VareseNews

Inserimento in asilo: i consigli per affrontarlo al meglio

Pubblicato: Martedì 4 Settembre 2018

L’inserimento dei figli all’asilo rappresenta l’ingresso in società dei bambini e spesso anche il primo vero distacco dalla famiglia. Sono quindi dedicati ai bambini e ai genitori alle prese con i primi giorni di nido e di scuola materna i consigli di Marta Zighetti – psicoterapeuta esperta nel campo dell’attaccamento – su come affrontare al meglio questo passaggio fondamentale.

PREMESSA: LA PROTESTA CI STA

É giusto che il bambino protesti nel momento del distacco: “Lo dico sempre ai genitori in procinto di affrontare l’inserimento del figlio all’asilo – spiega la Zighetti – Non bisogna aver paura del pianto del bambino, anzi. **Il bambino che ha un attaccamento sicuro** alla mamma o all’adulto di riferimento non è quello che fa finta di niente e non protesta, ma al contrario è quello che **si sente libero di manifestare il suo disappunto per poi fidarsi del genitore che lo rassicura**”.

In altre parole l’ansia da separazione nel bambino che inizia l’asilo è fisiologica ed è importante che possa esprimere questa paura, ma altrettanto importante è che si fidi della rassicurazione.

FIDUCIA

Se la fiducia del bambino nel genitore è fondamentale, non meno importante è la **fiducia che i genitori devono avere nella maestra e più in generale nella struttura cui affidano il figlio** “perché il bambino legge il mondo con gli occhi del genitore – precisa la psicoterapeuta – Anche la neuroscienza ormai ha dimostrato la dinamica per cui è l’emisfero destro del cervello della madre a creare l’emisfero destro del cervello del bambino”. Per questo **visitare l’asilo prima dell’inserimento è una tappa fondamentale, che serve soprattutto ai genitori** per conoscere bene la struttura e le persone che vi operano in modo

da avere maggiore fiducia.

ANSIA, MA NON TROPPA

L'ansia della mamma nel distacco dal bambino è tanto più giustificata quanto più è piccolo il figlio "perché a livello evolutivo madre e figlio sono programmati per essere in simbiosi sino ai 9 mesi – spiega la Zighetti – poi il legame inizia a cambiare ma rimane comunque molto forte sino ai 3 anni. Dai 9 mesi ad esempio il bambino non va più in braccio a tutti ma comincia a selezionare l'adulto di riferimento di cui fidarsi".

Un po' di preoccupazione quindi è normale, ma non bisogna esagerare: "**Se la mamma è molto ansiosa si potrebbe decidere di affidare l'inserimento al papà** o ad un altro adulto di riferimento per il bambino, perché se al momento del distacco è l'adulto ad andare in crisi, il bambino andrà in crisi di riflesso". Neppure l'altro estremo e cioè bloccare sul nascere il piangere del bambino è consigliabile: "Come nel caso di una caduta, prima bisogna accogliere, validare il disappunto o il dolore del bambino, e poi consolarlo".

SALUTARE SEMPRE

Altro elemento fondamentale per accrescere il senso di sicurezza e fiducia del bambino è quello che il genitore saluti sempre il figlio prima di allontanarsi. "**Mai sparire dalla vista del bambino quando il bimbo è distratto** – avverte l'esperta – Magari lo si fa bonariamente, pensando di evitare al piccolo una crisi di pianto, e invece lo si riporta nell'incertezza, nell'imprevedibilità e diventa molto più ansioso. Anche perché nel bambino il distacco dalla persona adulta di riferimento, dal punto di vista evolutivo, è una minaccia alla vita".

PREVEDIBILITÀ E RITUALI

"Il cervello umano è fatto per la prevedibilità – spiega la Zighetti – la routine è rassicurante per tutti, a maggior ragione per i bambini. Quindi **può aiutare all'inserimento creare dei piccoli rituali rassicuranti, che siano calibrati alla capacità di comprensione del bambino**. "Ad esempio stabilire che si dà da mangiare all'animaletto domestico e poi si esce. Oppure, una volta in asilo, salutiamo la maestra, mettiamo le pantofole e poi la mamma va via". Un rituale può essere una piccola sequenza che si ripete sempre uguale, o una canzoncina**. Affidarsi ai rituali, rispettare le routine, gli orari e anche gli impegni presi è determinante**: "Se l'accordo è che la mamma passa a riprendere il bambino dopo la merenda, che sia così, altrimenti l'ansia aumenta".

GRADUALITÀ

I tempi di inserimento richiesti da asili e nido variano da pochi giorni sino alle due settimane, a seconda del tipo di scuola, dell'età e del singolo bambino. "**Non bisogna avere fretta – rassicura la Zighetti – la gradualità nell'inserimento del bambino in asilo è tanto importante quanto la fiducia e la prevedibilità.** Quello che caratterizza l'imprinting del bambino è un rapporto caldo e affettivo . Fortunatamente l'essere umano può avere un imprinting multiplo e quindi avere più adulti di riferimento". Bisogna dare al bambino il tempo di conoscere e accettare la maestra come un adulto di riferimento.

di bambini@varesenews.it