

*Istituto Comprensivo Cesare Cantù  
Scuole elementari di via Dora Baltea e dei Braschi  
Scuola dell'infanzia di via Dora Baltea*

# **DIVENTARE AUTONOMI: UNA SFIDA PER GENITORI E FIGLI**

*"Un bambino cresce cadendo  
e rialzandosi"  
(Antico proverbio turco)*

---

Dott.ssa Cristina Pezzotta,  
Psicologa, Psicoterapeuta

# Il Significato di questi incontri

- ❖ Continuare il lavoro di dialogo tra scuola e famiglia promosso dalla scuola negli scorsi anni e attivo attraverso il lavoro della Commissione
- ❖ Creare occasioni di confronto tra genitori e docenti sul tema dell'autonomia:
  - Che cosa significa sviluppare un buon livello di autonomia personale?
  - Quale ruolo possono giocare i genitori nei diversi ambiti della vita dei propri figli?

# Diventare autonomi

- Un processo, qualcosa di dinamico, in movimento, non lineare !
- **Autonomia:**
  - un concetto che contiene molti significati (responsabilità; capacità di gestione di sé e della relazione con gli altri; autostima personale, etc...)
  - un concetto variabile in funzione di aspetti: sociali e culturali, familiari, individuali

# L'autonomia ai nostri tempi

“I bambini sono sospinti a essere precocemente adulti quando si chiede loro di sviluppare fin dalla nascita gusti e propensioni personali ma, al contempo, sono protetti all'estremo in quanto dagli stessi ci si aspetta ben poca intraprendenza per realizzare i loro scopi. Individuare soluzioni, progetti, scelte operative che danno corpo a gusti e propensioni spetta infatti totalmente ai genitori, in primis alla madre.

Il bambino è capace, competente, ma operativamente imbranato. Ha poche occasioni per sbrigarsela da solo, per affrontare la frustrazione dell'insuccesso, in quanto sono quasi sempre gli altri a trovare una soluzione al suo posto.

Il bambino di un tempo non era dotato di alcun talento speciale che dovesse essere scoperto (...) Ieri un bambino doveva lottare per convincere i genitori a fargli realizzare i suoi sogni.

(Elena Rosci, 2007, pag. 149)

## Una competenza che sembra sempre più difficile da conquistare...

- "Lo sa che nella mia classe la maggior parte dei bambini non è capace ancora di usare il coltello in mensa?" (maestra di II elementare)
- "Secondo lei va bene che io faccia il bidet a mia figlia di 10 anni?... E' perché a lei fa schifo!" (una mamma)
- "Ho trovato più volte sul quaderno di un mio alunno le verifiche rifatte dalla madre, perfette e senza errori!" (maestra di III elementare)
- "Ieri sera sono rimasta alzata con mio figlio fino alle 10 di sera ... a colorare per lui il lavoro di ed. tecnica" (una mamma)

# Il focus di questa sera: il ruolo dei genitori nel corso dello sviluppo

- Che cosa significa sostenere l'autonomia dei figli?
- Come cambia il ruolo dei genitori nelle diverse fasi di sviluppo dei bambini e dei ragazzi?

# PARTIAMO DA VOI

- "Secondo me, aiutare mio figlio a essere autonomo significa..."
- Gruppi di genitori divisi per fascia di età dei figli:
  - scuola dell'infanzia
  - scuola elementare
  - scuola media

15 minuti di tempo

# Alcuni punti da avere in mente

- Il sostegno all'autonomia implica delle azioni quotidiane e una certa posizione mentale (capacità di osservazione, di ascolto, di attesa, di gestione delle nostre emozioni)
- Sostenere l'autonomia significa:
  - avere in mente l'altro e le sue caratteristiche;
  - saper dialogare con la realtà

**DIVENTARE AUTONOMI:UNA SFIDA PER GENITORI E FIGLI**

**"FACCIO DA SOLO !":  
I MOLTEPLICI SIGNIFICATI DEL DESIDERIO  
DI AUTONOMIA IN PREADOLESCENZA**

*"Un bambino cresce cadendo  
e rialzandosi"  
(Antico proverbio turco)*

**Dott.ssa Cristina Pezzotta,  
Psicologa, Psicoterapeuta**

# Dove eravamo: le vostre rappresentazioni

- Gradualità
- Organizzazione
- Stare un passo indietro
- Fermezza / serietà
- Supporto / incoraggiamento
- Pensare! "Pensarsi" come genitori

## Dove eravamo: a proposito di autonomia

- Processo e non stato
- Oscillazione
- Connessione con altri ambiti ( autostima, senso di efficacia personale, responsabilità personale, etc)

# “Faccio da solo”

- Non sono più il tuo bambino!
  - Nel pensiero
  - Nel corpo
  - Nelle emozioni
  - Negli spazi

# “Ho bisogno di te!”

- Sono ancora il tuo bambino!
- Desideri contrastanti
- La paura di crescere
- Tanta confusione rispetto a sé

“L'adolescente stesso non capisce che cosa gli sta succedendo: subisce, più di avere la sensazione di agire, come se non fosse più padrone degli eventi”

(Jeammet, 2009)

# I processi psicologici sottostanti

- Separarsi
- Individuarsi
- Costruire una propria identità:
  - chi sono io?
  - quanto sono capace?

