



***UNIVERSITA' DEGLI STUDI DI PADOVA DIPARTIMENTO DI FILOSOFIA,
SOCIOLOGIA, PEDAGOGIA E PSICOLOGIA APPLICATA CORSO DI LAUREA IN
SCIENZE DELL'EDUCAZIONE E DELLA FORMAZIONE CURRICOLO SERVIZI
EDUCATIVI PER LA PRIMA INFANZIA***

RELAZIONE FINALE

***LA GENITORIALITA':INFLUENZE,DINAMICHE E SFIDE NEL MONDO
CONTEMPORANEO***

***PARENTING:INFLUENCES,DYNAMICS AND CHALLENGES IN THE
CONTEMPORARY WORLD***

RELATRICE: Prof.ssa Barbara Buldini

LAUREANDA: Francesca Dengo

MATRICOLA:2020080

ANNO ACCADEMICO: 2024-2025

INDICE GENERALE

INTRODUZIONE.....	5
Capitolo 1- Cosa si intende per genitorialità?.....	6
1.1- Definizione.....	6
1.2 Le funzioni della genitorialità.....	9
1.3 La famiglia nella società contemporanea.....	11
1.4 La genitorialità nei nuovi modelli familiari.....	12
Capitolo 2- Il concetto di stile genitoriale.....	15
2.1- Stile genitoriale.....	15
2.2 - La genitorialità gentile.....	16
2.3 - La genitorialità consapevole.....	17
2.4 La terapia di EMDR in supporto alla genitorialità.....	20
Capitolo 3 - Il Parent Training.....	21
3.1 – Definizione di Parent Training.....	21
3.2 Il Parent Training nell'ADHD.....	24
3.2.1 I benefici e le tecniche usate per aiutare i genitori di bambini con disturbi ADHD.....	25
3.2.2 Il Coping Power Program e l'Incredible Years.....	29
3.3- Il burnout genitoriale.....	30
Capitolo 4 Il Parental Stressed Index.....	32
4.1 – Origini.....	32
Capitolo 5 – 1000 giorni di noi, interventi di supporto alla genitorialità nella cura di bambini e bambine nei primi tre anni di vita, DGRN.115, 12 FEBBRAIO 2024.....	33
5.1 – Finalità.....	33
5.2-Destinatari.....	34
5.3 - Il progetto 1000 giorni di vita a confronto con altri modelli regionali o europei.....	36
Conclusioni.....	39
Bibliografia.....	41

“Non hai avuto modo di scegliere i genitori che ti sei trovato, ma hai modo di poter scegliere quale genitore potrai essere”

Marian Wright Edelman

INTRODUZIONE

La genitorialità rappresenta un traguardo significativo nella vita adulta: è una delle esperienze più complesse e totalizzanti da affrontare e comporta senza dubbio l'inizio di un cambiamento che è caratterizzato da molteplici trasformazioni negli adulti che ne sono coinvolti.

Una parte di questi attende con molta naturalezza di diventare genitori ma ci si può trovare di fronte anche a degli adulti che si trovano catapultati in un qualcosa di nuovo e totalmente sconosciuto.

Questa tesi intende esplorare il concetto di genitorialità analizzando le sue principali funzioni, i modelli teorici di riferimento e gli stili genitoriali.

Si farà particolare attenzione alla differenza tra genitorialità consapevole e genitorialità gentile ed infine si approfondirà il tema del *Parenting Training* esaminando le strategie che possono risultare utili per sostenere i genitori in questo lungo cammino.

La maniera con cui i genitori rispondono ai bisogni dei propri figli determina il concetto di *parenting style*.

Il valore della relazione genitore- bambino influenza lo sviluppo del sé e la parte emotiva del bambino, per questo offrire strumenti e supporto ai genitori, tramite l'ausilio di professionisti può aiutare a riconoscere situazioni di vulnerabilità o eventuali insorgenze di fattori di rischio.

L'obiettivo è quello promuovere l'idea che non esistono genitori perfetti ma genitori che si mettono in gioco, commettono errori e apprendono lungo questo percorso di vita.

Capitolo 1- Cosa si intende per genitorialità?

1.1- Definizione

Il concetto di genitorialità include diversi aspetti sul piano biologico, sociale, psicologico e culturale. Si collega principalmente alla capacità del genitore di aver cura, dare amore, sostenere e accompagnare il proprio figlio nel suo sviluppo.

Winnicott nel 1971 affermava che “non esiste un bambino senza qualcuno che si prenda cura di lui” ponendo quindi rilevanza sul fatto che quando trattiamo la genitorialità ci focalizziamo sulle funzioni affettive e relazionali.

Bowlby nel 1969 parlava di attaccamento sicuro; per lui il bambino necessita di una figura portante che lo guidi e che lo protegga e, il grado di qualità del legame di attaccamento, impatterà sul benessere globale futuro del bambino.

E.H. Erikson, in particolare, nel 1982 associava all'età adulta la qualità della “generatività” contrapposta alla “stagnazione” e all'eccessivo egoismo.

Da questa prospettiva emerge una nuova virtù che caratterizza la vera maturità ovvero la “cura”, intesa come una forma di impegno in continua espansione che si manifesta nel prendersi cura di persone, oggetti e idee.

Altri approcci psicoanalitici, come quello di Fonagy e Target (1998), evidenziano come un genitore, o una figura significativa e affettivamente stabile, trasformi le proiezioni primitive del bambino in stati mentali comprensibili, creando una cornice che consente al bambino di sviluppare la propria capacità di elaborazione.

La letteratura evolutiva ha sottolineato la capacità di insegnare e esercitare competenze, come la socializzazione e la gestione delle emozioni, conosciuta come competenza emotiva.

Queste rappresentazioni influenzano i processi di cura e le capacità dei genitori di interpretare i segnali inviati dal bambino.

Diventare genitori va oltre il semplice accogliere un bambino nella propria vita; segna l'inizio di un percorso complesso e variegato.

Questo viaggio ha il potenziale di ridefinire l'identità e il ruolo dell'individuo risultando un'esperienza unica, ricca di gioie e soddisfazioni.

Maggi e Ricci nel loro volume “Educare alla genitorialità”, sviluppano una visione della genitorialità pensata come una funzione educativa che deve essere sostenuta, formata e ha bisogno di essere accompagnata.

In questo caso la genitorialità, viene rappresentata come una fase in cui l'adulto mette in discussione sé stesso, l'educazione che ha ricevuto durante l'infanzia per essere in grado di poter costruire una relazione educativa positiva con il proprio figlio.

Essere in grado di educare alla genitorialità vuol dire poter mettere a disposizione tutti gli strumenti possibili per poter rispondere ai bisogni e per sviluppare e sostenere la crescita del proprio bambino tramite una relazione basata sull'empatia e sulla coerenza.

Educare alla genitorialità, mette in luce come il genitore debba essere aiutato e accompagnato. La genitorialità si sviluppa col tempo grazie al confronto reciproco con gli altri genitori e con professionisti.

Non ci sono genitori “perfetti” ma solamente adulti che abbiano la voglia e il coraggio di mettersi in gioco, grazie alla creazione di gruppi di ascolto, formazione che diano la possibilità di poter condividere le proprie paure e aspettative.

Negli ultimi anni l'attenzione riposta verso il tema della genitorialità è aumentata sempre di più.

Secondo Zavattini e Zaccagnini (2007), è fondamentale parlare di genitorialità vedendola come un processo in continua evoluzione.

L'articolo 29 della Costituzione Italiana definisce la famiglia come la società naturale fondata sul matrimonio.

Secondo Scabini e Iafrate la famiglia è quella specifica ed unica organizzazione che lega e tiene insieme le differenze originarie e fondamentali dell'umano, quella tra i generi (maschile e femminile), tra le generazioni (genitori e figli) e tra le stirpi (ovvero l'albero genealogico, materno e paterno).

La famiglia nonostante abbia subito diversi cambiamenti nel corso degli anni, continua a conservare la sua unicità e assolutezza nell'essere l'unico luogo in cui si possa trovare affetto e cura.

La famiglia per definizione possiamo dire che è un insieme di persone legate tra di loro dal vincolo del matrimonio, adozione o ascendenza comune, i quali vivono insieme tra di loro e dove gli adulti si prendono cura dei più piccoli.

