Ester Chicco, Elisabetta Galanti, Milena Monzittu

Relazione presentata alla 10° Giornata Internazionale ASEFOP a Madrid il 22 febbraio 2025

Bambini piccoli e sintonia affettiva: il gruppo genitori-bambini 0-3 anni

Quando i genitori fanno troppo per i loro figli

I figli non fanno abbastanza per sé stessi

E. Hubbard

Queste considerazioni sono tratte dalla nostra esperienza nei gruppi di psicomotricità mamma bambino che da tempo conduciamo all'interno del CFP Spazio Psicomotorio e degli altri spazi in cui lavoriamo.

Ci piace iniziare mettendoci un po' **nei panni dei genitori**, mamme e papà che frequentano con i loro bimbi questi spazi.

Si può voler tanto bene ad un figlio tanto da renderlo confuso per il troppo amore di cui lo rendiamo oggetto? Tutte le mamme e i papà del mondo vogliono proteggere il proprio bambino dal pericolo**,** ma per qualche genitore è difficile capire quando il proprio intervento protettivo è eccessivo o dannoso per lo sviluppo psicofisico del bambino.

Molte mamme e papà riescono ad instaurare un'interazione con una reciproca soddisfazione. Accudiscono il loro bimbo e lo rendono sicuro. A volte, però, questa sintonizzazione emotiva non si verifica: il bambino si sentirà allora disperato e rassegnato a qualsiasi aiuto esterno.

La mamma di Pallotto, il piccolo orso della nostra storia, al contrario, è troppo presente, troppo invadente, sempre ansiosa di anticipare i bisogni del proprio cucciolo, magari costringendolo a mangiare per colazione ben 10 ciambelle, oppure coprendolo con un maglione di lana anche quando fa caldo, o ancora stringendolo nella morsa di ben due sciarpe!

Pallotto arriva al punto di non sapere più quali sono le sue esigenze, non riconoscendo più le proprie emozioni**.** Si sente confuso. Ma anche mamma orsa è confusa: non ha trovato la giusta distanza dal proprio cucciolo; quello spazio vitale in cui ognuno è in grado di sentirsi autonomo e libero di sperimentare, attraverso prove con tentativi ed errori…

Questa favola molto carina dal titolo "*Una calamita di mamma"* che ha come protagonista un piccolo orsetto di nome Pallotto, ci presenta una mamma particolarmente ansiosa che ha sempre paura che possa accadere qualcosa di brutto nella vita di suo figlio. È una mamma così preoccupata e che si che si sente così responsabile di dover accudire e proteggere il proprio cucciolo da non riuscire nemmeno a pensare che anche lui ha le sue abilità e le sue competenze. È infatti lei che in qualunque situazione decide che cosa il suo cucciolo deve fare, cosa dovrebbe sentire e come dovrebbe comportarsi.

Va da sé che la relazione tra la mamma ed il figlio diventa un'infinita corsa ad ostacoli, in cui il bambino prova a fare qualcosa e la madre cerca sempre di fermarlo, fino a che la confusione non diventa così grande e

l'ansia così accentuata che da qualche parte tutto questo disagio deve essere messo e sistemato.

È a partire da questa favola che vorremmo provare a condividere ciò che negli ultimi anni stiamo osservando nelle sedute di psicomotricità mamma-bambino: genitori troppo preoccupati rispetto alla possibilità che i loro bimbi si facciano male e che di conseguenza limitano il loro movimento e la sperimentazione sensomotoria, genitori che non riescono a "lasciare andare" i loro bambini, che fanno fatica a giocare con loro, genitori troppo presenti che non riescono a osservare e riconoscerne punti di forza e competenze, che hanno difficoltà a gestire i conflitti e le emozioni "forti" dei loro bambini, che iperinvestono sul versante cognitivo e della prestazione.

Genitori dunque troppo presenti nella vita dei loro figli, che creano intorno a loro una finta area di sicurezza, un cuscinetto di protezione, pensando in modo illusorio di proteggerli dalla realtà. Di fatto, tali genitori si impegnano per rendere la vita dei propri figli meno complicata possibile e ciò comporta inevitabilmente che la maggior parte di loro viva in uno stato di continua tensione, poiché costantemente preoccupati per la salute e la felicità della prole. Organizzano in modo millimetrico la loro vita e al minimo cambiamento sono sopraffatti dalle preoccupazioni.

