

# Così cresce con amore

## Con la consulenza di

**Antonella Brighi**  
ricercatrice all'Università di Bologna

**Gino Soldera**  
psicologo ed esperto di vita prenatale

**Giancarlo Biasini**  
pediatra del coordinamento nazionale Nati per Leggere

**Marco Lodi**  
psicologo

**Graziella Vizziello Fava**  
ordinario di psicopatologia dello sviluppo all'Università di Padova

**Maria Porcu**  
infermiera esperta in massaggio infantile all'Ospedale Macedonio Melloni di Milano

**Guido Moro**  
responsabile Patologia neonatale Terapia Intensiva e Neonatologia dell'Ospedale Macedonio Melloni di Milano

Il rapporto col bambino si costruisce e si approfondisce attraverso i piccoli gesti quotidiani, le cure, le coccole, il linguaggio, il gioco, i sorrisi e gli sguardi...

## A come ATTACCAMENTO

L'attaccamento è il primo legame affettivo del bambino, la base di tutte le sue relazioni future.

● **Il neonato è portato dal punto di vista biologico a mantenere la vicinanza dell'adulto attraverso il pianto, il sorriso e la lallazione, ma è soprattutto a partire dal secondo mese che comincia a dimostrare una preferenza verso persone specifiche.** "John Bowlby - un medico psicoanalista britannico che ha elaborato la teoria dell'attaccamento - sosteneva la tendenza innata a creare un legame con una

sola persona, ma le ricerche dimostrano che il bambino può indirizzare la sua attenzione verso più individui", spiega Antonella Brighi, ricercatrice all'Università di Bologna. Sia la mamma che il papà possono quindi essere figure di riferimento per il bambino, anche se lavorano fuori casa.

● **"Quello che più conta nella formazione del legame di attaccamento e nel suo mantenimento non è tanto la continuità nelle cure quotidiane quanto la qualità dell'interazione,** la coerenza, la capacità di sintonizzarsi sulle emozioni del bambino e di dare risposta ai suoi segnali, il fornire stimolazioni piacevoli e occasioni di gioco".

## B come BONDING

Quando ha inizio la storia d'amore tra un bambino e i suoi genitori? Di sicuro già dal giorno in cui la coppia scopre di aspettare un figlio ed entra in relazione con lui.

● **"La nascita non è altro che l'esplicitazione di un legame, detto bonding, che si è iniziato a costruire durante la gestazione"**, afferma Gino Soldera, psicologo ed esperto di vita prenatale. Non è necessario aspettare il giorno del parto per stabilire un contatto con il bambino: le coccole, lo stare insieme, l'ascolto e l'attenzione reciproca possono cominciare prima della nascita. E questo vale per entrambi i genitori.



*giocare con lui,  
dargli occasioni  
di divertimento: così  
si rafforza il legame*

# PER CONOSCERE MEGLIO IL PROPRIO BEBÈ

## **C**ome **COMUNICAZIONE**

Il linguaggio puerile che i genitori utilizzano con il loro bambino nei primi mesi di vita, definito "motherese", dall'inglese "mother" (mamma) è simile in tutti i paesi del mondo.

Lo caratterizzano una sintassi semplificata, la brevità nell'articolazione vocale, i rapidi cambiamenti di tono e l'uso di frasi e suoni anche senza senso. "È un tipo di linguaggio che non trasmette contenuti, ma affetto e calore", spiega Giancarlo Biasini, pediatra del coordinamento nazionale Nati per Leggere.

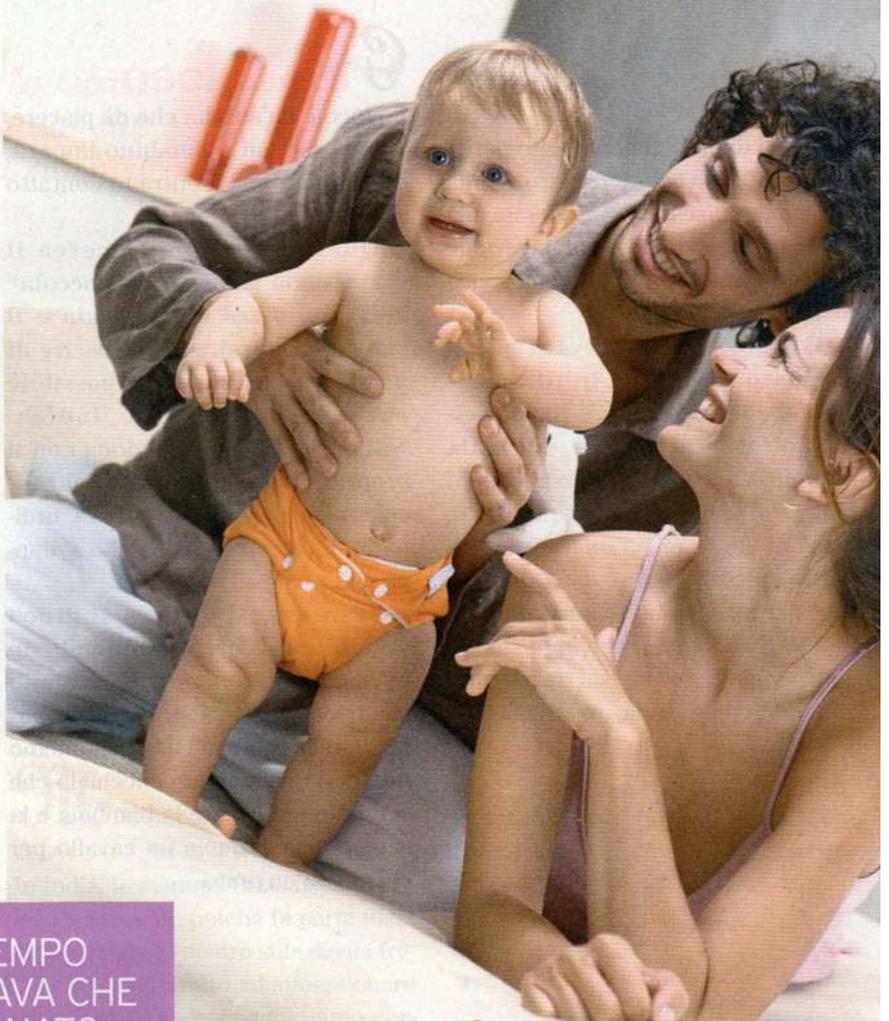
● "Un tempo si pensava che fosse meglio rivolgersi ai neonati con un linguaggio adulto, perché non imparassero parole storpiate. Oggi sono invece provati gli effetti positivi del motherese nello sviluppo del bambino". Una recente ricerca giapponese ha infatti dimostrato come questo linguaggio sappia stimolare l'attività neuronale della regione orbito-frontale destra del neonato, fondamentale per le funzioni emotive.