Possiamo dire che la famiglia si configura come una vera e propria società dove la vita privata si mischia alle dinamiche e alle relazioni della collettività.

Una chiave fondamentale nello studio della famiglia è descritto dal concetto di “parentela”. Sociologicamente la parentela si descrive come il raggruppamento dei diversi rapporti che dipendono dalla nascita o dal matrimonio; può includere sia membri della famiglia che convivono tra di loro o anche coloro che non vivendo insieme fanno parte della stessa linea genealogica.

1.2 Le funzioni della genitorialità

Il ruolo dei genitori si articola in un insieme di funzioni che hanno natura relazionale, educativa e psicologica e che sono fondamentali per lo sviluppo del bambino.

Di seguito verranno esaminate le principali:

- Funzione protettiva: garantisce cure adeguate e riconosce il momento giusto per intervenire in situazioni stressanti o potenzialmente pericolose;
- Funzione affettiva: si lega al fattore emozionale. Il genitore che esercita questa funzione può sviluppare nel bambino un attaccamento sicuro; saper consolare il proprio bambino rientra in questa funzione. Il genitore tramite strategie e modi di autoregolazione può aiutare il proprio figlio nella gestione delle proprie emozioni;
- Funzione regolativa: è centrale nei primi anni di vita, perché il bambino non è ancora in grado di autoregolarsi;

- Funzione rappresentativa: si concentra sul riconoscimento e sulla capacità di riflessione riguardo al ruolo individuale di ciascun genitore. È fondamentale riuscire a percepire i propri figli come individui distinti, con emozioni, ritmi e desideri unici per poter chiarire il significato di questa funzione genitoriale;
- Il gruppo di desideri e idee che ogni genitore può avere sul proprio figlio prende il nome di funzione fantasmatica e il genitore deve essere in grado di non mischiare la propria storia con quella del figlio e di non voler proiettare su di esso i propri desideri;
- Funzione triadica: sottolinea come lo sviluppo delle dinamiche familiari sia rilevante. Il figlio vive una pluralità di relazioni che lo porteranno a vivere ruoli che si differenziano dal suo principale;
- Funzione trans-generazionale: tramanda valori, esperienze e vissuti familiari. È proprio qui che il genitore diventa consapevole dell'eredità che sta trasmettendo al proprio figlio.

Se vogliamo approfondire e fare un'ulteriore distinzione sulle funzioni della genitorialità possiamo parlare di codice educativo materno e codice educativo paterno.

In ambito pedagogico, questa distinzione viene intesa come un diverso approccio o un diverso modo che i genitori hanno di affrontare le difficoltà.

Alla fine degli anni '70 abbiamo assistito la figura paterna ha perso importanza sia socialmente che giuridicamente. Analizzando però i cambiamenti sociali che hanno attraversato questi anni dobbiamo soffermarci sul fatto che i figli hanno la necessità di avere una madre e un padre che li aiuti a crescere in maniera serena e che si compensino tra di loro.

Il codice educativo materno si relaziona alle dimensioni relazionali ed affettive, si collega tramite:

- La cura: la figura materna si configura come il primo legame di attaccamento che il bambino sviluppa;

- Il sostegno emotivo: sostiene il bambino nel riconoscere le sue emozioni, sviluppando l'intelligenza emotiva;
- Comunicazione efficace: il linguaggio materno il più delle volte è motivo di sicurezza per il bambino;
- Funzione di contenimento;

Possiamo dunque definire il codice educativo materno come il promotore della costruzione dell'identità del figlio.

Il codice educativo paterno sostiene il bambino nel processo di separazione dalla mamma, favorisce l'autonomia, l'esplorazione e sostiene il bambino nel difficile compito di affrontare la società.

Possiamo dire invece che il codice educativo paterno è il sostenitore dell'identità di tipo sociale del bambino.

1.3 La famiglia nella società contemporanea

Nel corso degli ultimi anni abbiamo assistito a vari cambiamenti del modello familiare di base.

Il nuovo nucleo familiare si vuole presentare come un luogo di cura essenzialmente, la cui finalità principale è quella di dare sostegno ai propri figli.

La genitorialità non è semplicemente un fenomeno individuale o biologico, ma è fortemente influenzata dal contesto in cui si sviluppa; inoltre i modelli educativi, le aspettative sociali, le trasformazioni economiche e i cambiamenti normativi hanno un impatto significativo sulle pratiche genitoriali e sulla percezione del ruolo del genitore.

In questo contesto, il sociologo Ulrich Beck nel suo saggio "La metamorfosi del mondo"

(2016), propone un'interpretazione originale della società attuale, come una vera e propria metamorfosi: un processo in cui le strutture e le categorie tradizionali perdono efficacia, aprendo la strada a nuove forme di vita sociale, sfide e identità.

Questa configurazione ci consente di interpretare la genitorialità come un'esperienza profondamente influenzata dalle transizioni sociali globali, che hanno colpito le famiglie dal punto di vista economico e culturale.

Il concetto di “società del rischio” che Beck elabora, descrive una realtà caratterizzata da minacce ambientali, sanitarie, finanziarie e tecnologiche

La pandemia da COVID-19, le sfide ambientali, la precarietà lavorativa e i flussi migratori hanno ulteriormente dimostrato come la genitorialità non possa essere concepita in termini statici o universali.

Essa deve essere vista come un processo dinamico, inserito in un contesto globale in costante evoluzione, dove i genitori sono chiamati a coniugare cura, resilienza, responsabilità e adattamento.

Pertanto, comprendere le influenze socioculturali sulla genitorialità oggi significa riconoscere che il ruolo genitoriale si costruisce all'interno di un panorama caratterizzato da un declino delle certezze tradizionali e dall'emergere di nuove competenze educative in grado di rispondere a un mondo in evoluzione.

L'approccio teorico di Beck offre, in questo contesto, una chiave interpretativa preziosa per analizzare le nuove sfide educative, collocando la genitorialità in un orizzonte globale, dinamico e profondamente umano.

La famiglia è considerata uno dei fulcri della società.

L'interno di essa si sviluppano i primi legami dove si apprendono norme e valori e possiamo instaurare i nostri rapporti affettivi.

La metamorfosi del mondo negli ultimi decenni ha condizionato la struttura delle famiglie e i modi di vivere delle stesse, ci siamo trovati di fronte a cambiamenti nelle modalità di convivenza includendo nuove forme di famiglie come ad esempio quelle monoparentali, nucleari, con genitori separati, adottive, senza figli o monoparentali.

Fondamentalmente ciò che Beck analizza nel corso degli anni e dei suoi studi di ricerca è che quanto più il concetto di modernizzazione si evolve nel tempo, emergendo in maniera positiva in tutto il mondo, tanto più le sue ripercussioni definite inattese possono rovinare le basi della modernità.

Perciò per Beck essere consapevoli, accettare il concetto di metamorfosi ci fa ripensare al mondo in cui viviamo tenendo conto degli effetti e delle innovazioni che ci troviamo a vivere.

1.4 La genitorialità nei nuovi modelli familiari

La visione di famiglia in Italia, ha subito diverse trasformazioni parallelamente anche il concetto di genitorialità si è evoluto.

Di seguito andremo ad analizzare il ruolo genitoriale in alcune realtà familiari come le famiglie monoparentali, separate, omo-genitoriali e allargate.

Queste tipologie di famiglie negli ultimi anni sono sempre più in aumento nel territorio italiano, sono il frutto dei cambiamenti sociali, economici e culturali che l'Italia ha vissuto negli ultimi anni.

Le famiglie monoparentali in Italia rappresentano la percentuale maggiore, generalmente sono il frutto di separazioni o divorzi o altro. Queste tipologie di famiglie si trovano da sole ad affrontare le difficoltà di tipo economico, l'entrata di un solo reddito nel nucleo familiare comporta emozioni contrastanti.

Un genitore solo, deve essere in grado di saper governare il proprio tempo tra il lavoro, le faccende di casa, la scuola e le varie attività dei figli.

Sul lato della genitorialità, il genitore *single* ricopre diversi ruoli contemporaneamente: deve essere in grado di garantire stabilità economica e la sicurezza necessaria; deve diventare un punto di riferimento educativo per i propri figli e infine essere un "serbatoio" pieno di emozioni da cui ci si può arricchire.

