

Essere genitori oggi: una sfida difficile.



Figura 1: Gustav Klimt-
Le tre età della donna
(dettaglio), 1905,
Galleria Nazionale d'Arte
Moderna di Roma

Si sente dire frequentemente che al giorno d'oggi essere genitori sia più impegnativo e complicato rispetto ai tempi passati e come ogni *vox populi* tale affermazione ha un fondo di verità: di certo fare il genitore non è mai stato un compito facile né semplice, ma ciò che lo rende differente attualmente è in gran parte dovuto ai cambiamenti strutturali che hanno subito la società e le famiglie in cui si trovano a vivere genitori e figli. Vediamo più nello specifico quali possono essere i principali

motivi che hanno notevolmente influenzato l'espletamento delle funzioni genitoriali: come accennato prima, analizzando la situazione dal punto di vista sociologico, il primo motivo è da ricondurre al fenomeno che ha visto affermare e diffondere nuove tipologie di famiglie. Mentre in passato la famiglia tradizionale prevaleva all'interno della società, oggi, conseguentemente al maggior numero di separazioni e divorzi, sono in netto aumento le famiglie monogenitoriali e le famiglie ricostituite, ovvero una configurazione di famiglia in cui rientrano un nuovo partner del padre o della madre e i rispettivi figli. Per tali ragioni si rendono necessarie nuove modalità di gestione dei rapporti familiari pertanto i genitori si trovano disorientati davanti a questo tipo di situazioni di cui probabilmente non ne hanno fatto esperienza in precedenza.

Il secondo motivo fa riferimento al rapido progresso tecnologico e all'aumento dei ritmi di vita quotidiana che producono un duplice effetto: da un lato l'iperstimolazione continua a cui sono sottoposti i bambini fin da piccolissimi (troppi e diversi stimoli: fisici, uditivi, visivi, etc.), dall'altro lato ai genitori viene richiesto un perenne ed estenuante aggiornamento, "stare al passo" con i nuovi modi di comunicare e di approcciarsi alla vita per comprendere i figli.

Un altro motivo altrettanto importante che influenza l'educazione genitoriale è l'eccessiva alternativa di scelte che oggi hanno a disposizione i loro figli: apparentemente potrebbe sembrare un bene, ma in realtà, avere troppe opzioni di scelta, anche per le cose più semplici, può far sentire smarriti, attanagliati emotivamente nell'indecisione e rimanere bloccati e dunque non riuscire a scegliere nulla oppure può portare ad imboccare nel contempo più strade diverse e successivamente ad interromperle senza aver ben capito che cosa si voleva veramente ottenere. In altre parole i figli possono sentirsi sommersi e senza guida: fungere da guida è proprio ciò che è chiamato a fare il genitore. Educare significa davvero mettere in pratica giorno per giorno tante abilità tra cui soddisfare i bisogni dei propri figli, contenere ed istruire sulle proprie emozioni e i

propri stati d'animo, dare regole di comportamento, insegnare sistemi valoriali e molto altro. Nell'applicare tutto questo molto spesso i genitori vivono stati d'animo spiacevoli legati al fatto di non sentirsi abbastanza preparati o adeguati, provando sensi di colpa non appropriati che dal punto di vista psicologico rappresentano un duro colpo alla propria autostima genitoriale e personale e di cui può risentire il rapporto con il proprio o i propri figli. Genitori lo si è già un po' per natura se con questo ci si riferisce all'istinto materno (o paterno) che hanno la maggior parte delle persone, al "saper fare" con i bambini che alcuni mostrato in modo spiccato e l'esperienza relativa al modello di educazione ricevuta, ai racconti sentiti dai genitori, nonni, zii, ai loro aiuti e consigli che contribuiscono ad arricchire la conoscenza di come essere buoni educatori nelle diverse fasce di età: tutto ciò, però, è cosa ben diversa dall'esperienza di fare il genitore in prima persona e può non bastare, in particolar modo quando di presentano situazioni problematiche che insinuano continui dubbi sulla linea educativa da adottare su cui spesso le figure genitoriali hanno opinioni discordanti e che richiedono pertanto competenze genitoriali più attente.

Come asseriva uno dei padri fondatori della psicologia evolutiva in Italia, il Prof. Guido Petter, *"il mestiere di genitori è difficile e complesso, ma tuttavia coloro che lo esercitano non hanno di solito ricevuto alcuna specifica preparazione. Man mano che il proprio figlio cresce si provano gioie e soddisfazioni, ma anche sempre nuove sfide e difficoltà specie se si tratta del primo figlio. Anche quando si ha già un figlio comunque ci si imbatte sempre in situazioni nuove anche nelle stesse fasi di crescita perché ogni bambino è diverso dall'altro e di conseguenza ci sono delle differenze individuali. Con scambi comunicativi ci si impara a conoscere sin dai primi mesi di vita all'età prescolare e scolare, alle fasi di esplorazione e sperimentazione fino all'adolescenza, età di transizione con le sue specifiche problematiche quali il risveglio della sessualità, i cambiamenti corporei, desiderio di indipendenza dagli adulti"* (Petter, 1997).

Difatti è normale non poter essere preparati a fronteggiare tutta l'infinita gamma di situazioni educazionali, non esiste un manuale di genitore perfetto o una preparazione specifica per diventare tale: il primo passo è accettare la propria imperfezione come genitore, non avere l'aspettativa di essere sempre "al top" per i nostri figli. Quello che invece si può fare, da genitori, è cercare di adottare un punto di vista differente che pone l'accento sulle potenzialità e su ciò che si può migliorare invece di focalizzarsi su quello che non si è in grado di fare. Un approccio di pensiero positivo può essere espresso in questo modo *"Che cosa posso fare concretamente per aiutare me stesso ad essere un genitore più consapevole?"* ribaltando una mentalità caratteristica della nostra cultura secondo la quale chiedere supporto per le funzioni genitoriali equivale a non saper fare i genitori, al contrario di altre culture dove il supporto

specialistico è atteso dai neo-genitori fin dai primi giorni di vita del piccolo. E' importante non attendere che vi sia una difficoltà grave per rivolgersi ad una figura specializzata, ma cogliere l'opportunità di svolgere un percorso di accompagnamento alla genitorialità per condividere sia le emozioni positive che negative e per divenire genitori informati nel modo corretto, genitori più consapevoli e dunque più sereni.

Dunque genitori non si nasce, ma si diventa.

[Nel prossimo articolo potremmo analizzare più specificamente gli stili educativi genitoriali più adottati enunciando le loro caratteristiche salienti.]

Dott.ssa M. Luisa Reale
Psicologa - Psicoterapeuta