

(Italiano) Non solo i figli crescono

(Italiano) **Raffaele Mastromarino**, analista transazionale, ha prodotto un lavoro molto interessante che parte da una premessa fondamentale: si può essere buoni genitori, ci si può prendere cura dei figli in maniera efficace a condizione che si sia in grado di prendersi cura di sé stessi. Questo porta la coppia quindi a chiedersi: in che maniera ci stiamo prendendo cura di noi come singoli individui e come coppia?

Spesso la cura dei figli travolge i genitori che sono così proiettati verso i figli da dimenticare sé stessi e la loro relazione. Occorre quindi un'inversione di tendenza e Mastromarino suggerisce, quindi, ai genitori **un lavoro su sé stessi per ogni fase di sviluppo dei loro figli** a partire dallo stadio dell'esplorazione, poi della prima separazione, quello della socializzazione, della scolarizzazione e della costruzione delle competenze, fino a quello dell'adolescenza per approdare, infine, a quello del giovane adulto.

L'intuizione geniale di R. Mastromarino è stata quella di esaminare per ogni stadio evolutivo del figlio i bisogni del figlio in quello stadio, i suoi compiti, ciò che il figlio deve imparare in quello stadio, ma anche **il compito del genitore** rispetto a quello stadio (cioè ciò che un genitore deve trasmettere al figlio a seconda dell'età del figlio) e infine ciò di cui il genitore stesso ha bisogno per assolvere al compito di prendersi cura del figlio.

Il primo stadio è quello che va da 0 a 6 mesi ed è lo **stadio dell'esistere**. In questo stadio il bisogno del bambino è esistere. Quindi il compito del genitore riguardo al figlio da 0 a 6 mesi è dare al bambino il permesso di esistere. Quando si parla di permessi in questo caso si parla di comportamenti verbali e non verbali che il genitore può avere nei confronti del figlio per permettergli appunto di esprimere i suoi bisogni.

Nello specifico in questa fase avere il **permesso di esistere** significa per il bambino piccolo poter sperimentare di essere accolto così com'è, nei suoi bisogni di essere nutrito, accudito, toccato, visto. Specularmente un genitore di un bambino che va da 0 a 6 mesi ha bisogno di far propri gli stessi permessi ad esistere che invia al figlio e quindi di aver cura anche lui di sé come fa riguardo al figlio in vari modi, per esempio, curando la propria alimentazione, ristrutturando i propri tempi e modi di riposarsi.

Poi arriva la fase che va dai 6 ai 18 mesi chiamata **stadio dell'esplorazione**, in questo stadio i bisogni del figlio sono quelli di sviluppare la propria consapevolezza nel fare le cose. Quindi il compito di un genitore riguardo al figlio in questo stadio è dare al figlio il permesso di fare, di dirgli cioè: va bene che tu vada per il mondo, a esplorare sapendo che allo stesso tempo qualcuno, quando tu vuoi, si prende cura di te.

Di conseguenza in questo stadio il bisogno del genitore e il compito verso sé sarà quello di far propri gli stessi **"permessi di fare"** che si inviano al figlio. Prendersi cura di un bambino che esplora può essere veramente stancante; per questo è importante che il genitore periodicamente si distraiga e abbia sostegno: riposandosi, nutrendosi e procurandosi ciò di cui ha bisogno magari.

Segue lo stadio che va dai 18 mesi - 3 anni o **stadio della prima separazione**. È la fase in cui il figlio ha il bisogno di sapere che va bene spingersi, rischiare, provare, scoprire limiti, dire di "no", diventare separati. E di conseguenza il compito dei genitori riguardo al figlio è dargli il permesso di sperimentare ed esaminare, **scoprire i propri limiti**, dissentire e diventare una persona separata da sé. Di conseguenza in questo stadio il bisogno del genitore e il compito verso sé è quello di far propri gli stessi "permessi di pensare" che si inviano al figlio.