Tale condizione può comportare un livello di responsabilità elevato che può portare il genitore a sviluppare un senso di solitudine e di isolamento, che grava sullo stato di benessere dei figli.

Un'altra realtà è quella delle famiglie separate che sono il risultato della separazione o anche semplicemente dell'allontanamento dei partner.

In questa realtà familiare, il quadro normativo italiano vuole tutelare i diritti dei minori, cercando di promuovere modalità congiunte di affidamento e di sostenere la co-genitorialità.

Cercare di promuovere un modello di genitorialità che metta al primo posto il benessere dei figli e sostenga la co-genitorialità può essere fondamentale per attenuare gli effetti negativi della separazione.

La separazione può provocare momenti di instabilità emotiva nei genitori e nei propri figli. E' importante che i genitori riescano ad avere una comunicazione rispettosa e di tipo collaborativa.

Una buona genitorialità in questo specifico contesto, vuol dire essere in grado di saper riconoscere quali sono i problemi di coppia da quelli genitoriali.

Anche le famiglie omo-genitoriali sono una forma di genitorialità in aumento nel nostro territorio, nonostante non siano riconosciute in modalità totale.

La cultura italiana si fonda su determinate leggi, tra queste troviamo anche quelle che trattano la formazione della famiglia.

Se consideriamo questa prospettiva la famiglia "naturale" si compone da una donna e un uomo, legati da un vincolo.

In questo modello familiare, l'ordinamento italiano identifica solo il genitore biologico, il partner non biologico di conseguenza si ritrova ad essere un "estraneo" per il proprio bambino; solo tramite una pratica giudiziaria che la maggior parte delle volte ha tempi lunghi e poco chiari, il genitore non biologico può intraprendere il riconoscimento che gli spetta.

Nel caso in cui si venissero a creare rotture tra i genitori, il genitore biologico può prendere in mano la situazione e decidere di interrompere la pratica.

L'esistenza delle famiglie arcobaleno denota come la genitorialità non sia determinata dal sesso dei genitori, ma dall'essere in grado di costruire delle relazioni basate su amore ed empatia.

Il benessere dei figli deve solo ed esclusivamente dipendere dalle qualità delle relazioni genitoriali.

Il governo italiano è stato criticato dal Parlamento Europeo per le decisioni prese in materia di famiglie omo-genitoriali, sostenendo come le conseguenze principali di queste decisioni gravino sui diritti dei bambini.

E' fondamentale favorire campagne a sostegno di queste tipologie familiari che vadano ad incoraggiare l'accettazione sociale e a diminuire sempre di più le discriminazioni.

Le famiglie arcobaleno sono l'esempio perfetto di come la genitorialità possa essere realizzata anche non seguendo gli standard che ci vengono imposti.

Infine a seguito delle separazioni, si creano delle famiglie allargate.

Quando parliamo di famiglia allargata ci riferiamo a quel tipo di famiglia dove entrambi i genitori o solamente uno, hanno dei figli da relazioni passate e possono convivere con i nuovi partner che hanno altri figli.

La genitorialità qui è più difficile da affrontare, i ruoli spesso non sempre risultano molto chiari, i nuovi partner devono essere in grado di sapersi comportare senza prendere il posto dei genitori biologici.

L'arrivo di nuovi componenti nel nucleo familiare può sviluppare sentimenti contrastanti come la gelosia o la paura di perdere il proprio genitore.

Questo modello familiare oltre a comportare risorse di tipo positivo può anche comportare confusione nei ruoli che si instaurano tra gli ex, competizioni tra sorellastre e fratellastri e difficoltà di adattamento per i più piccoli.

I consulenti genitoriali di "*Arte di Crescere*", collaborano al fine di creare un ambiente sicuro e sereno per far fronte alle difficoltà.

“Arte di crescere” è un centro clinico di psicoterapia della provincia di Monza e Brianza, nato dal desiderio di poter dare una mano alle famiglie per sostenere quando non riescono a trovare supporto negli enti pubblici di riferimento.

Il centro si propone di supportare le famiglie nel loro ruolo educativo e di offrire gli strumenti necessari per far fronte alle difficoltà relazionali, emotive e genitoriali.

I consulenti genitoriali si avvalgono di:

1. Terapia familiare: un modo per poter stimolare e favorire la comunicazione all'interno della famiglia allargata;
2. Consulenze individuali: i componenti della famiglia possono essere liberi di aprirsi e di esternare le proprie emozioni, sapendo di essere in un contesto privato e confidenziale;
3. Promozione del benessere: attraverso l'uso di strategie e di interventi i consulenti genitoriali possono cercare di aiutare il nucleo familiare al fine di creare un ambiente sostenibile e sano.

Capitolo 2- Il concetto di stile genitoriale

2.1- Stile genitoriale

Il concetto di stile genitoriale viene delineato come una strategia di educazione dei figli che viene messa in pratica dai genitori ed è contraddistinta da metodi e risposte tipiche dei genitori, che vanno a rappresentare il contesto all'interno del quale vengono riscontrate le interazioni fra i genitori e i figli.

Le ricerche indicano che i genitori possono adottare vari stili di *parenting*, caratterizzati da atteggiamenti fondamentali e comportamenti distintivi, i quali influenzano notevolmente il clima emotivo nelle loro interazioni con il bambino.

Diana BaumRind identifica tre modelli di stili genitoriali che sono quello autoritario, autorevole e permissivo.

Nello stile genitoriale autoritario l'adulto tendenzialmente tende ad essere molto rigido e severo con il proprio figlio.

Il bambino in queste caso deve solamente limitarsi ad ascoltare senza porre domande e senza dover mettere in discussione ciò che viene detto dal genitore.

Il genitore nello stile genitoriale permissivo comunica con il proprio figlio come se fosse un suo amico, in questo caso dunque, il bambino si sente travolto da tutte le informazioni che vengono condivise dal genitore.

Il genitore di tipo autorevole è un genitore che è responsabile di prendere delle decisioni, è in grado di stabilire delle regole permettendo allo stesso tempo al bambino di manifestare i propri pensieri e di essere in grado di fare le proprie scelte.

È stato dimostrato come lo stile educativo di tipo autorevole sia quello più positivo, perché il genitore considera il proprio figlio come un individuo in grado di intendere; i figli sanno di avere delle figure chiave di riferimento a cui si possono ispirare.

2.2 - La genitorialità gentile

Rispetto reciproco, comprensione empatica e gestione positiva delle emozioni sono tre delle principali caratteristiche che Federica Fierro, psicologa e psicoterapeuta indica come importanti per cercare di rafforzare il legame che si instaura tra genitori e figli.

L'ascolto attivo, viene usato principalmente quando si cerca di trovare una soluzione nel conflitto al posto di puntare a punizioni.

La comunicazione rispettosa, attenta e non giudicante viene creata quando c'è attorno al bambino un clima di fiducia, ma soprattutto quando si sente libero di poter esternare le proprie emozioni liberamente.

Ciò andrà a sviluppare in lui una maggiore autostima e a creerà legami familiari positivi.

Un contributo significativo in questo settore è fornito dall'articolo di Tamanza, Montanari e Fumi (2006), intitolato “Alla ricerca del genitore quasi perfetto”, il quale esamina le rappresentazioni della genitorialità adottiva da parte di giudici e operatori sociali del Tribunale per i Minorenni di Brescia.

Gli autori evidenziano come, durante i processi di valutazione, si tenda spesso a cercare un profilo genitoriale idealizzato, in grado di rappresentare una genitorialità quasi senza difetti, al di sopra di qualsiasi critica.

Tale rappresentazione si allontana dalla realtà quotidiana delle famiglie e, ancor di più, da una concezione evolutiva e flessibile della genitorialità, che si focalizza sulla crescita relazionale piuttosto che sulla performance.

Concentrandoci sempre sul tema del “genitore perfetto”¹ Ilaria Datta psicologa e psicoterapeuta di stampo junghiano sostiene che diventare genitore di questi tempi risulta essere molto difficile, perché abbiamo assistito a un cambiamento radicale nel modello o comportamento genitoriale.

I genitori di oggi, cercando di aiutare i propri figli nel riconoscere le proprie emozioni si sentono oppressi dal bisogno che hanno di diventare “perfetti”.

Per far sì che i genitori superino questa fase si possono adottare alcuni modi per cercare di non cadere nella trappola di diventare perfezionisti.