# Il bisogno dell'altro: una minaccia per l'autonomia

## Una profonda contraddizione

“ Di fatto l'adolescente ha bisogno del legame, ed è questa stessa necessità che gli risulta intollerabile. Se il legame si allenta, si sente abbandonato; se si stringe ulteriormente, si sente invaso, a volte perseguitato. L'adolescenza offre un buon esempio di quelle due ansie umane fondamentali che sono la paura dell'abbandono e di non essere visti, e di riflesso, la paura dell'intrusione, che corrisponde a un desiderio di vicinanza, persino di fusione.”

(Jeammet, 2009)

# Tante domande e ... che confusione!

Che cosa ho nella testa?

Che cosa sono capace di fare?

Qual è il mio valore?

Conto per qualcuno?

Sono degno di essere amato?

Ho importanza per qualcuno?

I miei genitori? E gli altri? Quali altri?

# Il ruolo fondamentale dell'adulto

- La capacità di esserci, di resistere, di tenere a mente
- Diversi stili di attaccamento

# Concludendo

“ Questo mi porta a quella che io ritengo essere la caratteristica più importante dell'essere genitori: fornire una **base sicura** da cui un bambino possa partire per affacciarsi al mondo esterno e a cui possa ritornare sapendo per certo che sarà il benvenuto, nutrito sul piano fisico ed emotivo, confortato se triste, rassicurato se spaventato.

(...)Sotto questo aspetto si tratta di un ruolo simile a quello dell'ufficiale militare che comanda una base militare. (...) Per gran parte del tempo **il ruolo è di attesa**, ma è nondimeno vitale, perché solo se l'ufficiale che comanda la spedizione ha fiducia che la sua base sia sicura può osare spingersi in avanti e correre dei rischi”

(Bowlby, 1989)

# Il prossimo appuntamento

Scuola media U. Saba

**Amore, internet e dintorni:  
il ruolo dei genitori nei movimenti di  
esplorazione dei figli**

**Giovedì 2 Dicembre 2010, ore 17.30**

*Istituto Comprensivo Cesare Cantù  
Scuole elementari di via Dora Baltea e dei Braschi  
Scuola dell'infanzia di via Dora Baltea*

## **AMORE, INTERNET E DINTORNI: IL RUOLO DEI GENITORI NEI MOVIMENTI DI ESPLORAZIONE DEI FIGLI**

*"Un bambino cresce cadendo  
e rialzandosi"  
(Antico proverbio turco)*

Dott.ssa Cristina Pezzotta,  
Psicologa, Psicoterapeuta

# Dove eravamo...

- Il significato dell'esplorazione:
  - Tra dipendenza e indipendenza
  - Tante contraddizioni
  - Chi sono io? Quanto sono capace?

## Questa sera: amore, internet, e co.

- L'investimento sull'esterno
- Il ruolo degli "altri", fisici e virtuali
- Il ruolo della famiglia

# A proposito di amore

- Alla ricerca dell'altro: la scoperta della sessualità
- Emozioni assolute e contrastanti
- Ancora confusione!
- Un sostegno narcisistico importante

# A proposito di amore e di genitori

"Non mi capiscono!"

"Mi fanno l'interrogatorio!"

"Perché si preoccupano?"

La giusta distanza: tra esperienze passate e riconoscimento della differenza

# Internet e dintorni

- L'era dei "nativi digitali"

Facebook: lo strumento di comunicazione più più utilizzato dagli under 18 (71%)

(Telefono Azzurro, 2009)

- Il significato psicologico del virtuale:  
Sara e "gli amici" di internet

# Il ruolo dell'adulto

- Un'esplorazione senza limiti?
- Vicini con curiosità
- Non solo internet

# Per concludere

I figli sono come aquiloni  
Passi la vita a cercare di farli alzare da terra  
Corri e corri con loro  
Fino a restare tutti e due senza fiato.  
Come gli aquiloni, essi finiscono a terra  
E tu rappezzi e conforti, aggiusti e insegni.  
Li vedi sollevarsi nel vento e li rassicuri  
Che presto impareranno a volare.  
Infine sono in aria:  
Gli ci vuole più spago e tu seguiti a darne

# Per concludere

E ogni metro di corda  
Che sfugge dalla tua mano  
Il cuore ti si riempie di gioia e di tristezza insieme.  
Giorno dopo giorno  
L'aquilone si allontana sempre di più  
E tu senti che non passerà molto tempo  
prima che quella bella creatura spezzi il filo  
Che vi unisce e si innalzi,  
Come è giusto che sia, libera e sola.  
Allora soltanto saprai di aver assolto il tuo compito

(Emma Bombeck)

# La fiducia in se stessi

- Motivazione a esplorare
- Perseveranza di fronte alla frustrazione
- L'uso efficace degli adulti come risorse
- Sentirsi accettati e amabili
- Essere aiutato a vivere e gestire gli insuccessi
- Poter sperimentare se stesso in contesti diversi

“Una parte dell'esplorazione competente e della padronanza del mondo proviene dalla consapevolezza di avere una base sicura da cui partire per esplorare” (Pianta, 2001)