Poi c'è lo stadio dai 3 - 6 anni o **stadio della socializzazione**, dell'identità e dell'immaginazione. Durante questa fase di sviluppo il bambino ha un particolare interesse all'altro sesso, alla potenza, e all'impotenza, alla fantasia e alla realtà, alla creazione e alla distruzione, alla malattia e alla salute.

Quindi il compito dei genitori riguardo ai figli è dare dei permessi per **affermare il proprio potere e la propria identità**, per dire che va bene avere una propria visione del mondo, va bene esplorare chi si è e scoprire come si è fatti, va bene esprimere in modo diretto quello che si sente. E quali saranno i bisogni dei genitori e "compiti" verso di sé? Si tratterà di far propri gli stessi permessi per affermare il proprio potere e la propria identità che inviano al figlio.

Da 6 a 12 anni a seguire c'è lo **stadio della preadolescenza**, della creatività, della costruzione e dell'essere competenti. In questa fase i bisogni del figlio sono relativi alla strutturazione del tempo, ai contatti e la pressione del gruppo dei pari, alla definizione della realtà, alla relazione con l'autorità, all'elaborazione dei giudizi e all'affrontare comportamenti appropriati.

In questa fase il compito dei genitori riguardo al figlio è di dare i cosiddetti **permessi per la struttura**, cioè va bene fare le cose a tuo modo, va bene pensare prima di far diventare tua una regola, va bene che sia in disaccordo con me (che esprima pareri contrari), va bene che abbia i tuoi principi morali.

In questo stadio i bisogni dei genitori e "compiti" verso di sé sono di far propri gli stessi "permessi per affermare la propria struttura" che inviano al figlio, risolvendo i problemi di fare le cose a proprio modo **seguendo i propri principi e la propria morale**.

Si arriva infine agli ultimi stadi: quello dell'**adolescenza** e separazione (12-19 anni). In questa fase si ripetono gli stadi precedenti ad un livello più sofisticato e si ha il bisogno di decidere che va bene crescere, essere sessuali ed avere successo.

I compiti dei genitori riguardo ai figli riguarda il dare permessi di essere sessuali e di separarsi. Cioè: va bene che tu abbia una tua identità sessuale, che abbia un posto tra gli adulti e che abbia successo. **Va bene che sperimenti e conosca la tua identità**. Va bene che tu sia come ti piace essere. Quando andrai via di casa sarai sempre il benvenuto quando ritornerai. Ti voglio bene e il mio amore ti seguirà ovunque tu vada.

Rispetto a sé stessi parimenti occorre far propri gli stessi "permessi di essere persone sessuali e persone separate" che si inviano al figlio, risolvendo i problemi sessuali e di separazione che vengono stimolati da un figlio adolescente.

Infine, l'ultimo stadio da 19 anni in su, lo stadio del **giovane adulto** e dell'emancipazione. Questa fase permette di **maturare sessualmente e sviluppare tutte le abilità fisiche ed intellettuali** e sperimentare i vari ruoli nella veste di adulto. I compiti dei genitori riguardo ai figli sono di dare permessi per il riciclo dei diversi stadi e per l'interdipendenza e i bisogni dei genitori e "compiti" verso di sé sono di far propri gli stessi "permessi per l'interdipendenza e il riciclo dei diversi stadi di sviluppo", risolvendo i problemi che emergono stando in contatto con un giovane adulto.

I genitori in questo stadio possono fare un'esperienza importante: quella di ricordare che l'adolescenza per i figli termina con la **rinuncia dei genitori al controllo sulla loro prole** comunicando loro: «Non controlleremo più il vostro comportamento, ora siete padroni di voi stessi. Noi sappiamo che voi siete indipendenti e che noi siamo separati da voi e sappiamo prenderci cura di noi stessi. Siete liberi di andare e venire quando volete».

Fonte: Città Nuova - Autore: Lucia Coco