E le emozioni, come accoglierle, che cosa farne? Rabbia, tristezza o sofferenza vengono percepiti come un affronto personale e in questo modo i bambini non si sentono accolti, né contenuti. Ma solo spaventati.

Abbiamo allora provato a metterci "dalla parte dei genitori" per tentare di individuare le possibili motivazioni di questa crescente preoccupazione e poterne cogliere significati più profondi.

Viviamo in una società che è in rapidissima trasformazione, caratterizzata da una complessità che ci mette di fronte ad una serie di sollecitazioni e di prove nei confronti delle quali il compito di educare dei genitori non risulta certo semplice. Ci sono più risorse professionali rispetto al passato e differenti esigenze psichiche e fisiche da soddisfare. Le famiglie moderne sono costituite generalmente da genitori occupati in un'attività lavorativa, e per tali motivi i bambini passano molto tempo a scuola e fuori casa. Nel poco tempo che riescono a ritagliarsi per stare con i loro bimbi, papà e mamme non sempre riescono ad avere momenti di condivisione, di gioco, di piacere della reciproca relazione, ma più facilmente è un tempo che viene utilizzato per la gestione della casa e delle faccende ad essa connesse.

Sicuramente le aspettative che un genitore ha oggi sono diverse dalle aspettative che aveva un genitore del passato. Oggi sappiamo che la relazione con il genitore è fondamentale per lo sviluppo della personalità dei bambini. E questo ci responsabilizza molto di più di quanto non accadesse tempo fa.

La situazione di isolamento che attualmente caratterizza molte famiglie, ovvero trovarsi a crescere un figlio senza il tessuto familiare, in una situazione di sradicamento, assieme alla maggior consapevolezza di ciò che comporta il ruolo di genitore, porta ad avere più dubbi ed incertezze. Di conseguenza, si tende a cercare nello specialista la risposta o la rassicurazione, spesso la formula magica. In tali situazioni diventa utile far comprendere loro che ciò che stanno affrontando come genitori con i loro bambini sono normali difficoltà di crescita.

Le analisi del ruolo genitoriale negli ultimi anni vedono sempre più spesso i genitori connotati come fragili, quasi a contrapporre ad essi (talvolta anche in modo stereotipato) la sicurezza dei genitori che li hanno preceduti. Una molteplicità di fattori concorre a creare questo scenario e, in qualche misura, i genitori di qualche tempo fa avevano certezze diverse e, se non altro, godevano di un tessuto sociale che riconosceva l'importanza di affrontare l'opera educativa seguendo un sentiero comune.

L’attuale fragilità si estrinseca in molteplici forme: relativizzazione dei valori, impreparazione alle sfide, incostanza dell’atteggiamento educativo, difficile conciliazione di tempi pubblici e privati, instabilità delle relazioni fra coniugi con ricadute sui rapporti con i figli e con una vaga ma perenne impressione di non essere all’altezza della situazione.

La fragilità vorrebbe sempre essere evitata, o perlomeno negata, salvo poi trasformare la propria famiglia nel luogo dove scaricarla perché il gruppo, il luogo di lavoro, insomma la società, non la tollera. Allo stesso tempo anche all’interno del nucleo domestico, dove ci si dovrebbe sentire accolti come persone intere (anche con le proprie vulnerabilità), il genitore rinnega eventuali debolezze e vorrebbe spesso avere poteri illimitati nella gestione del tempo, delle energie, dell’efficienza e degli innumerevoli compiti. Padri e madri vorrebbero riuscire a soddisfare contemporaneamente le esigenze lavorative e quelle familiari, gli obblighi istituzionali e i vincoli affettivi, e aspirano a far ciò trovando una soluzione valida in via definitiva.

Tali continue sollecitazioni, da un certo punto di vista nuove, si inseriscono in un quadro di decisa privatizzazione della famiglia, contraddistinto da una forte valenza attribuita alle relazioni interne al nucleo familiare e da una consistente diminuzione dei momenti di scambio, confronto, dialogo e condivisione con altre famiglie.

