

## IMPULSI PEDAGOGICI

# per un'avventura chiamata famiglia



## 50\_Mai sentito parlare di integrità dell'io?

Per lo sviluppo dei figli, la cosa più importante in famiglia è COME ci si rapporta l'uno all'altro. Ciò influenza la qualità dei rapporti, e la qualità dei rapporti in famiglia ha un impatto diretto sullo sviluppo dei bambini: sullo sviluppo della loro autostima, sulla loro capacità di imparare a provvedere alle proprie esigenze e a saper affermare se stessi imparando in questo modo ad essere responsabili; sulla loro capacità di imparare a dire di no quando non vogliono qualcosa, sul loro sentirsi importanti o meno.

### **Per una buona convivenza in famiglia è importante che venga garantita l'integrità dell'io di tutti.**

Sottolineiamo consapevolmente che deve essere assicurata l'integrità dell'io dei genitori E dei figli.

Cosa significa integrità dell'io? Con integrità dell'io si intende la pienezza, la completezza dell'io. Quando da adulti si agisce rispettando l'integrità dell'io, si provvede a rispettare i propri limiti e a soddisfare le proprie esigenze. L'integrità dell'io è dunque la somma dei propri limiti e delle proprie esigenze. Per questo ci si deve dedicare a condurre una vita felice. Se una mamma continua incessantemente a dare finché non ce la fa più, allora perde l'integrità del proprio io. Di conseguenza è stremata e forse si sente addirittura in colpa per non avere abbastanza energia. Tutto ciò significa che non ha rispettato le proprie esigenze e i propri limiti, che non si è presa sufficientemente in considerazione.

### **Da soli i bambini non sono in grado di tutelare l'integrità del proprio io.**

Ciò vuol dire che sentono quando non viene rispettata - con parole offensive o con le botte - ma non sono in grado di difendersi. Un bebè sente quando è sazio, ma se la mamma per paura che non abbia mangiato abbastanza continua a dargli da mangiare, benché lui non ne voglia più, lei non sta rispettando i suoi limiti. Anche i bambini non vogliono sempre i baci dei parenti o essere abbracciati; anche in questo caso, se si desidera preservarne l'integrità dell'io, bisogna rispettare la loro sfera personale. I "confini" di un bambino si scoprono un poco per volta, tenendo d'occhio le sue reazioni, prendendolo sul serio e rispettandolo. Un bambino mostra quando ha bisogno di contatto o quando invece non ne ha voglia. Osservandolo attentamente, prendendolo sul serio e reagendo oculatamente si preserva l'integrità del suo io.

**Prendendo sul serio i sentimenti, le esigenze e i confini dei bambini ne preserviamo l'integrità dell'io.**

Se un bambino di cinque anni va su tutte le furie, la cosa migliore da fare è non sentirsi attaccati e chiedergli: "Vedo che sei molto arrabbiato. Cos'è che ti fa tanto arrabbiare?"

Se il neonato sputa la pappa per tre volte, gli si può dire premurosamente: "ah, sei sazio." In questo modo prendo sul serio i suoi segnali e i suoi "confini" e allo stesso tempo gli do le parole per esprimere il suo senso di sazietà.

Perché è così importante? Perché i bambini riservano a se stessi l'atteggiamento che gli adulti riservano nei loro confronti. Se gli adulti prendono sul serio i bambini, se soddisfano le loro esigenze fondamentali e tutelano la loro sfera personale, un domani i bambini avranno rispetto per se stessi e si assumeranno le proprie responsabilità. In questo modo non si faranno trascinare dagli altri e non saranno vittime i cui limiti vengono costantemente violati, non si sentiranno privi di valore e sminuiti. Sono sentimenti che possono influenzare la loro intera vita. Se tuteliamo l'integrità dell'io dei bambini, loro possono sviluppare una sana autostima e la responsabilità personale, perché sentono di essere rispettati e di essere importanti per i genitori.

Testo Astrid Egger, Traduzione Giulio Monteduro