

La Famiglia

Definizione:

- 1-Unione più o meno durevole, socialmente approvata, di un uomo, una donna ed i loro figli
Fenomeno universale presente in qualunque tipo di società (Levi Strauss)
- 2-Organizzazione sociale che rappresenta il punto di intersezione tra pubblico e privato.

Tipologie:

Semplice o nucleare == marito + moglie con o senza figli

Senza struttura == non vi è unità coniugale ma solo rapporti di parentela (es: sorelle non sposate che vivono insieme)

Solitaria == formata da un solo membro

Estesa == unità coniugale + 1 o più parenti conviventi

Multiplo = due o più unità coniugali

Gruppo sociale == insieme di persone che stanno insieme (senza legami di parentela) condividendo cose materiali, pensieri, sentimenti.

Lessico familiare:

Legame (unione /vincolo intergenerazionale)

Relazione (scambio generazionale e successivamente "rappresentazione" del legame ovvero legame mentalizzato ed interiorizzato).

La relazione è da intendersi sia come re-ligo=legame che re-latio=riferimento di senso).

La relazione familiare è sostanzialmente legame fra generazioni ma anche legame interiorizzato di dette relazioni da parte dei singoli membri della famiglia. A causa di queste caratteristiche tra i membri di una famiglia vi sono vincoli e divieti.

Il numero "tre" sta alla base di qualsiasi relazione familiare nel senso che tutte le relazioni sono almeno triangolari.

Interazione (reciprocità delle relazioni)

Organizzazione:

-linee generazionali (gerarchia)

-funzioni (es: funzione genitoriale)

-ruoli

-confine e appartenenza

Tempi e Ciclo vitale

Le relazioni familiari non hanno solo una dimensione temporale del presente (qui ed ora) ma anche una dimensione temporale del passato (ovvero le influenze sulle relazioni attuali delle generazioni precedenti).

Le prime relazioni sono visibili, descrivibili ed oggettivabili.

Le seconde non sono visibili e quindi oggetto di indagine approfondita.

Per ciclo vitale si intende il dinamismo temporale e quindi la sequenzialità con cui si realizzano certi avvenimenti in una data famiglia (es: matrimonio, nascita dei figli, svincolo dei figli, pensionamento etc..).

Ogni membro della famiglia ha peraltro un suo ciclo vitale personale.

Lo sviluppo globale della personalità si svolge lungo due assi:

-la realizzazione di sé (identità ed autonomia)

-il dono di sé (appartenenza, altruismo, amore)

La famiglia è il "luogo" all'interno del quale è possibile lo sviluppo integrato di questi due aspetti della personalità.

Principali caratteristiche di una famiglia "normale"

Confini chiari e stabili

- non vi sono alleanze tra un genitore ed uno o più figli
- non vi sono tentativi di relazioni paritarie tra genitore/i e figli
- il confine familiare è visibile (senso di appartenenza) e permeabile (rapporti con l'esterno)

Gerarchia con forte sottosistema genitoriale

- le personalità dei genitori e le relazioni sono ben differenziate
- i genitori sono coalizzati nello svolgimento dei compiti educativi (e sono loro alla fine a prendere le decisioni e a stabilire le regole della convivenza familiare, le quali devono essere flessibili, umane ed appropriate).
- la coppia genitoriale/coniugale è ben caratterizzata e non vi sono proiezioni di realizzazione personale sui figli né confusione sui bisogni.

Flessibilità del sistema riguardo a:

- autonomia ed indipendenza
- crescita individuale
- continuità e ristrutturazione adattiva in risposta a cambiamenti interni (evolutivi) e a richieste esterne (ambientali). Tale caratteristica è possibile definirla come apertura (famiglia aperta).

La **comunicazione è chiara, specifica ed onesta** e di conseguenza i conflitti (quando si presentano) sono aperti e vi è la possibilità di esprimere punti di vista differenti.

L'emotività ed i sentimenti sono espressi con autenticità e le esperienze sono condivise in modo da creare il clima necessario alla differenziazione del sé e al raggiungimento di un equilibrio tra funzioni intellettive ed emotive.

Aree di competenza educativa della famiglia

Emotività affettività

Immagine di sé

Valutazione dei rischi

Capacità di fare delle scelte

Principali compiti educativi genitoriali

Accudimento e mantenimento materiale

Aiutare i figli a sviluppare le potenzialità spirituali

Insegnare a tenere a freno i desideri (passaggio dal principio del piacere a quello di realtà) educando all'essenzialità, alla pazienza, all'attesa e all'attenzione dei bisogni dell'altro.