La situazione diventa poi ancora più complessa quando ci troviamo di fronte a mamme migranti, per scelta o per necessità, mamme sole, molte volte con esperienze traumatiche alle spalle, che provengono da culture altre, che parlano altre lingue, sradicate dalle loro radici, con modalità di educazione dei figli differenti, con difficoltà a capire come si può far crescere bene un bambino qui, e che cosa bisogna fare quando il bimbo va a scuola, o quando sta male, o ancor più, nel caso presenti una disabilità.

Il gruppo mamma-bambino in sala di psicomotricità diventa occasione importante di scambio e condivisione fra i genitori che vivono la medesima esperienza, che permette loro di sentirsi meno isolati e soli, di giocare in un luogo sicuro con i loro bambini e di affidarsi a professionisti che rassicurano e accompagnano i loro bambini nell’esplorazione, nello stesso momento in cui accompagnano anche loro a vivere in odo più sereno questa fondamentale fase della vita.

Ma è tempo di spostare lo sguardo sui **bambini**.

Come abbiamo detto, I gruppetti 0/3, nati come un momento di gioco condiviso, di esperienza, di relazione e di scambio tra bambini e tra adulti, da vivere in serenità senza preoccupazioni di tempi e prestazioni, quindi ad un livello che potremmo definire preventivo – educativo, sempre di più in questi ultimi anni sono frequentati da coppie genitori-bambini che faticano a trovare una sintonizzazione sufficientemente buona. Parallelamente alle difficoltà che incontriamo nei genitori, ci sembra di poter individuare anche nei bambini alcuni punti di criticità. Sono aumentati, a nostro parere, i bambini che manifestano difficoltà nella separazione, i bambini con difficoltà nell’attaccamento e con dinamiche di onnipotenza, con difficoltà di autoregolazione e con frequenti e incontrollabili crisi di rabbia alla minima frustrazione, i bambini sempre in movimento che potrebbero sviluppare sindromi iperattive. E manifestano tutto questo nella loro espressività tonico-motoria.

La nostra ottica resta quella di un lavoro preventivo, di accompagnamento. Perché è difficile fare la mamma da sola, ma è anche più raro trovare un luogo dove puoi essere te stessa senza essere giudicata, e provare a trovare insieme alle altre mamme e alle psicomotriciste qualche nuova strategia per trovare una buona sintonizzazione con il tuo bimbo, un buon equilibrio fra la lontananza e la vicinanza, la dipendenza e l'autonomia, l'esserci lasciando fare…

Qualche esempio dal lavoro "sul campo": come sempre, i nomi sono di fantasia.

Giorgio e Carolina: Giorgio, bimbetto adottato a 1 anno, ora ne ha due e mezzo. È un bambino molto autonomo, con ottime competenze motorie e un ritmo veloce, senza particolari problemi di relazione, curioso nei confronti degli altri genitori e bambini presenti in seduta, con i quali gioca talvolta in modo un po' conflittuale. È ancora, come naturale, un po' indietro nel linguaggio.

La sua mamma è educatrice dell'infanzia, responsabile di un nido privato, abituata a "gestire" le situazioni ed ha un notevole carico di lavoro e di responsabilità. Per questioni organizzative familiari ha inserito Giorgio nella sua struttura e il bimbo, durante la giornata, deve condividerla con gli altri bambini. Carolina sa bene che questa non è una situazione ottimale, per nessuno dei due, si sente in colpa ma per ora è l'unica soluzione possibile.

Quando Giorgio si allontana e si dimentica momentaneamente della sua mamma, l'atteggiamento della mamma è un po' ambivalente, a volte lo insegue e si impegna con lui in giochi e scambi corporei molto attivi, tonici e stimolanti, riproducendone il ritmo veloce per riagganciarlo, altre volte invece non nota la distanza tra lei e Giorgio, che vaga senza meta per la sala.

Nel suo ruolo di educatrice, è molto reattiva nel caso di brevi conflitti tra bambini, e interviene immediatamente, alzando la voce e bloccando l'azione del figlio, senza darsi tempo per osservare se i bimbi hanno la capacità di risolvere loro stessi la situazione.

