola e la fa diventare un centro polivalente aperto per tutto il tempo della giornata, si prende cura delle madri e garantisce loro la massima tranquillità nella gestazione e un parto nelle migliori condizioni, si fa carico dell'eventuale disagio sociale dei bambini e delle giovani madri.

Per far crescere il bambino nell'autostima bisogna dare riti che creano legami, bisogna essere presenti, bisogna amare fin da quando un bambino è in grembo alla madre, nel tempo dell'attesa mentre si sviluppa lentamente la sua vita, fin da quando viene al mondo e per come viene al mondo, fin da quando viene allattato. Si sentirà amato per gli asili che gli si danno e le scuole che gli si creano. Per il tempo che i genitori possono dare a lui o a lei, per come lo si rispetta, per come non lo si umilia perché l'umiliazione è peggiore delle botte. Le parole a volte sono più feroci delle ferite. E ancora, per tutti gli spettacoli che gli vengono

dati, per come il padre parla della madre e viceversa, per gli esempi e non solo quelli che riceve in casa, per i libri che legge, per la cultura che ha, per il rispetto che vede.

L'autostima nasce proprio da questo amore incondizionato che si sente di aver ricevuto, oppure dal percorso di affetti e di riferimenti adulti di amore e di rispetto che si è sperimentato.

Cosa succede invece a quelle persone che mancano di autostima?

Per lo più si adeguano, non parlano, non cambiano le cose perché hanno paura di quello che gli altri diranno. Avere la considerazione degli altri per loro è più importante che avere la considerazione di se stessi.

Autostima buona o sbagliata

L'autostima può venire dal di dentro di sé o dal di fuori di sé.

L'autostima da successo

Proviene dal di fuori di sé, attraverso la chimera del successo: ricchezza, carriera, prestigio, vittoria... Si vale se si ottiene qualcosa nel campo in cui si opera o si vive. Si demanda la propria felicità a un risultato.

...ma, quello che si ottiene è un surrogato di autostima: la forza di volontà che la persona sviluppa è orientata solo al raggiungimento dell'obiettivo.

Per liberarsi dall'autostima da successo, occorre:

*** Capire i limiti di tale scelta, lavorando su quattro concetti:**

- 1) Il tuo valore è indipendente da ciò che gli altri pensano di te.
- 2) Nessuno deve ritenersi meno importante di un'altra persona.
- 3) Nessuno deve ritenersi più importante di un'altra persona.
- 4) Chi deve dimostrare di valere qualcosa non vale nulla. Chi vale veramente non ha bisogno di dimostrare il proprio valore.

*** Trovare una scelta migliore cercando di costruire l'autostima:**

- 1) su valori morali
- 2) su valori esistenziali.

L'autostima che proviene dal dentro di sé si basa appunto sui valori morali (onestà, bontà...) e sui valori esistenziali (capacità di amare).

Ha detto bene recentemente uno studioso americano, Robert Cole: *«Fin dall'inizio della vita, la coscienza è plasmata dai valori affettivi trasmessi al bambino dagli adulti attraverso il linguaggio delle emozioni e la comprensione intuitiva, empatica, dei suoi bisogni. Se questa comprensione manca, il bambino si sente trascurato. E mostrerà verso i bisogni e i sentimenti degli altri la stessa indifferenza nella quale è cresciuto».*

Insomma, la mancanza di sensibilità e di empatia nei confronti del bambino finisce spesso con l'ostacolare lo sviluppo del senso morale. Sono i primi legami affettivi a formare il nucleo più profondo della sua personalità, anche nella sfera morale.

Per questo abbiamo la grande responsabilità di vivere con coerenza la nostra genitorialità, pur nella fatica che questo comporta.

La Parola di Dio (Rom. 12,9-14,21)

«La carità non sia ipocrita: detestate il male, attaccatevi al bene; amatevi gli uni gli altri con affetto fraterno, garegiate nello stimarvi a vicenda. Non siate pigri nel fare il bene, siate invece ferventi nello spirito; servite il Signore. Siate lieti nella speranza, costanti nella tribolazione, perseveranti nella preghiera. Condividete le necessità dei fratelli, siate premurosi nell'ospitalità.

