

Servizio Sociale dei Comuni Sile Meduna



Comune di
Azzano Decimo



Comune di
Chions



Comune di
Fiume Veneto



Comune di
Pasiano di Pordenone



Comune di
Prata di Pordenone



Comune di
Pravisdomini

PROGETTO MONITOR – PİLLOLE PSICOEDUCATIVE... A DISTANZA

GENERAZIONI DA CONNETTERE: nonni e nipoti, argento nei capelli e argento vivo

“Mamma, abbiamo fatto delle lasagne molto buone, ma quelle della nonna sono imbattibili”... così ha esordito a pranzo mio figlio qualche giorno fa. Certo, non sono famosa per le mie doti culinarie, ma credo che dietro questa affermazione ci sia un vortice di emozioni e di pensieri che accompagnano lui e la sua relazione con i nonni in questo periodo di lontananza.

Fino a un mese fa mio figlio passava più tempo con i nonni che con noi genitori, e ora, questa quarantena non consente a loro di frequentarsi come prima e questo genera in tutti noi emozioni disperate, forti, a volte facilmente esprimibili, altre volte “congelate” o sospese, come questo tempo che ci tiene distanti.

Ho pensato che fosse importante dare voce, progressivamente, a tutte queste emozioni e pensieri, senza forzare la mano, ma anche senza lasciare nulla di inesplorato e ho iniziato a parlare con lui di come sta vivendo questo momento lontano dai nonni.

Provo, ora, a coniugare ciò che è emerso da lui, con quanto ho raccolto anche dalla testimonianza di altri genitori sentiti in questo periodo, con anche piccola informazione di carattere psicoeducativo.

“mi mancano i dolcetti che mi fa la nonna....mi manca giocare a carte con il nonno....vorrei tanto salire di nuovo sulla casa sull'albero del nonno....l'orto...le coccole e anche quando mi posso avvicinare a lui per fargli degli scherzi e loro ridono a crepapelle....” E così via, si potrebbe andare avanti ore...

Parlare della mancanza consente ai bambini di esplorare emozioni a volte contrastanti e difficili da sostenere, quali la *tristezza* per l'assenza o la *rabbia* per non riuscire a vedersi o la *paura* per la loro salute, ma nel contempo, consente di rivivere la spensieratezza di momenti piacevoli vissuti insieme, cercando di tenere in *caldo quei ricordi* che permettono di ricreare connessioni fondamentali per la loro crescita.

Parlare di questa relazione equivale a usare le parole della cura, dell'attenzione, dell'affetto; parole che siano spazio di relazioni vitali, generatrici, che ci riportino al senso profondo della vita, al legame tra le generazioni e tutto questo può aiutare ad affrontare questo periodo difficile.

“Nessuno può fare per i bambini piccoli ciò che fanno i nonni. I nonni cospargono la polvere di stelle sulla vita dei bambini”. **Alex Haley**

Quello di cui i bambini hanno più bisogno sono gli elementi che i nonni offrono in abbondanza. Amore incondizionato, gentilezza, pazienza, umorismo, comfort, lezioni di vita. E, soprattutto, biscotti”. **Rudy Giuliani**

Se pensiamo alla nostra infanzia, il ruolo dei nonni è senz'altro uno dei più importanti. Sono persone che ricordiamo essere presenti, pronte a giocare (sempre o quasi) con noi e/o ad accontentarci...

Ma perchè i nonni sono così importanti?

- Tra Nonni e Nipoti generalmente si sviluppa una **relazione unica e speciale**: i primi trasmettono alle generazioni successive affetto, appartenenza, valori...e i secondi regalano allegria e voglia di vivere.