Datta sostiene però che essere in grado di saper discostarsi dal mito del “genitore perfetto” sia necessario per plasmare un ambiente familiare pacifico.

2.3 - La genitorialità consapevole

I coniugi Zinn trattano il tema del Mindful Parenting come un procedimento che è in continua evoluzione e non ha un punto di arrivo.

Tale procedimento comporta benefici per l'adulto e per il bambino che favoriscono maggiore consapevolezza, maggiore capacità di essere presenti e di saper ascoltare il proprio figlio; ed essere in grado di saper accettare le cose come accadono, siano esse negative o positive.

Diventare genitori consapevoli significa riconoscersi nel proprio passato, grazie all'aiuto di un percorso di crescita personale e di supporto psicologico.

Il cambiamento inizia solo con la consapevolezza e con l'impegno quotidiano che ci mettiamo per porre le basi verso una genitorialità incentrata su amore, comprensione e resilienza.

Giada Sundas nel suo libro "Le mamme ribelli non hanno paura", parla della maternità in prima persona usando uno stile molto satirico.

Sundas parla del ruolo materno andando oltre la lettura con cui generalmente viene trattato.

Tenendo a mente dello spazio affettivo e della relazione madre-figlio, nel libro vengono narrate numerose vicende che trattano temi di ordinaria amministrazione della vita domestica e di momenti emotivamente stressanti che comportano inadeguatezza ma allo stesso tempo sono portatori di momenti di completa spensieratezza.

La chiave di scrittura che viene adottata da Sundas si collega al tema della genitorialità consapevole (Siegel, Hartzel, 2014) un modello genitoriale che si fonda sull'accettazione e soprattutto sull'attenzione di vivere momento per momento.

Sundas scrive: "Non sono una madre perfetta. Non voglio esserlo. Voglio essere una madre presente, che sa chiedere scusa, che sbaglia, ma che ama in modo travolgente". La scrittrice non cerca di offrire ai lettori un modello di genitorialità da seguire ma vuole solamente offrire la sua testimonianza di madre, sottolineando l'idea del genitore in grado di mostrarsi attraverso le sue emozioni, facendosi vedere vulnerabile.

Possiamo definire la scrittrice come la congiunzione che collega la vita personale e la riflessione di carattere pedagogico.

Il "carico mentale" che molte mamme si trovano ad affrontare costantemente è uno dei temi che maggiormente riaffiora nel libro di Sundas.

Con nota molto satirica Sundas sottolinea lo sforzo che le mamme fanno di dover avere sempre tutto sotto controllo facendo emergere e rendendo espliciti i soliti stereotipi della società odierna, ovvero quelli che la figura materna si occupi solo dei bisogni dei figli e delle faccende domestiche.

In questo caso emerge il bisogno di sostenere e favorire lo sviluppo del genitore come afferma Milani (2021). Se non riconosciuto, il carico mentale può favorire lo sviluppo del burnout genitoriale.

Quando Sundas scrive:” Ho imparato a fare tre cose contemporaneamente: cucinare, allattare e piangere. Ma non sono sicura che nessuna delle tre sia riuscita particolarmente bene”, ci espone in maniera molto autentica la visione della madre come unica figura in grado di saper educare il proprio figlio.

Le emozioni sono l’anello di congiunzione di tutto questo libro, tutto ciò che viene raccontato è essenzialmente fatto di sentimenti come l’amore, la paura, l’inadeguatezza o il senso di colpa.

I genitori, la maggior parte delle volte si trovano in difficoltà quando devono affrontare le emozioni dei figli.

Ogni sentimento che sia negativo o positivo necessita di essere espresso, i genitori dunque diventano una sorta di “allenatori” delle emozioni dei propri figli.

John Gottman in uno dei suoi studi ha sottolineato come l’intelligenza non sia qualcosa che nasca con noi, ma qualcosa che si apprende e ha bisogno di “allenatori emotivi”.

Dunque le emozioni sono fondamentali nello sviluppo del bambino:l’obiettivo che ogni educazione si pone è quello di imparare a gestirle e riconoscerle nel tempo.

L’educazione di carattere emotivo, consiste nella capacità dei bambini di captare e di controllare minuto per minuto i propri sentimenti al fine di comprendere loro stessi.

Possiamo dire che i genitori hanno un ruolo chiave nello sviluppo dell’intelligenza emotiva dei propri figli.

Per intelligenza emotiva intendiamo l’insieme delle competenze che ci permettono di identificazione le nostre e le emozioni altrui.

Secondo Goleman, psicologo americano, sin da quando nasciamo siamo dotati di un'intelligenza emotiva "generale" che ci predispone allo sviluppo di elementi chiave come la consapevolezza delle nostre emozioni o dei nostri punti di forza.

La relazione genitore bambino è il contesto di apprendimento principale in cui si sviluppa questo processo di intelligenza emotiva, perché avvengono continui scambi di informazioni di carattere emotivo che ci permettono lo sviluppo dei comportamenti sociali e dell'autoregolazione emotiva.

La difficoltà principale che i genitori si trovano ad affrontare riguarda soprattutto l'essere in grado di accettare gli stati d'animo di carattere negativo dei propri figli.

Goleman sostiene che è sbagliato non dare importanza alle emozioni di carattere negativo come la paura o la rabbia; sostiene inoltre che non devono essere né negate né diventare motivo di critica.

Per sostenere e sviluppare una buona educazione alle emozioni è fondamentale che il genitore si ponga in una posizione di ascolto rispetto al figlio.

La paternità e la presenza del padre a volte è marginale, anche se egli è fisicamente presente; riflette una condizione culturale nella quale la paternità non può trovare pieno riconoscimento.

2.4 La terapia di EMDR in supporto alla genitorialità

La terapia di EMDR rientra nei metodi di supporto alla genitorialità che più si sta affermando negli ultimi anni.

L'EMDR, che sta per Desensibilizzazione e Rielaborazione attraverso i Movimenti Oculari, è una forma di psicoterapia creata da Francine Shapiro negli anni '80.

Questa metodologia è principalmente impiegata per affrontare il disturbo da stress post-traumatico (PTSD), ma ha dimostrato di essere efficace anche nel trattamento di ansia, lutti, fobie e altre problematiche.

Prendendo in considerazione lo studio redatto da Arnone e dai suoi colleghi (2002) dove è stato paragonato l'uso di EMDR con la terapia farmacologica in merito al disturbo post-traumatico da stress (PTSD) possiamo individuare come entrambi i metodi usati siano validi nella riduzione dei sintomi.

Il gruppo sottoposto a trattamento EMDR ha mostrato un miglioramento notevolmente più elevato, sia per quanto riguarda la diminuzione dei criteri diagnostici sia nel recupero delle capacità sociali.

L'inclusione dell'EMDR nei programmi di supporto alla genitorialità permette non solo di affrontare sintomi specifici ma anche allo stesso tempo, di sviluppare una maggiore consapevolezza sul proprio approccio educativo portando a una relazione più sicura ed empatica con i propri figli.

La terapia di EMDR come può fare da supporto alla genitorialità?

Può fungere da supporto nell'elaborazione di traumi passati: molti genitori portano con sé cicatrici emotive non risolte risalenti all'infanzia.

Può fare da alleata nella gestione dello stress: sia esso acuto o cronico, tramite la desensibilizzazione, attenua l'iper attività emotiva che va ad ostacolare le abilità empatiche e la comunicazione tra genitori e figli.

Infine, può essere di supporto nel recupero dopo eventi traumatici.

Lutti, aborti, gravi malattie del bambino e separazioni conflittuali sono fattori di rischio per sviluppare una genitorialità sana e presente.

Capitolo 3 - Il Parent Training

3.1 – Definizione di Parent Training

Il Parent Training (PT) è un programma nato negli Stati Uniti D'America intorno agli '60, e si colloca all'interno dei disturbi del comportamento infantile.

Ha come scopo principale quello di valorizzare e ridefinire il comportamento genitoriale per promuovere il benessere del figlio.

La caratteristica principale del Parent Training è quella di includere i genitori nel processo di sviluppo dei propri figli focalizzandosi sulle modalità di interazioni con gli stessi; avvalendosi dell'osservazione strutturata.

Il contesto teorico in cui si inserisce questo programma è quello dell'apprendimento sociale e del comportamentismo; durante l'epoca in cui il comportamentismo prendeva piede, si sosteneva che il comportamento derivasse da rinforzi e punizioni.

