

IL BISOGNO DI ATTENZIONE DEI BAMBINI

Jesper Juul

Tutti conosciamo almeno una delle seguenti affermazioni:

- I bambini hanno bisogno di molte attenzioni
- Sta solo cercando attenzioni
- Lo fa solo per attirare l'attenzione
- I bambini hanno troppe attenzioni al giorno d'oggi
- I bambini di oggi vogliono essere guardati e ascoltati tutto il tempo

A volte utilizziamo la parola "attenzione" in senso positivo, altre volte invece come espressione di un bisogno negativo, quasi da primadonna, nel senso di voler essere al centro o di non sopportare di condividere con altri l'attenzione. Altre volte ancora si parla del bisogno del tutto fondamentale dei bambini (e delle persone in generale) di essere "considerati", come si usa dire. Che cosa intendiamo veramente? Quando le richieste di attenzione dei bambini sono espressione di un bisogno esistenziale fondato? E quando invece sono un'insana espressione della volontà di essere applauditi e di mettersi al centro?

Tutti noi abbiamo differenti bisogni di "attenzione", intendendola come "interesse" da parte degli altri. Alcuni si sentono meglio stando da soli la maggior parte del tempo, altri invece nell'essere circondati da molte persone. Tutti però abbiamo bisogno di qualcun'altro che "testimoni" della nostra vita. Qualcuno che noti se cambiamo pettinatura, se ci mettiamo un bel vestito, se siamo felici oppure tristi, se preferiamo stare in pace o desideriamo essere coinvolti nella conversazione o nel gioco.

Tutti abbiamo lo stesso bisogno di essere "considerati" come minimo da un'altra persona – meglio ancora se sono di più. Sentirsi "considerati" indica l'esperienza di essere guardati "oltre la facciata", "così come siamo veramente". Significa che qualcuno si interessa a noi al punto da fare il possibile per "considerarci" al di là dei nostri atteggiamenti dimessi, impetuosi, allegri, eccessivi o aggressivi.

Il bisogno di essere "considerati" è antico quanto l'uomo, ma relativamente nuovo è il fatto di dar peso a questo aspetto nell'educazione dei bambini e nella pedagogia. Lo si fa tra le altre cose perché negli ultimi quaranta/cinquant'anni si è capito che gran parte dei bambini e degli adulti che impiegano molte energie per ottenere l'"attenzione" in realtà hanno solo bisogno di essere "considerati". La moltitudine dei reality show di oggi in tv, in cui sia bambini che adulti si mettono in mostra, giocano, competono e così via, per alcuni è la dimostrazione del bisogno dei famosi "15 minuti di notorietà" da parte dell'uomo moderno. Non c'è dubbio che molti partecipanti si sono iscritti a partire da un forte desiderio di essere "considerati" e restano perciò delusi quando si accorgono di essere soltanto *visti*. Che la fama e la condizione di celebrità non sono che un insoddisfacente surrogato.

Nelle famiglie moderne con bambini, dove tutti sono più o meno indaffarati con attività fuori casa, si gioca spesso una dura battaglia per le attenzioni. Sia i bambini che gli adulti possono spingersi all'eccesso, fino a comportamenti estremi, se non si sentono "considerati" e non riescono a formulare il loro bisogno. I bambini possono diventare aggressivi, capricciosi, esigenti, autodistruttivi e molto altro ancora se il loro bisogno di essere considerati non è riconosciuto o soddisfatto oppure se il genitori credono che questo bisogno di "considerazione" possa essere sostituito con un interesse superficiale o con l'esaudimento di tutti i loro desideri. Anche per questo è molto importante dedicare del tempo a giocare con i bambini. È infatti nel gioco che essi hanno la possibilità di mostrare se stessi alle loro condizioni e il gioco rappresenta quindi anche la possibilità, per i genitori, di conoscere a fondo i loro figli.