Benedite coloro che vi perseguitano, benedite e non maledite. Rallegratevi con quelli che sono nella gioia; piangete con quelli che sono nel pianto. Abbiate i medesimi sentimenti gli uni verso gli altri; non nutrite desideri di grandezza; volgetevi piuttosto a ciò che è umile. Non stimatevi sapienti da voi stessi.

Non lasciarti vincere dal male, ma vinci il male con il bene.»



1.2.3. Il ruolo dell'empatia

Nella cronaca purtroppo frequente, ci sono episodi di violenza, di mancato soccorso e di indifferenza da parte di passanti per la nostra stessa strada o coinquilini riguardo a ciò che sta accadendo. Possiamo sentirci indignati.

Ma perché accade questo?!

Perché dovrei mettere a rischio "minimo" anche la mia vita per potere tentare di evitare a qualcun altro un episodio brutale? Perché non farsi i "fatti propri" anche se qualcuno è in difficoltà?

Se si desidera indossare una maglia o prendere una bicicletta, per esempio, perché non si dovrebbe anche se non si è proprietari?

I due fratelli

L'altro anno sono stato in Irpinia. Mi hanno invitato a partecipare a una marcia sui luoghi del terremoto dell'80. Nel pomeriggio abbiamo raggiunto un paesino, tra Teora e Pescopagano, in cui erano ancora sistemati vari containers, ma al centro del villaggio vi era una chiesetta per nulla diroccata. Sorpreso, ho chiesto a uno del luogo il motivo di tanta stabilità. Ha iniziato a raccontarmi una storia accaduta molti anni prima, dalla quale si evince che quella chiesa era stata fondata sul luogo di un abbraccio fraterno.

La storia è questa: due fratelli possedevano un mulino nei pressi del fiume. Vi lavoravano tutto il giorno. La gente del paese portava lì il grano per la macina e, per ricompensa, lasciava un po' di farina. Al termine della giornata lavorativa la quantità ricevuta dai due fratelli veniva equamente divisa e collocata in due depositi distinti, ciascuno appartenente a uno dei fratelli. Poi i due lasciavano il mulino e tornavano a casa. Vivevano in zone opposte del paese.

Uno era sposato e aveva nove figli, l'altro era scapolo e viveva da solo. Quest'ultimo pensava, e giustamente, che non fosse logico dividere la farina in parti uguali, giacché era solo, mentre suo fratello aveva nove bocche da sfamare. Così, di notte, tornava al mulino, riempiva un sacco di farina e, di nascosto, lo trasportava nel deposito del fratello, quindi tornava a dormire felice.

L'altro fratello, dal canto suo, faceva un ragionamento opposto. Pensava che mentre lui, durante la vecchiaia, avrebbe potuto contare su nove figli e non avrebbe avuto problemi di sostentamento giacché i figli sono la più grande fra le ricchezze, suo fratello scapolo, invece, essendo solo, avrebbe dovuto pensare per tempo a mettere qualcosa da parte. Per questo, di nascosto, anch'egli si recava di notte al mulino, riempiva un sacco di farina e lo trasportava nel deposito del fratello.

Una notte i due si incontrarono per caso al centro del paese, ognuno con il sacco di farina sulle spalle. Si guardarono, si abbracciarono, e lì, proprio in quel luogo, venne poi costruita la chiesetta.

Bellissimo: la chiesa che nasce da un abbraccio. Più forte del terremoto.

(da Parabole di don Tonino Bello, Ed. Messaggero, pag 35)

1. Cos'è questa empatia di cui sempre più spesso si sente parlare?!

L'empatia è quella capacità per cui si è in grado di percepire ciò che l'altro sta sentendo...un "sentire con...".