Andando avanti negli anni i vari modelli che sono stati creati, erano orientati su argomenti diversi e incorporavano tecniche di risoluzione diverse.

Il loro uso si è ampliato a diversi disturbi come l'ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder), disturbi della condotta, autismo, ..

Nelle famiglie in cui sono stati rilevati casi di maltrattamenti i Parent Training sono stati utilizzati per migliorare le funzioni genitoriali.

Fare il genitore è l'unica via che ci consente di imparare a essere padri e madri perché come abbiamo già detto in precedenza il ruolo del genitore si apprende costantemente.

Nel momento in cui si diventa genitori, si inizia a dimenticare il rapporto di coppia che esisteva prima del lieto evento. Per alcuni, diventare genitori significa far girare la propria vita familiare attorno ai propri figli, portando alla crisi della coppia.

Longo (2016) nella sua indagine in Emilia Romagna, ha fatto emergere come il 60% delle 2000 coppie intervistate non esca in coppia almeno una volta al mese. Dobbiamo porre l'attenzione sul fatto che la coppia come il nucleo familiare è una relazione complessa e ha bisogno anch'essa di essere alimentata e aiutata attraverso strategie che permettano di vivere con serenità il rapporto con il partner.

Curare prima la coppia, può di fatto migliorare la qualità della relazione familiare.

Educare alle emozioni è la base primaria di ogni intervento pedagogico all'interno di una famiglia, i genitori devono aiutare i propri figli a sviluppare l'intelligenza emotiva (Ricci 2016,63). In principio si pensava che l'intelligenza e le emozioni fossero due cose completamente distinte, da alcuni anni invece si è iniziato a pensare a questi due termini come a qualcosa di simile tra di loro (D'Amico,2018,1).

Le emozioni fanno da base a tutti i nostri comportamenti, tutto ciò che noi facciamo ha un tono emotivo che condiziona le nostre scelte di vita .

La maggior parte dei genitori che decidono di intraprendere un percorso di Parent Training, hanno la necessità di interiorizzare metodi e strategie di regolazione emotiva di notevole importanza, da poter utilizzare con i propri figli.

Il sentirsi giudicati però è un altro fattore che spinge i genitori a scegliere questo percorso, per questo è bene porsi in maniera di supporto e non giudicante.

Il senso di appartenenza con gli altri genitori ci permette di sentirci parte integrante di un gruppo, condividendone gioie e anche in alcuni casi sofferenze.

L'intelligenza emotiva ci consente di stare bene con noi stessi e con gli altri, lavorare sulle nostre emozioni significa imparare ad ascoltarci, parte fondamentale per essere in grado di riconoscere l'altro.

L'empatia, la gestione delle emozioni, la consapevolezza emotiva sono alcune delle caratteristiche che delineano l'intelligenza emotiva.

Tale metodologia aiuta i figli a riconoscere le proprie emozioni primarie, in un secondo momento poi i genitori dovranno essere in grado di insegnare ai propri figli a discriminare le proprie emozioni.

Le sedute di Parent Training si organizzano generalmente in gruppi di cinque o massimo sei coppie di genitori.

Ciò fa sì che sin dal principio si possano identificare i vissuti di tutte le famiglie in modo tale da comprenderne il disagio.

I tempi di intervento devono essere fissati sin dall'inizio, le sedute variano da dieci a venti incontri e possono durare due ore.

Il fatto di avere una data prestabilita entro cui terminare il trattamento, può essere un input che comporta a una repentina applicazione di quanto è stato appreso nel corso del lavoro.

3.2 Il Parent Training nell'ADHD

In Italia il modello di Parent Training che viene proposto da Vio, Marzocchi e Offredi (1999) costituisce il modello di riferimento per lavorare assieme ai genitori di bambini con ADHD, bambini con sindrome da deficit di attenzione e di iperattività.

Questo programma si compone di nove incontri e prevede quattro fasi di lavoro, le quali si distinguono le une dalle altre.

La prima fase si compone della comprensione del problema dove si andrà principalmente a rilevare le informazioni dei genitori rispetto alla propria situazione; la preparazione al cambiamento, permette di evidenziare pensieri e comportamenti che i genitori hanno rispetto ai propri figli.

L'approccio al problema infine ci consente di ottenere un metodo attraverso cui possiamo analizzare situazioni e rilevare eventuali fattori di rischio.

La seconda fase introduce modelli educativi di gestione del comportamento del bambino, cercando di favorire l'autoregolazione attraverso la ricerca di strumenti adatti; l'individuazione di comportamenti negativi del bambino.

Infine, si dovrebbe cercare di ampliare il bagaglio delle strategie educative tramite l'uso di qualche metodologia come quella del *time out* che consiste nell'allontanare un bambino da una determinata situazione in cui ha manifestato un comportamento negativo per un determinato periodo di tempo.

Nella fase successiva, chiamata "gestione cognitiva", si presume che il bambino utilizzi tecniche derivate dalla capacità del genitore di anticipare specifici comportamenti.

È possibile intervenire in maniera proattiva e strutturata, offrendo un modello di comportamento appropriato che si allinei con il suo livello di sviluppo.

L'ultima fase ha come fine quello di dare ai genitori un'interpretazione completa del percorso svolto.

È opportuno stilare un bilancio di ciò che si è svolto e continuare a lavorare su quei comportamenti scomodi.

3.2.1 I benefici e le tecniche usate per aiutare i genitori di bambini con disturbi ADHD

Far parte di un percorso di Parent Training porta con sé diversi vantaggi sia per i bambini che per i genitori, di seguito andremo ad analizzarli insieme:

Genitori che comprendono maggiormente il disturbo di ADHD	Il Parent Training aiuta principalmente i genitori a riconoscere la natura del disturbo di ADHD. Molte volte, i genitori trovandosi di fronte a tale disturbo si sentono inermi ed in colpa, per questo tramite il PT possono avere una visione più ampia dei sintomi e delle
---	---

	emozioni del proprio bambino
Strategie e metodi da poter utilizzare per supportare i genitori di bambini con disturbo di ADHD	<p>Il Parent Training insegna ai genitori con bambini aventi disturbo ADHD nuove strategie e metodi che siano in grado di aiutarli nel comprendere i comportamenti dei propri figli.</p> <p>Attraverso queste strategie i figli riconoscono la presenza di regole chiare e definite che consentono di mantenere la calma in situazioni che magari potrebbero non permetterlo.</p>
Migliorare la comunicazione e il contesto familiare di appartenenza	<p>Molto spesso i bambini con disturbo ADHD hanno difficoltà nell'esprimersi, in questo caso la comunicazione è lo strumento che ci permette di avere una sana relazione genitore- figlio.</p> <p>La tecnica dell'ascolto attivo, ci permette di</p>

	evitare l'origine di situazioni scomode mantenendo qualità e calma nelle relazioni.
Ridurre lo stress che intercorre nel rapporto genitore e figlio	Il Parent Training fornisce supporto emotivo che aiuta nella riduzione di stress di genitori e figli; essere in grado di saper affrontare momenti difficili, porta i genitori a sentirsi più sicuri e meno oppressi dalle responsabilità che hanno.
Rafforzare il rapporto genitore figlio	L'acquisizione di un approccio più positivo e meno composto di punizioni permette la permanenza di una relazione sana, forte e duratura nel tempo.

Nel programma di Parent Training ai genitori con bambini con disturbi ADHD vengono insegnati diversi approcci da utilizzare, vediamoli di seguito:

<p>Rinforzo positivo</p>	<p>La tecnica del rinforzo positivo è quella che maggiormente viene utilizzata nel Parent Training.</p> <p>Si fonda sull'ideale che i comportamenti che noi vogliamo raggiungere aumentino d'intensità quando sono susseguiti da situazioni positive.</p>
<p>Time-out</p>	<p>Il time-out può essere considerato come un "tempo sospeso" alternativo alle punizioni che consiste nel rimuovere per un certo periodo di tempo il bambino da quella determinata situazione.</p> <p>Durante questa tecnica in primis è importante trovare uno spazio da riordinare, è bene sottolineare che dovrà essere un luogo neutro che il bambino non conosce ma con una</p>

	<p>caratteristica principale ovvero quella di fornire maggiore autonomia, fiducia e capacità in sé stesso.</p>
<p>Stile comunicativo efficace</p>	<p>Adottare un metodo comunicativo chiaro è una strategia utile per i genitori. Utilizzare istruzioni semplici invece di frasi complesse facilita la comprensione del problema da parte del bambino, contribuendo a limitare i comportamenti indesiderati.</p>
<p>Strutturazione della routine</p>	<p>Stabilire una routine giornaliera ben definita è essenziale per i bambini con disturbo ADHD, poiché li aiuta a migliorare la concentrazione e a ridurre significativamente l'ansia.</p>

3.2.2 Il Coping Power Program e l’Incredible Years

Il Coping Power Program è un intervento stilato da Lochman e Wells (2002) e venne introdotto in Italia dal servizio “Al di là delle nuvole” dell’IRCCS Stella Maris di Pisa.