Insegnamento dei principi e dei valori tramite la parola ma soprattutto con l'esempio (modelli di identificazione)

Aiutare i figli a fare al più presto esperienze sociali

Alla base di tutto vi è "la relazione affettiva"

-TEMPO

-RISPETTO

-ASCOLTO

-FIDUCIA

La comunicazione familiare

I genitori dovrebbero **esprimere il proprio parere** con sincerità, onestà e chiarezza.

Devono saper **porre anche dei limiti e precisare le regole** della convivenza familiare ed assegnare compiti precisi ai figli per realizzare l'armonica convivenza. Tali compiti non devono essere monetizzati poiché costituiscono il contributo che ciascun membro del nucleo familiare dà per il funzionamento globale.

La **funzione di guida** tuttavia dovrebbe essere esercitata **con amore** evitando la violenza fisica e psicologica.

Sono di grande utilità i seguenti **comportamenti**

- -confidarsi sempre come coppia genitoriale
- -rendere esplicito ai figli questo modo di agire
- -sottolineare positivamente con apprezzamenti verbali o con manifestazioni di affetto i compiti correttamente eseguiti ed il rispetto delle regole familiari
- -nel caso in cui sia necessario procedere ad una punizione, questa dovrà essere congrua e mirare alla correzione del comportamento e non all'umiliazione della persona. Non hanno senso e sono distruttive punizioni che sono espressione della aggressività personale e tendono all'umiliazione dei figli attraverso lo sviluppo del senso di colpa e di vergogna per i sentimenti e le azioni.

PRINCIPI GENERALI di INSEGNAMENTO ai FIGLI

I genitori hanno la responsabilità primaria dell'insegnamento

solo all'interno della famiglia è possibile raggiungere un certo grado di intimità (fiducia e confidenza).

Per stabilire una relazione significativa (aldilà di quella esistente per motivi genetici) sono necessari:

tempo, ascolto, rispetto e pazienza.

Condividere sempre il compito di insegnamento con l'altro coniuge

Parlare con i figli (dedicare loro del tempo soprattutto quando loro lo richiedono rispondendo alle loro domande nella misura delle proprie conoscenze. Se vi sono argomenti poco conosciuti o del tutto sconosciuti è bene informarsi prima di dare delle risposte affrettate o sbagliate)

I genitori non devono essere "psicologi" o "professori" ma persone che trasmettono la loro conoscenza e soprattutto i loro sentimenti con sincerità, onestà, chiarezza ed amore sincero. Se la loro infanzia o la vita familiare è stata difficile ovviamente vi saranno più problemi ma in ogni momento è possibile cambiare.

I figli sono individui affidati ai genitori e non una loro proprietà

Educare prevalentemente con l'esempio più che con tante prediche o parole Essere coerenti

(coerenza == fare e dire quello che si crede e credere in quello che si fa e si dice)

Pronunciare giudizi retti (cercando sempre di valutare il comportamento e non la persona e soprattutto sviluppando la capacità di osservazione positiva che vuoi dire "cogliere sul fatto i figli quando fanno le cose giuste" ed esprimere in quel momento il nostro sincero apprezzamento.)

Esprimere con chiarezza pensieri e sentimenti evitando di recitare o di essere/apparire ciò che non si è.

Esprimere spesso l'affetto che si prova nei confronti dei figli con frasi o gesti affettuosi

Ammettere la propria ignoranza su determinati argomenti **ed i propri errori** quando vengono commessi (chiedere scusa ai propri figli non diminuisce assolutamente la propria autorità o sminuisce il proprio ruolo)

LA PROTETTIVITÀ

I genitori dovrebbero insegnare ai figli che **esiste la libertà di scegliere**, che questa va rispettata, ma che è altrettanto importante capire che **vi sono delle conseguenze precise all'esercizio della libertà** e che il peso di tali conseguenze ricade su di loro.

Dopo aver fatto il possibile per ascoltare ed esprimere il nostro parere bisogna **concedere ai figli fiducia e favorire le esperienze fuori dalla famiglia** evitando la "logica" della campana di vetro e non proiettando le nostre ansie su di loro.

Anche se tutto questo è molto difficile e richiede impegno è tuttavia un percorso che potrà dare **risultati permanenti**.