«L'empatia è la capacità dell'individuo di saper condividere gli stati d'animo altrui e in particolar modo le sofferenze. L'individuo entra in risonanza con le emozioni dell'altro e tramite questo riesce a sentire ciò che l'altro sente ...

L'empatia necessita di due atteggiamenti apparentemente antitetici: la fusione affettiva tra sé e l'altro e la differenziazione tra sé e l'altro. Senza differenziazione infatti non è possibile giungere ad una vera condivisione. Ma senza fusione affettiva non è possibile vivere l'esperienza dell'altro ...

Nel concetto di empatia vi sono due aspetti centrali: quello percettivo-cognitivo che sta nel rendersi conto di come pensa, sente l'altro; e quello pratico-morale in cui si percepisce lo stile con cui l'altro agisce e quindi c'è solidarietà con l'altro...».

(Edith Stein, S. Teresa Benedetta della Croce)

Diversi sono gli studi in cui si evidenzia come nei casi di bullismo vittima e bullo siano in realtà le due facce di un'unica medaglia alla base della quale c'è anche una loro incapacità (di entrambi) di sapere leggere e riconoscere le proprie emozioni e di conseguenza nè l'uno nè l'altro hanno gli strumenti per poterle leggere e riconoscerle in chi hanno di fronte. Così, ad esempio, la vittima non è in grado di leggere e addirittura di vedere certi messaggi non verbali legati all'espressione delle emozioni di fronte alle quali una persona "sana" capirebbe che "tira un brutta aria" e cercherebbe di proteggersi o di non attivare questa reazione in modo ulteriore. Viceversa il bullo non è in grado di sentire quello che sta procurando alla vittima: non riesce a leggerlo, a sentirlo.

Questi sono solo alcuni dei meccanismi che rientrano all'interno della dinamica del fenomeno "bullismo" che sempre di più sta diventando oggetto di cronache preoccupanti.

2. La maturazione dell'empatia

Tutti gli studi e le ricerche più recenti sulla prima infanzia, mettono in evidenza come a fondamento della futura vita morale, ossia di quel sistema di valori e di principi racchiusi nella nostra coscienza dai quali ci facciamo indirizzare, ci sia un percorso che inizia dal primo anno di vita.

Non è soltanto una questione di testa, riguarda anche il cuore, con la capacità di avere presenti gli altri, di intuire ciò che essi provano, di

mettersi nei loro panni, agendo poi di conseguenza.

Questa è empatia, sentire ciò che sente un'altra persona, una qualità in parte innata, ma in parte acquisita dall'ambiente.

Le madri "sufficientemente buone" hanno questa capacità attivata in rapporto al loro bambino senza nemmeno accorgersene: sono le mamme in sintonia con i bisogni del proprio bambino, che lo accolgono per com'è, lo rispecchiano, danno un nome a ciò che il bambino sta sentendo.

In questi gesti così naturali e a volte banalizzati in realtà c'è la base



perché il bambino possa costruire dentro di sé propri strumenti mentali per potere accettare, vivere e leggere, conoscere quell'enorme confusione iniziale che sono le sensazioni e le emozioni.

Se il bambino sperimenta che qualcuno riesce a percepire ciò che lui sente, è aiutato a dare un nome a questo suo sentire e a non "uscirne distrutto". Avrà fatto l'esperienza di qualcuno che si preoccupa per lui, che può entrare in sintonia con lui e potrà quindi, a sua volta, acquisire

gli strumenti per leggere le sue emozioni, conoscerle e riconoscerle nell'altro. Se qualcuno si è preso cura di lui quando si trovava a disagio, imparerà che è buona cosa fare altrettanto con altri che si trovano nelle stesse condizioni.

I primi segni di capacità empatica si colgono fin dagli 8 mesi, quando il piccolo cerca di consolare la madre con un gesto o un sorriso, se si accorge che è triste, oppure cerca di farsi perdonare se appare dispiaciuta o arrabbiata. E qualche mese dopo negli asili nido non è raro trovare bambini dotati di una precisa sensibilità verso coetanei che soffrono: danno loro protezione, li consolano, cercano di alleviare il loro disagio.