Nel panorama italiano il Coping Power Program viene utilizzato nei bambini di età compresa fra i 7 e 14 anni per trattare i disturbi della condotta.

Questo programma specifico aiuta sia i genitori che i bambini, seguendo un filo conduttore che è composto da elementi che tra di loro si assomigliano come: il ripasso dell’incontro precedente che aiuta il genitore nel ricordare le tecniche utilizzate; la revisione dei compiti per casa, la presentazione di nuovi argomenti e infine l’assegnazione dei nuovi compiti e la discussione a tema libero.

Il Coping Power Program si avvale di strumenti quali l’utilizzo di lezioni frontali, il lavoro in piccoli gruppi.

In Italia la sua efficacia di applicazione da un primo studio (Ruglioni et al., 2014), evidenzia come il Parent Training organizzato secondo il modello del Coping Power Training produca un maggiore parenting positivo ovvero le cosiddette manifestazioni di affetto .

Caroline Webster-Stretton pioniera di questo programma stila tre percorsi di trattamento tra loro uguali che lei chiama *series* che sono indirizzati a bambini, insegnanti e genitori; viene usato principalmente in contesto clinico su bambini con sindrome accertata.

Questi programmi di Incredible years vengono svolti in setting di gruppo e si basano su tecniche interattive come i giochi di ruolo, tecniche di video modeling, homework riguardanti esperienze da fare a casa,.

3.3- Il burnout genitoriale

Diventare genitori come già detto in precedenza è una delle esperienze più belle che possano capitare nella vita, ma se guardiamo anche l’altro lato della medaglia, può

comportare situazioni a situazioni stressanti. I figli sono sinonimo di gioia ma anche di costante impegno.

Il burnout genitoriale si configura come quella situazione di esaurimento mentale caratterizzata da ansia, frustrazione, paura e problemi legati anche alla sfera economica e relazionale del genitore.

Viene riconosciuto principalmente attraverso l'individuazione di 3 fattori:

- L'allontanamento dai propri figli;
- La costante percezione di non fare abbastanza per i propri figli;
- L'esaurimento fisico dato dal ruolo genitoriale;

È stato scoperto come in Europa il fenomeno del burnout genitoriale sia stimato tra il 2% e il 12% della popolazione colpendo soprattutto i genitori più giovani.

La Pandemia di Covid-19, ha accentuato questo disturbo, i genitori durante questo periodo si sono costantemente messi in gioco per garantire ai propri figli di passare questo periodo difficile al meglio.

Ma come possiamo fare per curare e prevenire il burnout?

Sul piano individuale sarebbe opportuno cercare di ritagliarsi un po' di tempo per noi stessi, anche pochi minuti al giorno sono importanti. Sapere di avere qualcuno su cui contare alle volte può fare la differenza, rendersi consapevoli di avere bisogno di aiuto e chiederlo è il primo passo verso la risoluzione di questo problema.

La società deve agire cercando di essere in grado di garantire ai genitori delle misure che li possano aiutare per contrastare il burnout genitoriale.

Un primo passo per contrastarlo concerne il potenziamento delle strutture per l'infanzia.

Ampliare la possibilità di accesso ai nidi e alle scuole dell'infanzia può essere d'aiuto ai genitori per combinare la vita familiare a quella lavorativa.

Di norma sarebbe bene garantire anche delle politiche di sostegno genitoriali, come i congedi, che siano in grado di sostenere i genitori soprattutto sul lato economico. La realizzazione di spazi, centri, gruppi di aiuto in cui i genitori si sentano capiti e si possano mettere a confronto con esperti, può prevenire l'insorgenza di questo disturbo.

Programmi come il Parent Training dunque, sono importanti e possono aiutare i genitori a superare lo stress e quando ne deriva.

Tutti questi programmi hanno un obiettivo comune ovvero quello di favorire e rafforzare le competenze genitoriali, cercando di migliorare la qualità dei legami genitori-figli.

Capitolo 4 Il Parental Stressed Index

4.1 – Origini

Il Parental Stressed Index (PSI) fu sviluppato da Richard R. Abidin intorno agli '80, si tratta di una tecnica di screening che permette di identificare il livello di stress nella relazione genitore figlio.

Viene ideato per rilevare tempestivamente delle caratteristiche non idonee al corretto sviluppo del bambino.

Si fonda sull'idea che lo stress genitoriale sia il risultato di situazioni personali e di situazioni legate alla sfera genitoriale.

Oltre ad essere utilizzato come tecnica di screening e di valutazione del ruolo genitoriale, il PSI viene impiegato anche in setting di ricerca e di carattere clinico.

Il PSI si compone di due domini quello del bambino e quello del genitore, a loro volta suddivisi in sub scale.

Le aree di interesse che vengono maggiormente utilizzate per questa tecnica sono quella dello sviluppo infantile, della relazione genitore-figlio, attaccamento,

Il dominio del bambino valuta le fonti di stress che vengono individuate nei racconti che il genitore fa sui tratti del bambino, a differenza del dominio del genitore che misura lo stress che il ruolo genitoriale comporta.

Il PSI si compone di 85 item totali e da una scala Life stress composta da 19 item , la quale si occupa di esaminare i vari fattori che influenzano maggiormente lo stress genitoriale come i problemi dati dal luogo lavorativo o separazioni dei genitori.

La forma breve del PSI-4 , si compone di 36 item suddivisi in tre sottoscale :

- Bambino difficile;
- Interazione genitore-bambino;
- Distress genitoriale;

All'interno del PSI possiamo rilevare anche la scala Risposta difensiva che ci permette di acquisire le informazioni necessarie sul comportamento del bambino .

Il contesto di applicazione del PSI varia a seconda del contesto in cui lo si deve applicare, la sua somministrazione viene effettuata tramite l'utilizzo di interviste, questionari o tramite l'osservazione diretta di quello che vogliamo andare a valutare.

Capitolo 5 – 1000 giorni di noi, interventi di supporto alla genitorialità nella cura di bambini e bambine nei primi tre anni di vita, DGRN.115, 12 FEBBRAIO 2024

5.1 – Finalità

Il progetto “**1000 GIORNI DI NOI**”, promosso dalla Deliberazione della Giunta Regionale del Veneto n. 115 del 12 febbraio 2024, è un'iniziativa che viene finanziata attraverso fondi del Programma Regionale Veneto FSE+ 2021–2027 intento a sostenere la genitorialità dei bambini e delle bambine nei primi tre anni di vita.

Il nome dato al progetto fa riferimento ai primi 1000 giorni di vita dei bambini, ritenuti dalle neuroscienze un periodo fondamentale nello sviluppo neuropsicologico e relazionale dell'essere umano. Questo progetto intende:

1. *Incoraggiare i genitori nel compito, tramite l'utilizzo di metodi e indicazioni specialistiche;*
1. *Incrementare nuovi modelli di intervento a carattere territoriale, amalgamando i servizi pubblici e privati facendoli convergere in una rete che sia di supporto alla genitorialità;*
2. *Stimolare le capacità di riflessione dei genitori in merito alle diverse funzioni genitoriali;*
3. *Incoraggiare la co-genitorialità;*
4. *Potenziare le strategie di ascolto per accogliere le esperienze di vita delle neomamme, normalizzando il fatto che i primi anni di vita del bambino portano con sé emozioni contrastanti.*
5. *Essere in grado di supportare i percorsi di separazione delle coppie con figli di età compresa fra i 0 e 3 anni. Questo permette di favorire la condivisione della responsabilità genitoriale.*
6. *Agevolare il riconoscimento di cambiamenti educativi nelle famiglie di tipo allargato.*

Questo progetto prevede una lista di interventi tra cui:

1) Seminari e workshop: sono incontri guidati totalmente dedicati ai genitori, che trattano tematiche che li possono aiutare durante la crescita dei loro bambini, come l'autoregolazione emotiva, la relazione affettiva...