Quanto più incerto ci appare il futuro tanto più come genitori dobbiamo sforzarci di educare i nostri figli.

Un genitore fallisce nel momento in cui inizia a rinunciare a questo compito.

Sebbene non vi sia alcuna garanzia che gli sforzi compiuti per educare abbiano buon esito esistono lampanti evidenze che quanto è stato seminato non solo resta ma è ripreso al tempo dovuto e soprattutto nei momenti di crisi e di difficoltà esistenziale per favorire il loro superamento.

L'IMPORTANZA DI STABILIRE UNA RELAZIONE (per poter comunicare con i nostri figli dobbiamo stabilire con loro una relazione significativa)

il Tempo:

Ogni volta che i nostri figli si rivolgono a noi con una domanda o un problema noi abbiamo l'occasione di istruirli e consigliarli.

Quanto tempo dedichiamo ai nostri figli?

Potranno un giorno dirci: "Passò molte ore ad ascoltare gli altri e a consigliarli, ma non aveva mai tempo per me?"

il Rispetto

Per essere efficace la comunicazione con i nostri figli deve essere uno scambio reciproco di informazioni e soprattutto di sentimenti.

Devono essere rispettate e ponderate le opinioni diverse e permettere, senza anticipare critiche o frenare i discorsi, la libera espressione di idee e sentimenti. E' indispensabile essere consapevoli della ambivalenza emotiva, particolarmente evidente nel periodo adolescenziale.

Questa consapevolezza deve portare ad una serena, seppur difficile analisi, della nostra ambivalenza.

E' importante essere tolleranti nei confronti di opinioni diverse nonostante sia poi necessario con calma e responsabilità prendere la decisione definitiva. Quest'ultima dovrebbe essere presa, dopo discussione privata da entrambi i genitori. Essi in ogni caso devono sostenersi a vicenda e mantenere un'unica linea educativa. Questo aiuta i nostri figli e non li confonde.

l'Ascolto:

Ascoltare non significa limitarsi a rimanere in silenzio.

L'ascolto richiede una attenzione totale. Significa non pensare, mentre l'altro parla, ad individuare meticolosamente le cose che non vanno o che divergono dal nostro punto di vista per prepararsi la risposta che ci permette di "avere ragione". Significa cercare di capire, aldilà del significato letterale delle parole, il sentimento ed i concetti-principi che l'altro vuole comunicarci.

Il momento di ascoltare è quando qualcuno desidera essere ascoltato. E' quando il nostro tempo, il nostro interesse ed il nostro amore diventano indispensabili per chi cerca il nostro aiuto.

la Fiducia:

Dopo aver incoraggiato i nostri figli a parlare dei loro sentimenti e dei loro punti di vista, abbiamo l'obbligo di aiutarli a usare saggiamente il libero arbitrio.

I nostri figli non sono una nostra proprietà o strumenti per realizzare le nostre aspirazioni represses.

Essi sono individui posti sotto la nostra guida per sviluppare le loro potenzialità.

Capita molto spesso che siano essi, ad insegnarci molte cose.

Come genitori dovremmo coltivare questi sentimenti di umiltà e reciprocità e dopo aver svolto i nostri compiti educativi di consiglio, riflessione insieme ed esortazione, dobbiamo loro concedere la nostra massima fiducia.

I genitori devono rimanere "GENITORI" e non diventare "amici" dei propri figli.

Il rapporto genitori-figli NON E' un rapporto paritario.

TRE COSE IMPORTANTI

(da affrontare, dopo aver stabilito una relazione significativa)

La Responsabilità

I genitori hanno la responsabilità di educare i propri figli.

Tuttavia gli insegnamenti impartiti non garantiscono che essi vivranno seguendo vie rette. Essi potranno scegliere di non farlo. Nonostante queste incertezze non dobbiamo mai rinunciare ad insegnare loro ciò che riteniamo essere i principi giusti poiché comunque influenzeranno la loro vita.

Molti figli cresciuti in buone famiglie si sono ribellati, hanno resistito a qualsiasi insegnamento, hanno deliberatamente trasgredito e lottato contro tutto e tutti.

Così facendo hanno causato molto dolore ai propri genitori.

Molti di loro tuttavia, dopo periodi bui anche molto lunghi sono ritornati ad esaminare il loro animo riscoprendo quei valori che sebbene sepolti non erano mai stati cancellati.