La psicomotricista sostiene mamma e bimbo nella modulazione dei ritmi, nell'alternanza di vicino-lontano, li aiuta a trovare un dialogo tonico emozionale meno frammentato e fatto di picchi e di abbandoni, li accompagna a trovare la possibilità di stare insieme anche a distanza, utilizzando lo sguardo e la voce e, soprattutto, a darsi la possibilità di restare vicini contenuti in un abbraccio o nascosti dentro a una casetta di cuscini.

Gioele e Ginevra: Gioele è un bimbo di tre anni che sta gradatamente sviluppando le sue competenze e il suo desiderio di separarsi, pur presentando un quadro di ritardo psicomotorio globale.

In sala ha fatto progressi rispetto allo scorso anno, sotto il profilo del movimento, dell'attenzione e dell'interazione con l'ambiente e le persone presenti in seduta. È più esplorativo e autonomo, e potrebbe esserlo ancora di più ma la sua mamma fa proprio fatica a lasciarlo andare. Preoccupata per la sua incolumità fisica e per quella che definisce la sua "fragilità" tende a tenerlo sempre vicino, spesso in braccio, a sostenerlo poco nelle sue iniziative di esplorazione. Forse bloccata dal confronto con le maggiori competenze di alcuni bambini presenti, non riesce a vedere e a rinviare a Giorgio le sue (quando per esempio finalmente prova ad arrampicarsi sulla scaletta, la mamma nota solo, in senso un po' svalutativo, che non alterna i piedi). Il suo tono emotivo è spesso depresso e affaticato.

La situazione della coppia ora è migliorata, la psicomotricista (con pazienza, con il gioco e con la parola) ha aiutato Gioele e Ginevra a ritrovare il piacere di stare insieme, di fare delle cose insieme, cercando di rompere il vissuto autosvalutativo dell'avere messo al mondo un bimbo imperfetto e di non essere quindi una buona mamma. E così li vediamo finalmente lasciarsi andare, la mamma per prima, al piacere di distruggere le torri, tuffarsi, nascondersi….

Il gruppo mamma/bambino è stato per Ginevra una "comunità di mamme", fatta di momenti di piacere condiviso, di scherzi, ma anche di scambi sulle difficoltà di ciascuna a crescere, oggi, i propri figli. Una dimensione collettiva che pensiamo sia uno degli aspetti più importanti di questo tipo di lavoro.

Sonia, Carlotta e Giovanni: un esempio di quanto la difficoltà a "lasciare andare" il proprio bimbo permettendone la separazione possa interferire sul suo sviluppo.

Sonia ha 3 anni compiuti, viene al gruppetto con la mamma e, a volte, anche con il papà. È figlia unica di figli unici, iperprotettivi, a loro volta cresciuti in ambienti ovattati ed entrambi molto preoccupati che la bambina possa farsi male, in generale, anche ai giardinetti e nei contatti con gli altri bambini. Anche il papà è preoccupato di questo aspetto, persino per sé stesso. Quando la psicomotricista propone a papà di far vedere a Sonia che è possibile scendere o tuffarsi sui materassi da una plancia bassa, papà la guarda e le dice "e se mi faccio male?"

In seduta Sonia è costantemente tenuta/trattenuta per mano, indirizzata dai genitori verso spazi dove non ci sono altri bambini, coinvolta dalla mamma o dal papà in giochi a due che, di fatto la isolano nella sala e bloccano la sua sperimentazione ed esplorazione. Ma lo sguardo della bambina, eterodiretto, racconta della sua curiosità e del suo desiderio di allontanarsi, almeno momentaneamente dalla sua base "troppo" sicura.