Servizio Sociale dei Comuni Sile Meduna



Comune di
Azzano Decimo



Comune di
Chions



Comune di
Fiume Veneto



Comune di
Pasiano di Pordenone



Comune di
Prata di Pordenone



Comune di
Pradisdomini

- L'intensità del legame che unisce nonni e nipoti nasce da una grande **complicità**, fatta di comprensione e tolleranza e a volte anche da una ricerca di mediazione rispetto al compito educativo dei genitori.
- Nella loro relazione, i nonni toccano **tre dimensioni fondamentali**: la dimensione **sensoriale** (farsi le coccole, azzuffarsi per gioco, ecc...), quella **motoria** (fare attività fisica insieme, organizzare gite, ecc...), quella **emotiva** (dare conforto, lodare, ecc...), quella **comunicativa** (affrontare le preoccupazioni e i problemi) e **cognitiva** (trasmettere conoscenze e valori).
- Il bambino che gode di **sicurezza affettiva** sviluppa fiducia in se stesso e nell'ambiente che lo circonda, il che rafforza la cosiddetta "**resilienza**", la capacità psichica di resistere agli eventi negativi e stressanti, questo supporto psicologico preziosissimo viene offerto anche dalla figura dei nonni.
- I nonni sono anche coloro i quali danno **sostegno** ai propri nipoti nei loro momenti di difficoltà, dispensano consigli, che i piccoli a volte si vergognano a chiedere a noi genitori, esprimono la loro approvazione ed il loro orgoglio rispetto ai risultati scolastici raggiunti, spesso più di noi (anche per il tempo maggiore a disposizione per seguirli e partecipare ai loro risultati), sono dei costanti punti di riferimento con i quali potersi confrontare; danno sicurezza per la loro saggezza legata alle esperienze di vita vissute.
- La relazione nonno-nipote trasmette il **senso di appartenenza** a un gruppo, all'interno del quale lo scambio di aiuto e appoggio è reciproco e dipende dalle necessità.
- Un'altra cosa che i nonni possono donare ai loro nipoti è il **tempo**. I bambini vivono giornate stressanti, super impegnate e programmate, e noi genitori non siamo da meno, in questo contesto è difficile trovare il tempo semplicemente per parlare, stare insieme, godere della compagnia reciproca e giocare.
- I nonni trasferiscono **memoria**: raccontano storie, inventate o familiari e questo dona un senso di continuità fondamentale per la crescita del bambino che costruisce progressivamente un'idea di sé. In questo racconto c'è anche il vantaggio di un tempo che si dilata, è un tempo di attesa che aiuta i bambini ad uscire dal vortice degli stimoli a cui li sottoponiamo. Si ritorna all'idea di "una cosa alla volta". Un ridare valore a ciò che si fa come unica cosa da attenzionare in quel momento.
- Nel contempo Anche i bambini fanno la loro parte, insegnando ai nonni, ad esempio, a utilizzare il computer e a conoscere le nuove tecnologie. **Il futuro e il passato si incontrano nel presente** creando una relazione speciale che ha benefici evidenti per entrambe le parti.
- Possono fare altre **attività insieme**: raccontare o leggere una storia, fare una passeggiata, andare a vedere un posto particolare, tutto deve essere fatto con calma, con lentezza, per la gioia di stare insieme e nel rispetto delle possibilità fisiche della persona anziana.

Certo, ci possono essere anche momenti conflittuali e non idilliaci, ma anche nel conflitto possiamo trarre grandi insegnamenti.

Oggi, tutto questo non può rimanere sospeso.

Come possiamo reagire?

Noi genitori, da una parte, siamo chiamati ad essere sostegno sia per i nostri figli, sia per i nostri genitori (perché appartengono, oggi, alle fasce più a rischio), e questo è faticoso, perché dobbiamo coniugare molte cose, ma è di fondamentale importanza che noi possiamo garantire il più possibile quella **continuità che una relazione così preziosa richiede**.

Noi genitori possiamo imparare da *ciò che i nonni sanno essere con i figli* e possiamo scatenare la nostra creatività per mantenere viva il più possibile questa relazione, attraverso canali che permettano a queste generazioni di rimanere connesse e di godere delle loro reciproche risorse.

Servizio Sociale dei Comuni Sile Meduna



Comune di
Azzano Decimo



Comune di
Chions



Comune di
Fiume Veneto



Comune di
Passignano di Pordenone



Comune di
Prata di Pordenone



Comune di
Pravisdomini

Ecco, allora, che, oltre alle videochiamate (sempre fondamentali perché favoriscono la comunicazione e il vedersi) ci può essere la condivisione di un gioco a distanza, la possibilità di creare dei doni che possono essere condivisi anche da lontano (un disegno, delle composizioni, le foto...), il racconto della propria quotidianità, un pensiero che i nonni dedicano ai nipoti e viceversa; fare delle interviste ai nonni per creare racconti, reali o fantastici o per ricostruire pezzi di vita e di esperienze.

Prendiamoci il tempo anche noi per riconnetterci con questa relazione, per mantenerla viva.

Non sapremo come si costruirà il prossimo futuro e come potremmo ritrovarci, ma sappiamo quanto sia importante godere e far godere delle relazioni di oggi.

Queste esperienze, se nutrite, diventano terreno fertile da cui attingere nei momenti più difficili dell'esistenza, perché rappresentano un bagaglio culturale, morale e affettivo da conservare e trasmettere alle generazioni a venire, una memoria che tornerà utile quando a loro volta i piccoli saranno cresciuti sino a diventare nonni a loro volta.

Gli operatori del Monitor

Katia, Martina, Sara e Cristian