

IMPULSI PEDAGOGICI

per un'avventura chiamata famiglia



26_Passare del tempo insieme

Quanto tempo trascorrete ogni giorno con vostro figlio? Avete la coscienza sporca perché ritenete che sia troppo poco? Oppure avete un bambino che si aggrappa costantemente ai vostri pantaloni e vuole fare tutto insieme a voi? E avete la sensazione di non avere più tempo per voi stessi?

Quanto tempo in compagnia serve a un bambino?

Non è facile rispondere a questa domanda e dipende da vari fattori: l'età del bambino, l'andamento della giornata, se e quanto voi o il vostro bambino siete fuori casa e così via.

Il tempo trascorso insieme diventa di qualità quando voi, come madre e come padre, siete "presenti", quando siete davvero lì, state al gioco e vi fate notare dal bambino. Non è necessario che sia una giornata intera, provate a dedicargli mezz'ora al giorno, durante l'attività insieme concentratevi sul vostro bambino. Non importa se gli state leggendo qualcosa, se state preparando insieme una torta di sabbia o se state giocando a calcio o a badminton con lui o lei, siate il più possibile presenti, spegnete il cellulare, mettete via il giornale e non distraetevi.

Devo sempre giocare con mio figlio?

Naturalmente, questo non significa che dobbiate sempre giocare con il vostro bambino. Se ve la sentite di giocare con il vostro bambino, sarebbe meglio non giocare affatto. Anche se giocare con i bambini è una fonte di gioia incredibile per molti, alcuni adulti lo trovano difficile. Cercate di dare un senso al gioco che state svolgendo con vostro figlio, potreste rendervi conto che anche se non riuscite a fare nulla con il Lego, le bambole, la pista o il gioco al computer, di quanto sia bello per voi e il vostro bambino semplicemente essere lì con lui.

Al vostro bambino non interessa se suonate perfettamente, se siete bravi o meno. Il desiderio principale di vostro figlio è quello di vivere un'esperienza insieme a voi, di divertirsi, di sentirsi vicino. I bambini amano quando i genitori partecipano al gioco. Il gioco è l'unico momento in cui i bambini si sentono sullo stesso livello degli adulti, in cui possono essere bravi quanto loro. Non pensate al gioco principalmente da un punto di vista educativo, ma come uno dei tanti modi per stare con il vostro bambino e conoscerlo meglio.

Essere autentici

E se diventa troppo per voi, siete perfettamente autorizzati a porre dei limiti: "Non voglio più giocare". Voglio che tu faccia le cose da solo adesso". I bambini possono accettare queste affermazioni, soprattutto se esprimiamo le nostre esigenze con calma, senza rimproveri o sensi di colpa.

Quindi si applica anche in questo caso: siate autentici e onesti con voi stessi e con vostro figlio. Giocate, godetevi l'esperienza condivisa. Il bambino percepisce quando siete pienamente coinvolti, esprime quindi se non è più coerente per voi.

Testo Elisabeth Kußstatscher, Traduzione Martina Daviddi
www.familie.it