2) Percorsi domiciliari: consistono nella visita a casa di operatori che li aiutino a superare momenti di difficoltà.

3) Sportelli informativi: i quali permettono ai genitori di usufruire di consulenze totalmente gratuite su temi legati al benessere globale del bambino.

4) Percorsi di musicoterapia, psicomotricità o massaggio infantile: tutte attività che permettono di consolidare il legame tra il genitore e il proprio bambino.

5.2 – Destinatari

Il progetto “1000 giorni di noi” vuole rispondere alle necessità di una vasta gamma di persone, ponendo attenzione alle prime fasi di vita del bambino.

I destinatari sono:

- I genitori di bambini e bambine di età compresa tra 0 e 3 anni: essi sono la parte chiave del progetto perché tutto ciò che viene redatto si muove in un’ottica di sostegno alla genitorialità.
- Chiunque sia interessato a costruire una famiglia: vengono inclusi interventi per chi si sta preparando ad essere genitore.
- Operatori pubblici o privati che lavorano in servizi per l’infanzia: la regione vuole promuovere corsi di aggiornamento per educatori, pedagogisti, psicologi, con lo scopo di promuovere pratiche e modelli condivisi da tutti.
- Nonni, zii, tutori: tutte figure di rilievo nella vita dei bambini.

Il progetto 1000 giorni di noi si basa su alcuni modelli di riferimento come:

- La teoria dell’attaccamento di Bowlby: in cui risulta di fondamentale importanza avere una figura chiave di riferimento.

- L'approccio ecologico di Bronfenbrenner: teoria basata sull'insieme della rete dei vari sistemi che influenzano lo sviluppo globale del bambino.
- Il modello della resilienza: che vuole rafforzare le risorse presenti all'interno della famiglia, per sostenerle.
- Il modello bio-psico-sociale: il quale pone al centro il benessere ritenendolo il risultato dell'interazione tra le dimensioni psicologiche e biologiche.

Facciamo di seguito un esempio pratico di quanto detto finora; una madre single con depressione post-partum può richiedere la partecipazione a uno sportello psicologico o se non se la sente di uscire di casa, può richiedere la visita di operatori a domicilio.

Se invece spostiamo il focus sul nucleo familiare, prendiamo come esempio una famiglia migrante che si trova ad avere barriere linguistiche, questi hanno la possibilità di accedere a uno sportello interculturale.

5.3 - Il progetto 1000 giorni di vita a confronto con altri modelli regionali o europei

Per avere una visione più ampia di questo progetto e per comprenderlo al meglio di seguito lo inseriremo all'interno di uno scenario che include altri modelli di tipo regionale o europeo.

Il programma "Nati per leggere", è un programma che opera a livello nazionale in Italia che ha lo scopo di promuovere la lettura e si rivolge alle famiglie che hanno figli in età prescolare.

Questo programma nasce dall'unione dell'Associazione culturale Pediatri, dal Centro per la Salute del Bambino Onlus e dall'Associazione Italiana biblioteche, lavora su tutto il territorio nazionale contando circa 800 progetti locali all'attivo che chiamano in causa più di 2000 comuni italiani.

Questi progetti a carattere locale vengono finanziati da enti pubblici, associazioni di volontariato, educatori o pediatri.

“Nati per leggere”, nasce con l’intento di favorire la lettura in famiglia sin dai primi giorni di vita perché considerata un fattore positivo sullo sviluppo globale del bambino, che comporterà conseguenze significative durante la vita adulta.

Il programma P.I.P.P.I sviluppato dal Ministero e dall’Università degli studi di Padova, vuole essere in grado di assicurare al bambino un ambiente di crescita il più sicuro possibile attraverso la prevenzione di situazioni disagianti grazie all’uso di strategie che vadano a incoraggiare l’intera famiglia che si trova a vivere una situazione di difficoltà.

Il programma si pone come obiettivo principale quello di promuovere una genitorialità positiva che sia in grado di rispondere in modo completo ai bisogni dei bambini.

Dal 2011 aiuta più di 10.000 famiglie che si trovano in situazioni di difficoltà e collabora con più di 465 ATS che si distribuiscono fra le regioni e le province.

Se ci spostiamo più in là, vediamo come in Belgio si è sviluppato il Kind en Gezin, programma che si occupa di prima infanzia e di problemi relativi alla genitorialità.

Il programma garantisce assistenza alle famiglie con bambini da 0 a 3 anni attraverso:

- Consulenze personalizzate che trattano temi come il sonno o l’allattamento;
- Visite a cadenza settimanale da parte del personale di riferimento;
- Continua collaborazione con gli enti territoriali;

Nel comune di Monza e Brianza è stato promosso il progetto “Sostenere la genitorialità”, il quale rappresenta un’importante proposta finalizzata a rispondere alle esigenze delle famiglie che abitano il territorio.

Nel contesto attuale, i bambini con comportamenti che possiamo definire problematici mettono molto spesso gli adulti in condizioni di difficoltà, generando conflitti che vanno a coinvolgere genitori e insegnanti.

Le tensioni che si vengono a creare portano alla luce la necessità di rivedere il progetto educativo, per prima cosa bisogna partire cercando di costruire un patto educativo tra la famiglia e la scuola che si basi sull'ascolto reciproco e sull'essere in grado di saper riconoscere le proprie competenze.

Il concetto di educazione va esteso a più persone, deve essere il risultato di più enti che lavorano insieme per raggiungere un obiettivo comune.

L'intervento educativo deve favorire un percorso di crescita che sviluppi maggior fiducia nelle proprie capacità.

All'interno della scuola dove lavoro, viene data particolare attenzione al sostegno alla genitorialità, grazie a progetti che trovano molta partecipazione.

Una delle iniziative che maggiormente viene stimata è quella chiamata "Caffè delle mamme e dei papà", un appuntamento a cadenza mensile dove i genitori si ritrovano condividendo idee, pensieri, dubbi sul proprio bambino.

Parallelamente da un paio d'anni viene promossa anche un'altra importante iniziativa denominata "Mamma e papà chef della salute", una serie di incontri dove i genitori sono stati coinvolti in attività legate alla promozione di un tipo di alimentazione sana ma soprattutto consapevole dei propri figli.

Educare i genitori a proporre dei pasti equilibrati e sani può essere un modo che consenta di promuovere la genitorialità.

Se li colleghiamo al concetto di "villaggio educante" che ci propone Colombini, questi offrono spazi dove i genitori possono confrontarsi tra di loro.

Colombini parla della pedagogia dei genitori come metodologia che cerca di costruire un villaggio che lei definisce “educante”, dove i genitori e i professionisti dell’educazione lavorano insieme.

Questa metodologia individua nella figura genitoriale coloro che hanno un sapere che deriva dall’esperienza quotidiana e dalla relazione che intercorre tra loro e i propri figli; al contempo però gli educatori apportano il proprio sapere professionale e teorico.

Uno dei punti fondamentali di cui Colombini parla è l’impiego dei gruppi di narrazione, dove tutti gli attori che vengono coinvolti possono condividere le proprie esperienze in un ambiente che sia in grado di ascoltarli.

Tutti all’interno di questi gruppi di narrazione hanno lo stesso ruolo; il risultato che ne deriva determina la memoria collettiva, che evidenzia il percorso di vita di ognuno.

L’obiettivo dei gruppi di narrazione è quello di cercare di rendere più fiduciosi i genitori nelle proprie capacità educative.

Colombini sottolinea che questo metodo che viene utilizzato genera senso di appartenenza, che permette il rafforzamento dei legami all’interno della comunità, costruendo relazioni tra le famiglie e la scuola fondate su empatia e collaborazione.

Viene data molta importanza alla volontà di voler costruire una comunità educante composta da un insieme di persone che sono accomunate da una responsabilità comune, quella dell’educazione.

Ciò che lei definisce “villaggio educante” riflette la volontà di voler eliminare l’isolamento familiare e di creare dei luoghi dove la genitorialità possa essere sostenuta e valorizzata.