3. Come educare l'empatia?

Questa precoce forma di condivisione non proviene soltanto dall'indole del bambino, ma dalla quotidiana esperienza che egli fa di persone – soprattutto i genitori – che proprio attraverso la capacità empatica intuiscono i suoi bisogni e gli stati d'animo, prima ancora che lui sia in grado di esprimerli con la parola.

renti, facendo in modo che in situazioni simili la risposta del genitore sia sempre la stessa. Un esempio interessante lo fornisce T. Berry Brazelton nel suo libro *“Il tuo bambino e la disciplina”*. *Se mentre il bambino protende la mano verso la manopola del volume del televisore, sua madre sorride davanti a questa sfida gioiosa, naturalmente il piccolo scatterà in avanti e alzerà il volume al massimo. E lo farà anche se sua madre dice: «non toccarlo» con un'espressione di divertimento dipinta sul volto. Se la prima reazione non è chiara, il bambino ripeterà l'azione anche quando la madre riproverà dicendo «No», questa volta con un'espressione adeguata al messaggio. Quando le risposte al suo comportamento sono coerenti, egli acquisisce una visione chiara di ciò che è consentito e di ciò che è vietato; di che cosa è sicuro o invece pericoloso. Per questo è importante evitare messaggi confusi o contraddittori che finiscono col renderlo ansioso e irritabile.*

5. Sintonia padre-madre

Cosa succede se manca una certa coerenza dei genitori nel valutare le situazioni? Se ciò che il padre approva è disapprovato dalla madre, e questo accade costantemente, si creerà una situazione ambigua per il bambino, che lo disorienterà non poco, non riuscendo egli a capacitarsi su ciò che è giusto e ciò che non lo è. Sa soltanto che se si comporta in un modo con la mamma sarà punito, mentre con papà tutto fila liscio. Rischia così di diventare un piccolo «opportunista». Per questo è importante che i genitori abbiano una linea educativa comune, in modo che il bambino possa seguire regole generali, condivise da entrambi i genitori. Soltanto così egli farà proprie certe modalità di relazione e di comportamento.

Cosa impedisce o invece può favorire il dialogo tra genitori su questo tema?

È più una questione di tempo o di volontà?

E i risultati attesi quali sono?

La Parola di Dio (Ef. 6,1-4)

Figli, obbidite ai vostri genitori nel Signore, perché questo è giusto. Onora tuo padre e tua madre! Questo è il primo comandamento che è accompagnato da una promessa: perché tu sia felice e goda di una lunga vita sulla terra. E voi, padri, non esasperate i vostri figli, ma fateli crescere nella disciplina e negli insegnamenti del Signore.



1.2.4. La disciplina

Frecce stradali

Capita spesso quando si va in macchina per la prima volta in una zona sconosciuta, e devi raggiungere un luogo. Ti dicono di seguire una certa indicazione stradale, e tu, mentre corri, sei felice. Ti vien voglia di cantare, perché ogni tanto ti ritrovi quella freccia amica, che ti fa buona compagnia. Non devi temere: giungerai in tempo. Poi arrivi a un incrocio, e quella freccia non la trovi più. Ce n'è una dozzina di altre. Ma quella no! Forse è stata assorbita in un'altra più ovvia. Forse è inclusa in quella più orientativa. E tu ti avventuri ugualmente. Non puoi fermarti a chiedere. Cento macchine ti inceneriscono con i clacson. Segui allora l'indicazione che ti sembra più plausibile. Vai avanti per chilometri. A ogni incrocio, un sussulto. Ti vien voglia di tornare indietro. Probabilmente hai sbagliato qualche svincolo. Non avrai visto bene. Sei assalito dal dubbio. Forse stai perdendo tempo. Ti senti solo perché su quella strada non passa nessuno. E ti viene da imprecare, non sai bene contro chi. Poi, finalmente, ricompare la scritta. Avevi già perso le speranze. Meno male che non hai fatto inversione di marcia. Dai un'accelerata al motore. Dunque, sei sulla strada giusta e non hai perso tempo. Accidenti, però: i tecnici dell'Anas, qualche freccia in più, avrebbero potuto sistemarla! Appunto, qualche freccia in più. Sulle strade della pace.

