

PEDAGOGIA DELLA TENEREZZA:

LA COCCOLA DEI VENTI SECONDI, UNO STRUMENTO MAGICO!

Cosa significa il termine «**tenerezza**»? Indica le qualità dell'agire materno e paterno nei riguardi del lattante, il contenere e l'abbracciare della madre da una parte e il custodire fermo del padre dall'altra parte, questo è l'inizio della vita affettiva del neonato. La manipolazione, il calore umano e il contatto della pelle connotano le prime esperienze reali di gratificazione del bambino.

Ma cos'è una “**carezza**”? È il gesto compiuto sfiorando con la mano parti del corpo proprio o di altri, attuato con intenti positivi, negativi o manipolatori. Le carezze sono gesti espressivi in quanto messaggi capaci di comunicare utilizzando il contatto, i canali percettivi, con effetti stimolatori. Le carezze sono testimoni di attenzione, di affetto, di gioia, interpreti della conferma di presenza e di riconoscimento dell'altro, rappresentano un'importante occasione per soddisfare, specie nel bambino, il bisogno di sentirsi, definirsi, e riconoscersi in un corpo a cui poi dare forma e contribuire così allo sviluppo della strutturazione dello schema corporeo. La ricerca dimostra, come i primi mesi di vita del cucciolo d'uomo siano caratterizzati da uno stadio simbiotico, anche se il bambino è in parte individuato ed è in grado di esprimere, a partire dal terzo mese di vita, una preferenza relazionale tra le figure di attaccamento. **La pedagogia della tenerezza** approfondisce gli intrecci che plasmano il «divenire delle forme» familiari, per favorire lo sviluppo della coscienza educativa parentale. La tenerezza per il figlio adolescente, che «non è» più «un bambino» o per il giovane adulto, non più adolescente, deve tradursi in uno sguardo amorevole, non intrusivo, ma interpretante. Nella strutturazione della nostra identità il rimando che riceviamo dagli altri è importantissimo, perché ci trasmette ciò che gli altri vedono in noi.

In un bambino che cresce questo aspetto è particolarmente importante, perché la sua identità si sta formando e si definisce in base alle esperienze e alle relazioni che instaura soprattutto con le persone più significative della sua vita!

Lo psicologo Eric Berne parla di “**carezze**”, estendendo il significato di questo gesto fondamentale nella relazione di cura del bambino ad un ambito molto più vasto, e intendendo, in senso lato, tutto ciò che implica riconoscimento dell'altro, sia in senso positivo che negativo. La mancanza di "carezze" ha effetti molto negativi sulla persona proprio perché rende difficile la formazione dell'identità.

Attenzione genitori! Una “coccola-carezza” efficace dura venti secondi!! Ebbene sì, è un tempo molto lungo che può anche mettere a disagio un genitore che da piccolo non abbia ricevuto dimostrazione

di affetto. Arrivare a venti secondi è importante perché è il tempo che impiega l'ossitocina - ossia l'ormone del buon umore, dell'amore e della socializzazione – per raggiungere il cervello e attenuare lo stress derivato da una crisi momentanea (i capricci)! Dopo una coccola come si deve, il bambino potrà tornare alle sue attività con il serbatoio carico di energia. Giocare e ridere insieme ricordiamocelo è il miglior modo per coltivare l'intelligenza emotiva dell'intera famiglia!

Ci avete mai pensato che la presenza o l'assenza di coccole definisce la qualità della relazione tra il bambino e chi ha cura di lui?

Attraverso le coccole l'adulto, più o meno consapevolmente, fa tante cose: rilassa e induce uno stato di benessere nel bambino, lo rassicura, lo stimola, ne facilita il contatto con l'ambiente, gli propone cose nuove, nutre il loro legame affettivo. A proposito di carezze anche le parole contenute nei libri si possono trasformare in carezze, ossia in emozioni! Ho scritto una raccolta di favole emozionali "Una Carezza Nell'Anima" edito da NeP Edizioni, parole come carezze per sognare e per aiutarci a costruire una mappa emotiva, uno spazio affettivo dove ognuno possa essere accolto e protetto nella sua diversità. La favola come un mattoncino che ci aiuta a costruire la nostra identità, intessendo il linguaggio della pelle con quello del cuore! Buone carezze a tutti voi ☺

Dott.ssa Marta Tropeano

Pedagogista, Specialista in Didattica delle emozioni, Consulente in ambito educativo, Progettista Didattico, Insegnante di scuola Primaria, Scrittrice di favole, Creatrice del marchio "I giochi del cuore" - strumenti di mediazione emotiva