La responsabilità dei genitori è anche quella di non perdere mai la speranza di non rinunciare a dispetto delle difficoltà.

Cominciamo a fallire nel momento in cui rinunciamo ad aiutare un figlio o una figlia. _____

Le Regole

Ai figli si deve insegnare sin dal principio che vi sono determinate regole che governano il rapporto tra genitori e figli e che dalla osservanza di queste regole dipende il benessere dell'intero nucleo familiare.

Le regole devono essere chiaramente definite e con i figli più grandi devono essere discusse ed in seguito condivise e rispettate da tutti.

La partecipazione nello stabilire le regole rende i nostri figli più responsabili delle loro azioni e li prepara realisticamente alla vita sociale.

La maturazione infatti consiste nel passare da una vita regolata sul principio del piacere (avere tutto e subito, essere convinti che tutto è dovuto od ottenibile senza sforzo) ad una vita regolata sul principio di realtà (analisi dei limiti, attenzione all'altro, educazione dei desideri, condivisione e servizio). La regola tuttavia non avrà mai un valore educativo se verrà imposta con autoritarismo o coercizione fisica o psicologica.

Il bimbo ed il giovane dovranno capirne il significato e se all'inizio obbediscono perché stimano e si fidano dei genitori, successivamente dovranno essere in grado di autoregolarsi ed acquisire una disciplina interiore perché quest'ultima è ritenuta la forma migliore di vita.

L'introduzione della regola e del rispetto dell'altro (le esigenze ed i punti di vista dell'altro) costituiranno le basi per la vera libertà.

I giovani dovranno capire questi principi e non dovranno associare il rispetto delle regole con sentimenti quali: rinuncia, ipocrisia, paura o limitazione della libertà.

La loro opposizione, la trasgressione, la sfida sono modalità naturali di verifica. E' compito dei genitori avere pazienza ed usare comprensione e rispetto pur non rinunciando al proprio ruolo ed ai propri principi.

E' un compito molto difficile.

La Disciplina

Per mantenere il rispetto delle regole vi sono sostanzialmente due metodi

1-punire quando vi è una trasgressione

2-premiare quando le regole vengono rispettate

E' la vecchia storia del bastone e della carota. L'invito rivolto a noi tutti è quello di pensare con una mentalità positiva cercando di cogliere sul fatto i nostri figli quando si sforzano di fare il bene anziché spendere un sacco di energie per "pizzicarli ogni volta che sbagliano.

Questo modo di pensare e di agire potrà aiutarci in tutte le nostre relazioni e sicuramente ci renderà più sereni.

I genitori dovrebbero **esprimere il proprio parere** con sincerità, onestà, chiarezza ed amore sincero.

Devono saper porre anche dei limiti e precisare le regole della convivenza familiare ed assegnare compiti precisi ai figli per realizzare l'armonica convivenza.

Tali compiti non devono essere monetizzati poiché costituiscono il contributo che ciascun membro del nucleo familiare dà per il funzionamento globale.

La **funzione di guida** tuttavia dovrebbe essere esercitata con amore **evitando la violenza fisica e psicologica.**

Sono di grande utilità i seguenti comportamenti

-confidarsi sempre come coppia genitoriale e rendere esplicito ai figli questo modo di agire

-sottolineare positivamente con apprezzamenti verbali o con manifestazioni di affetto i compiti correttamente eseguiti ed il rispetto delle regole familiari

-nel caso in cui sia necessario procedere ad una **punizione**, questa **dovrà essere congrua e mirare alla correzione del comportamento.**

Non hanno senso e sono distruttive punizioni che sono espressione della aggressività personale e tendono all'umiliazione dei figli attraverso lo sviluppo di gravi (e poi duraturi) sensi di colpa e di vergogna per i sentimenti e le azioni.

Essere genitori è un compito difficile ed impegnativo.

Molti genitori si sentono impreparati o addirittura impotenti di fronte alle difficoltà incontrate nell'educazione dei propri figli.

Ci sono momenti di totale smarrimento e si va diffondendo sempre di più l'idea che avere dei figli è un grande problema.

Molto spesso la nuova coppia genitoriale viene da esperienze familiari disastrose e quindi crede di avere molto poco da insegnare o trasmettere.

**Eppure nella vita esiste un grande miracolo:
" molto spesso non si riceve nella misura in cui si da ma in
misura molto maggiore".**