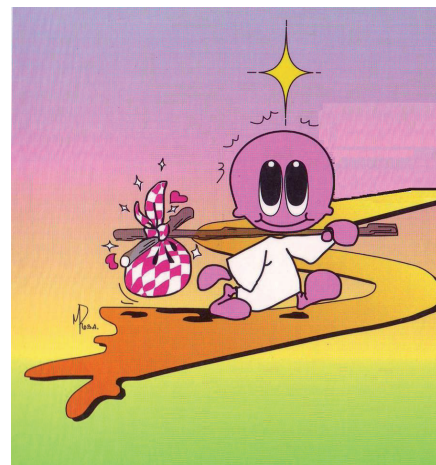
(da Parabole di don Tonino Bello, Ed. Messaggero, pag 77)

C'è un'esigenza di fondo che sta alla base dell'intero discorso sulla vita morale dei piccoli: la disciplina. È stato giustamente detto che fra

tutto ciò che un genitore dona a un figlio, la disciplina è seconda per importanza soltanto all'amore.

Certo, occorre intendersi sul significato di questo termine. Disciplina non vuol dire punizioni (anche se, in maniera moderata – come vedremo – devono essere previste), ma insegnamento, trasmissione di regole essenziali alla vita.

Il bambino ha bisogno che il genitore qualche volta gli dica qualche «no» in maniera inflessibile, anche se ragionata, di fronte a certe sue ri-



chieste ostinate e non esaudibili. Talvolta egli cerca di ottenere in tutti i modi ciò che desidera. In realtà anche lui è alla ricerca di un limite, di un contenimento che solamente l'adulto può fornirgli, con un chiaro sistema di regole e di limiti. Altrimenti il bambino crescerà allo stato brado, senza punti di riferimento certi e questo sarà fonte di non pochi problemi al momento del suo inserimento nella vita sociale.

1. I «no» che aiutano

Alcuni genitori diventano permissivi perché non vogliono veder soffrire il figlio: «*La vita è già tanto dura, perché imporgli fin da ora rinunce?*». Questo il ragionamento di chi finisce troppo spesso per cedere alle richieste del piccolo. In realtà non si rende conto che in questi anni l'esperienza diretta di piccole frustrazioni ha un valore educativo. Anzi tutto perché il «no» pone un freno a una certa onnipotenza del bambino. Poi perché gli apre nuovi scenari, gli offre opportunità che non avrebbe preso in considerazione.

Come osserva Asha Phillips ne *“I no che aiutano a crescere”*, «... il bambino che vuole subito qualcosa e non lo ottiene, deve imparare a rinunciare o ad aspettare. Allora si guarderà intorno in cerca di alternative, esplorerà l'ambiente, metterà in moto l'immaginazione. Prenderà in mano una scatola, la rigirerà in tutti i modi, se la metterà in testa; come un piccolo scienziato, scoprirà tutto delle sue proprietà. La frustrazione stimola il bambino a fare uso delle proprie risorse, purché naturalmente il “no” sia ragionevole e non generi disperazione. Occorre in particolare evitare atteggiamenti del tipo: “Questo non lo fai perché lo decido io”, senza dare le opportune spiegazioni».

Mentre nei primi mesi di vita il bambino crede di ottenere tutto ciò che vuole per una specie di potere innato, è compito dei genitori prima, e degli educatori poi, proteggerlo da questa illusione fornendogli le prime regole esterne, assecondandolo solo in parte, con un saggio equilibrio che, tenendo conto delle sue esigenze, ma anche di quelle della realtà, lo aiuti pian piano a interiorizzare, a far propria questa capacità di mediazione tra sé e gli altri. Il «no» dell'adulto quindi serve a proteggere il piccolo dall'idea di poter essere onnipotente, permettendogli di diventare autonomo e di sentirsi progressivamente capace ed efficace nel confronto con realtà.