La psicomotricista si chiede come intervenire, ben consapevole che la prima cosa da fare è creare uno spazio di "base sicura" per i genitori. Costruisce dunque, a poco a poco, un clima di fiducia e sicurezza, sia in sala che attraverso colloqui, cercando di mobilizzare le proposte di gioco della mamma e del papà e di trasformarle in occasioni di maggiore autonomia per Sonia con semplici, ma rivoluzionarie proposte: "Puoi lanciare la pallina più lontano, più forte! Prova a stare vicino a Sonia senza intervenire ad interrompere i suoi progetti e le sue iniziative, soprattutto senza sostituirti a lei. Sonia ce la può fare!". Ad oggi Sonia, ma anche i suoi genitori, sono più dinamici, la bimba ha riconquistato i suoi spazi, e può anche permettersi di giocarsi l'opposizione. Anche la gestione del momento di separarsi all'ingresso alla scuola dell'infanzia non crea più problemi.

Enrico e Ruggero: Enrico ha due anni ed è sovente accompagnato in seduta da Ruggero, un papà attento e giocoso, che ci dice che la difficoltà di Enrico è quella di non saper accettare i limiti. Ci rendiamo conto che Enrico è sempre in movimento, distrugge, travolge gli altri bambini, butta per aria le cose e ha frequenti passaggi all'atto. Accetta poco il contatto e il contenimento corporeo diretto. Il papà passa il tempo a corrergli dietro, anche perché Enrico, nel suo muoversi vorticoso, si mette spesso in situazioni di rischio, cade, e, forse per sentire il proprio corpo, cerca impatti forti con i materiali. La situazione non cambia quando in seduta c'è mamma al posto di papà.

In seduta osserviamo che di fronte ad un Enrico che si muove in continuazione a papà viene naturale adottare uno stile di gioco che riproduce sia a livello motorio che tonico emozionale il suo comportamento: velocità, intense mobilizzazioni, risposte speculari. Manca qualsiasi alternanza di ritmo. Con calma la psicomotricista accompagna papà a stabilire un dialogo in questo "tutto pieno", a partire da situazioni di contenimento dinamico, per es. saltare dentro ad un telo e trasformarlo in dondolo a velocità diverse, utilizzare dei contenitori rigidi come "macchinine" che corrono per la sala ma si devono anche fermare, battere sul tamburo piano-forte, apparire/scomparire, trattenere e lasciare andare……

E poco per volta papà ed Enrico trovano lo spazio di un dialogo più tranquillo, più ritmato, più contenente, più rispettoso delle richieste profonde del bambino.

E ci piace concludere con un racconto di Gianni Rodari:

La passeggiata di un distratto

"Mamma, vado a fare una passeggiata".
"Va' pure, Giovanni, ma sta' attento quando attraversi la strada".
"Va bene, mamma. Ciao, mamma".
"Sei sempre tanto distratto".
"Si mamma. Ciao, mamma".

Giovannino esce allegramente e per il primo tratto di strada fa bene attenzione. Ogni tanto si ferma e si tocca.
"Ci sono tutto? Si". E ride da solo.

È così contento di stare attento che si mette a saltellare come un passero, ma poi s'incanta a guardare le vetrine, le macchine, le nuvole, e per forza cominciano i guai.

Un signore, molto gentilmente, lo rimprovera:
"Ma che distratto, sei. Vedi? Hai già perso una mano".
"Uh, è proprio vero. Ma che distratto, sono".

Si mette a cercare la mano e invece trova un barattolo vuoto. Sarà proprio vuoto? Vediamo. E cosa c'era dentro prima che fosse vuoto? Non sarà mica stato sempre vuoto fin dal primo giorno…

Giovanni si dimentica di cercare la mano, poi si dimentica anche del barattolo, perché ha visto un cane zoppo, ed ecco per raggiungere il cane zoppo prima che volti l'angolo perde tutto un braccio. Ma non se ne accorge nemmeno, e continua a correre.

Una buona donna lo chiama: "Giovanni, Giovanni, il tuo braccio!"
Macché, non sente.
"Pazienza," dice la donna. "Glielo porterò alla sua mamma".

E va a casa della mamma di Giovanni.
"Signora, ho qui il braccio del suo figliolo".
"Oh, quel distratto. Io non so più cosa fare e cosa dire".
"Eh, si sa, i bambini sono tutti così".

Dopo un po' arriva un'altra brava donna.
"Signora, ho trovato un piede. Non sarà mica del suo Giovanni?".
"Ma sì che è suo, lo riconosco dalla scarpa col buco. Oh, che figlio distratto mi è toccato. Non so più cosa fare e cosa dire.
"Eh, si sa, i bambini sono tutti così".