Conclusioni

Volti al termine di questo lavoro, abbiamo potuto notare come il compito della genitorialità sia estremamente complesso e delicato.

Diventa evidente come sia fondamentale essere in grado di fornire supporto ai genitori cercando di trovare le difficoltà che contraddistinguono il loro ruolo mettendo a disposizione momenti per il confronto, per la formazione e per il supporto psicologico.

La genitorialità se gestita con impegno cura e dedizione può diventare un'esperienza di crescita personale e familiare.

Nel rapporto con il figlio, il genitore ripercorre tutti i momenti della sua infanzia e l'educazione ricevuta; è importante però che per saper sviluppare una sana e serena crescita nel bambino ogni figura genitoriale abbia un proprio equilibrio personale, sappia riconoscere e controllare le proprie emozioni e abbia una buona sintonia con il proprio partner.

Riconoscere la genitorialità come un dono significa anche ammettere che non esiste un genitore ideale ma solo genitori reali che ogni giorno fanno del loro meglio per fare un buon lavoro, spesso in condizioni difficili.


Bibliografia

- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Volume 1. Attachment*. Basic Books.;
- Di Blasio, P. (2005). *Tra rischio e protezione: La valutazione delle competenze genitoriali*. Unicopli.;
- Erikson, E. H. (1982). *The life cycle completed: A review*. W. W. Norton & Company.
- Fonagy, P., & Target, M. (1998). The parent-infant development and the development of the self. *The Psychoanalytic Study of the Child*, 53, 85-108.;
- Porzio, A., & Giusto, P. (2023). Famiglie omogenitoriali: Un'analisi psicoanalitica. https://www.psicoanalisiiesociale.it/wp-content/uploads/2023/07/Famiglie_omogenitoriali_Porzio_GiustoP.pdf ;

- Repubblica. (2023, marzo 30). UE condanna il governo italiano sulla registrazione dei figli delle coppie gay.
https://www.repubblica.it/politica/2023/03/30/news/ue_condanna_governo_italiano_registrazione_figli_coppie_gay-394242874/;
- Repubblica. (2023, aprile 11). Figli coppie gay: la procura di Padova chiede atti al comune.
https://www.repubblica.it/cronaca/2023/04/11/news/figli_coppie_gay_iscrizione_anagrafe_procura_padova_chiede_atti_al_comune-395750478/;
- Winnicott, D. W. (1971). *Playing and reality*. Routledge.;
- Consultorio Antera. (s.d.). Famiglie allargate: un modello familiare che si evolve.
<https://www.consultorioantera.it/articoli-di-psicologia-e-psicoterapia/famiglie-allargate.html>;
- Baumrind, D. (1966). *Effects of authoritative parental control on child behavior*. *Child Development*, 37(4), 887-907. <https://doi.org/10.2307/1126611>;
- Datta, I. (s.d.). Genitorialità e perfezionismo. <https://www.stateofmind.it> ;
- Fierro, F. (s.d.). Psicoterapia sistemico relazionale, genitorialità e percorsi di consapevolezza. <https://www.federicafierro.it> ;
- Tamanza, G., Montanari, S., & Fumi, G. (2006). Alla ricerca del genitore quasi perfetto. *Psicologia e Famiglia*, 9(1), 22-29.;
- Zinn, M., & Zinn, J. (s.d.). *Mindful Parenting: The Benefits of Mindfulness for Parents and Children*. Mindful Parenting Press.;
- Arnone, D., et al. (2002). EMDR in trattamento del disturbo post-traumatico da stress: uno studio comparativo con terapia farmacologica. *Journal of Traumatic Stress*, 15(4), 333-338.
<https://doi.org/10.1023/A:1015757703854> ;

- Vio, C., Marzocchi, G. M., & Offredi, F. (1999). *ADHD: Il Parent Training. Un programma psicoeducativo per i genitori*. Trento: Erickson;
- Webster-Stratton, C. (2006). *The Incredible Years: A trouble-shooting guide for parents of children aged 2–8 years*. Seattle, WA: Incredible Years Inc;
- Regione del Veneto (2024). *Deliberazione della Giunta Regionale n. 115 del 12 febbraio 2024 – “1000 Giorni di Noi”*. Programma Regionale Veneto FSE+ 2021–2027;
- Sundas. *Le mamme ribelli non hanno paura*, Mondadori, 2021:

Sitografia

- Fierro, F. (s.d.). Psicoterapia sistemico-relazionale, genitorialità e percorsi di consapevolezza. <https://www.federicafierro.it> ;
- Datta, I. (s.d.). Genitorialità e perfezionismo. Recuperato da <https://www.stateofmind.it> e <https://www.psicologi-italia.it> ;
- Erickson. (s.d.). Centro Studi Erickson – Parent Training. <https://www.erickson.it> .;
- The Incredible Years® Program. (2023). The Incredible Years® Evidence-Based Programs for Parents, Children, and Teachers. <https://www.incredibleyears.com> ;
- Erickson. (s.d.). Il parent training per la gestione dei comportamenti problema. <https://www.erickson.it/it/mondo-erickson/il-parent-training-per-la-gestione-dei-comportamenti-problema> ;
- Progressi e TAE. (s.d.). Parent training. <https://www.progressietaevolutiva.it/psicologia/parent-training/> ;
- Serenis. (s.d.). Parent training: modelli, obiettivi ed esercizi. <https://www.serenis.it/articoli/parent-training-modelli-obiettivi-ed-esercizi/> ;
- Orsoazzurro. (s.d.). Time-out: una tecnica per la gestione dei conflitti. <https://orsoazzurro.it/blog/time-out-una-tecnica-per-la-gestione-dei-conflitti/?srsltid=AfmBOoqSmXktDdMGFSUZ8wpXnK9XX1ytqAGYoD3ZJkFP484rp-xadgp6> ;
- Sicurezza Comportamentale. (s.d.). Sviluppo delle relazioni e rinforzo positivo. <https://sicurezza comportamentale.com/sviluppo-delle-relazioni-e-rinforzo-positivo/> ; 
- Università degli Studi di Messina. (s.d.). <https://iris.unime.it/handle/11570/1875459> ;

- Migliorare il legame con i tuoi figli: la genitorialità consapevole.
(s.d.). <https://www.rivistadipsichiatria.it/archivio/1071/articoli/11732/> ;
- CRSP. (s.d.). EMDR e genitorialità. <https://crsp.it/emdr-e-genitorialita/> ;
Porzio, A., & Giusto, P. (2023). Famiglie omogenitoriali.
https://www.psicoanalisiiesociale.it/wp-content/uploads/2023/07/Famiglie_omogenitoriali_Porzio_GiustoP.pdf ;
- Giustizia.it. (s.d.). Custodia figli minorenni e responsabilità genitoriale.
https://www.giustizia.it/giustizia/page/it/custodia_figli_minorenni_e_responsabilita_genitori_ale ;
- <https://www.fsm.unipi.it/diagnosi-e-cura/strutture-cliniche/al-di-la-delle-nuvole/> ;
- (<https://www.repubblica.it/politica/2023/03/30/news/> ;
- [ue_condanna_governo_italiano_registrazione_figli_coppie_gay-394242874/](https://www.repubblica.it/politica/2023/03/30/news/ue_condanna_governo_italiano_registrazione_figli_coppie_gay-394242874/));
- (https://www.repubblica.it/cronaca/2023/04/11/news_figli_coppie_gay_iscrizione_anagrafe_procura_padova_chiede_atti_al_comune-395750478/) ;
- <https://www.artedicrescere.it/genitorialita-famiglia-allargata/> ;

Alla mia famiglia che mi ha sostenuta durante tutto il mio percorso accademico.

Alle mie migliori amiche che ci sono sempre state.

Alle mie colleghe che mi hanno accolta “in corsa” e mi hanno permesso di concludere i miei studi.

Grazie per i vostri continui consigli e per mostrarmi ogni giorno, con il vostro esempio, tutta la passione che mettete nel vostro lavoro.

A Karim, Caterina, Karina, Dante, Noemi, Aurora, Emily, Leonardo, Ythan, Ginevra, Amelie,

Gioia, Filippo e Cristian grazie per avermi aperto il vostro cuoricino e avermi permesso piano piano di diventare la vostra maestra.