2. È così che impara a crescere

Proprio per questo sono da evitare tentennamenti, rinvii, transazioni estenuanti. Genitori ed educatori vorrebbero sempre poter essere amati

e amabili e ci si sente quasi «cattivi» a dire di no o a chiedere qualcosa che non rientra nei desideri immediati dei bambini.

Tuttavia attraverso questa strada “scomoda” lo si prepara alla socializzazione, al rapporto con la scuola, alla possibilità di cooperare con gli altri, lo si protegge dai rifiuti, dai contrasti troppo violenti, lo si forma al raggiungimento di obiettivi che richiedono una sua parte attiva, gustando la possibilità di conquistarsi qualcosa, con tutta la fatica e la soddisfazione che questo comporta.

Dare regole, cioè esplicitare e far valere ciò che è «sì» e ciò che è «no», non è dunque fare un torto ai nostri bambini, anzi. Le regole servono loro a delimitare lo spazio in cui crescere senza perdersi e senza perdere troppo tempo a provocarci per avere da noi il limite, il confine entro il quale è possibile per loro esprimersi, agire e costruirsi autonomamente.

3. L'adulto impari a fare l'adulto

Si potrebbe dire che oggi è più difficile per l'adulto essere autorità che per il bambino accettarla. Per il bambino, lo abbiamo visto, rapportarsi a chi sa e sa far valere, in relazione alla realtà, ciò che è giusto e ciò che non lo è, è un'esigenza vitale di crescita.

Ma per l'adulto, che magari ha vissuto nella propria famiglia un'autorità castrante o un'assenza di autorità di sapore abbandonico e vive ancora un rapporto problematico con se stesso in questa area, l'imparare a essere autorevole richiede tempo, riflessione su di sé, ascolto e interesse autentici per la crescita dei “cuccioli d'uomo” che gli sono affidati.

Il rapporto e il confronto aperto e sincero tra padri e madri è l'unica via per condividere la fatica delle limitazioni ai desideri sconfinati dei figli.

4. Non troppe spiegazioni

Né le regole né in generale i valori, devono essere dati al bambino con una spiegazione approfondita o un ragionamento logico e prolisso sui loro significati. Bastano brevi indicazioni generali. Sarà poi – nel corso di giorni, mesi e anni – che il piccolo arriverà progressivamente a comprendere il senso della regola e del principio ricevuti.

Ciò di cui non si può proprio fare a meno, invece, è la coerenza ed il coordinamento delle diverse agenzie educative con le quali il bambino viene in contatto. Come dicevamo prima la concordia tra genitori diventa il perno su cui gira tutta la vita del bambino, che lo aiuta ad orientarsi, a interagire in maniera positiva con il mondo che lo circonda.

Una cosa importante dunque è comunicare messaggi chiari e coe-

PREGHIERA DEI GENITORI

***O Padre,
ci hai donato l'immensa gioia
di essere genitori,
ci hai concesso il grande dono
di continuare la tua Creazione
nella vita dei nostri figli.
Noi siamo i custodi
del tesoro più prezioso del mondo!***

***Quante gioie abbiamo
nell'accompagnarli nel loro percorso,
quante preoccupazioni
nel vederli crescere.
Ci sembriamo così inadeguati
ad un compito così importante.
Eppure lo hai chiesto a noi,
e te ne siamo grati.***

***Insegnaci ad amare,
insegnaci ad essere educatori,
insegnaci a vedere
nel volto dei nostri figli
la scintilla divina
che Tu hai messo in loro.
Insegnaci a non aver mai paura,
insegnaci a trovare in Te il modello,
insegnaci a trovare in Te forza,
gioia e coraggio.***

***O Maria, come è stato anche per Te,
aiutaci ogni giorno
a scoprire il progetto d'amore
che Dio Padre ha per i nostri figli.***

Amen