Dopo un altro po' arriva una vecchietta, poi il garzone del fornaio, poi un tranviere, e perfino una maestra in pensione, e tutti portano qualche pezzetto di Giovanni: una gamba, un orecchio, il naso.

"Ma ci può essere un ragazzo più distratto del mio?"
"Eh, signora, i bambini sono tutti così".

Finalmente arriva Giovanni, saltellando su una gamba sola, senza più orecchie né braccia, ma allegro come sempre, allegro come un passero, e la sua mamma scuote la testa, lo rimetto a posto e gli dà un bacio.

"Manca niente, mamma? Sono stato bravo, mamma?"
"Si, Giovanni, sei stato proprio bravo".

Gianni Rodari in *La passeggiata di un distratto,* ha descritto la solidarietà che un tempo consentiva una sorta di genitorialità diffusa in virtù della quale ciascun adulto partecipa e si sente responsabile di ogni minore che gli abita o gli passa accanto. Giovanni, bambino distratto, nonostante le

raccomandazioni della mamma, passeggiando per il quartiere, e interessandosi a ciò che lo circonda, perde una mano, un braccio, il naso, le orecchie…

Gli abitanti che lo incontrano, e notano la sua distrazione, cercano di richiamarlo, di ricomporlo, di soccorrerlo, sono presenti, lo vedono, lo notano, sanno chi è e conoscono il suo difetto, ma non giudicano, non rimproverano la mamma che alla porta di casa accoglie i vicini e raccoglie i pezzi di suo figlio, anzi, inseriscono il comportamento del bambino in un quadro di "normalità" (tutti ripetono alla mamma: i bambini sono tutti così!)

Di fronte ad una mamma che si lamenta della propria situazione non ci sono suggerimenti di discorsi o di comportamenti adeguati da tenere con questo bambino, c'è solo una rassicurazione e un aiuto concreto di persone che riportano a casa ciò che Giovanni ha lasciato sparso nel quartiere. Nessuna segnalazione prematura sulle problematiche del figlio, nessuna veloce diagnosi della vicina di casa, nessuno scuote il capo a compatire la madre di Giovanni, nessuno l'accusa di essere inadeguata, nessuno si sostituisce a lei proponendo al bambino un'alternativa alla mamma incapace, tutti (una vecchietta, il garzone del fornaio, un tranviere, una maestra in pensione) rifuggono l'assistenzialismo e si fanno rete di sostegno. È in tale scenario di genitorialità diffusa che la mamma può esercitare la sua maternità in modo sereno e può lasciare al figlio la possibilità di vivere queste avventure proprio perché attorno ha una rete che la sostiene, la rassicura, interviene discretamente ad evitare che accada il peggio. Questa trama di rapporti permette alla mamma di non rimproverare il bambino, le consente di essere serena a sufficienza per accoglierlo, rimetterlo a posto, dargli un bacio e dirgli addirittura che è stato proprio bravo.

Questa breve favola ci accompagna ad alcune semplici considerazioni.

- Il gruppo ha un valore trasformativo molto più importante di quanto solitamente gli viene riconosciuto; un gruppo in cui ci si può sentire riconosciute e supportate come mamme da delle specialiste, ma anche da delle "pari".
- Il nostro ruolo in quanto psicomotriciste non è quello di giudicare, né di sostituirsi, né di insegnare o dar consigli, ben conoscendo la fragilità genitoriale in questo primo periodo di vita dei propri bambini. Ma semplicemente quello di riconoscere, sostenere e dare voce e corpo agli aspetti positivi e di crescita, rimettendo in movimento eventuali dinamiche di gioco e di relazione che non danno la possibilità a mamme e bimbi di crescere al meglio.
- E se notiamo qualche intoppo nella crescita, un ritardo evolutivo o una eventuale patologia sarà proprio questo clima di sintonizzazione e sicurezza, questo clima di gioco e di piacere sperimentato e condiviso in seduta che permetterà alla psicomotricista e ai genitori di parlarsi e di affrontare con la maggior serenità possibile anche le cose più difficili che possono eventualmente presentarsi.