Alcuni genitori si portano dietro quasi costantemente la cattiva coscienza o il senso di colpa perché credono di non passare abbastanza tempo con i loro figli. A volte si tratta di una sensazione sbagliata, mentre spesso è giusta. Allora tentano in modi diversi di compensare il tempo mancante mettendosi troppo al servizio del bambino, oppure esaudendo tutti i suoi desideri, che si tratti di giocattoli, soldi, vestiti nuovi e così via. Questa strategia finisce per essere sempre frustrante per entrambe le parti, perché il bisogno dei bambini di essere "considerati" è esattamente come quello degli adulti. La maggior parte degli adulti sa istintivamente oppure forse ha sperimentato sulla sua pelle che questo tipo di conto non torna mai. Se a una donna manca la presenza e l'attenzione di suo marito, il fatto che le regali fiori e gioielli non aiuta. Lo stesso vale per i bambini, benché non riescano a formularlo. Essi riescono ad esprimere la loro mancanza e la loro delusione solo comportandosi in modo "maleducato", "esigente", "viziato" e così via.

Come gli adulti, i bambini hanno bisogno di raccontare che cosa hanno fatto, a cosa hanno pensato, che cosa gli è capitato. Ciò non significa che i genitori devono per forza ritenere esaltanti tutti i loro racconti, ma è importante che ascoltino e si facciano un'idea di cosa il figlio stia raccontando di sé – nascondendolo magari dietro la storia dell'amichetta ingiusta o tra le righe del loro sogno di diventare piloti o stilisti di moda. Per farlo c'è bisogno di tempo e – beninteso – non di un tempo in cui gli adulti continuano a educare e a dare lezioni, ma di un tempo per ascoltare e mostrare interesse. Si tratta di "tempo di qualità" misurato con il metro dei bambini.

Bambini e ragazzi che cercano o pretendono costantemente l'attenzione in un modo irritante per coloro che li circondano oppure umiliante per loro stessi sono tutto sommato sempre piccoli uomini a cui manca la sensazione di essere considerati e riconosciuti per quello che sono veramente. Più ricevono un'attenzione superficiale e irritata e più aumenta la loro mancanza.

Esiste poi una terza forma di attenzione, importante per il benessere della famiglia e dei singoli membri. Può essere paragonata al radar di una nave, che registra tutto ciò che succede all'interno di un raggio circoscritto. I bambini nascono con questa capacità e la maggior parte delle madri la sviluppa via via nei confronti dei suoi figli dopo la nascita. Le madri sanno quasi sempre come stanno i loro bambini, in cosa sono impegnati, contro cosa stanno lottando ecc. ecc. I padri spesso sviluppano questa sensibilità particolare soltanto se hanno/creano la possibilità di passare almeno una settimana o due da soli con i figli. Per i genitori è un'arte quella di registrare tutto focalizzando solo sull'essenziale. Anche per riuscire a fare questo c'è bisogno di passare del tempo insieme.

Che i genitori moderni non “hanno tempo” per i figli o per il rapporto di coppia è uno dei miti del nostro tempo creati dai media. Ci avviciniamo di più alla verità se constatiamo che anche ai bambini del passato mancava molto la sensazione di essere considerati e che molte coppie erano costrette a passare insieme molto tempo insulso. Le pretese di un contenuto emozionale all'interno della famiglia sono cresciute rapidamente negli ultimi vent'anni e serve senz'altro del tempo per imparare come fare a mostrare interesse e lasciarci coinvolgere a vicenda in modi che siano veramente produttivi e non soltanto espressione di cattiva coscienza o soluzioni dettate dal panico. È bello ricevere riconoscimenti, complimenti e attenzioni sul lavoro o a scuola, ma ciò non rende minore il nostro bisogno di essere “considerati” da coloro che amiamo. A volte è il contrario, perché al lavoro o a scuola veniamo notati soprattutto in virtù delle nostre *prestazioni* e viene così avvalorata la loro qualità. Ma noi abbiamo almeno altrettanto bisogno che sia riconosciuto il nostro *essere* e il nostro valore come persone, cosa che avviene quasi soltanto nell'ambito dei rapporti affettivi con i bambini e con altri adulti.

01/04/2011