## **D**come **DISTACCO**

Se la mamma o il papà si allontanano, il neonato può reagire con il pianto. La risposta istintiva del genitore è prenderlo in braccio.

● "È importante coccolare il piccolo e rassicurarlo senza il timore di viziario", spiega Antonella Brighi. Se l'attaccamento tra genitore e bambino è positivo, anche il distacco sarà più semplice. A partire

UN TEMPO  
SI PENSAVA CHE  
IL NEONATO  
FOSSE CHIUSO IN  
SE STESSO, OGGI  
SAPPIAMO CHE  
È PIENAMENTE  
IN CONTATTO  
CON L'ESTERNO



dai due anni, il piccolo è consapevole che la separazione è temporanea e può allontanarsi di sua iniziativa. Ma la reazione può essere negativa quando è l'adulto a

decidere il distacco, per uscire di sera o andare a lavorare.

● Per facilitare la separazione può essere utile abituare il piccolo gradualmente ai distacchi, assumere un tono rassicurante al momento del congedo e prospettargli sempre il proprio ritorno. Mai, invece, andarsene alla chetichella.

## **E**come **EMPATIA**

Nessuno come la madre sa imparare a conoscere il proprio bambino entrando in sintonia con le sue esigenze. Nessuno come lei sa distinguere se il pianto del neonato corrisponde a fame, dolore o malumore.

● "Questa disposizione a comprendere gli stati d'animo del bambino è legata all'elaborazione psicologica della gravidanza, caratterizzata da una sorta di regressione a forme di pensiero precoce che permette alla mamma di identificarsi con il neonato e di trasmettergli dei modelli di relazione che lui gradualmente interiorizza", spiega lo psicologo Marco Lodi.

## F come FILASTROCCA

Si tratta di un componimento per la prima infanzia caratterizzato da rima e ritmo, e può essere considerata una delle prime forme di comunicazione tra genitori e bambini, fin dall'epoca della gravidanza.

◦ È stato infatti provato che il neonato riconosce le filastrocche che la mamma o il papà recitavano per lui mentre era nella pancia. "Non conta tanto il significato della filastrocca, quanto la voce di chi la recita e la musicalità delle parole", spiega Giancarlo Biasini. I genitori possono scegliere le filastrocche da raccontare sia dal patrimonio dialettale sia da raccolte di autori come Bruno Tognolini.

## G come GIOCO

Il gioco è un'attività che dà piacere, attraverso cui il bambino impara, esplora il mondo, entra in contatto con gli altri.

◦ Quando il neonato cerca il corpo della madre o "si coccola" nell'incavo tra la sua testa e il suo collo, quasi volesse uscire di nuovo dall'utero, è già possibile parlare di attività ludica. "All'inizio il bambino gioca con il proprio corpo e con quello altrui", spiega Graziella Vizziello Fava, ordinario di psicopatologia dello sviluppo all'Università di Padova.

◦ "Più avanti appare il gioco simbolico: il bambino prende un oggetto, gli dà un significato e lo inserisce in un'azione e in una narrazione complessa". Un bastoncino può così diventare un cucchiaino che servirà a imboccare la bambola e la scopa della mamma un cavallo per correre in un prato.

◦ È poi molto importante che il bambino giochi con gli altri. "Insieme ai genitori per proiettarsi nella sua vita futura e con gli altri bambini per imparare a stabilire delle regole in assenza di imposizioni".

## H come HUMOUR

◦ Il bambino, quando è molto piccolo, ride soprattutto per il solletico, mentre dal sesto mese il fattore scatenante può anche essere uno scherzo del genitore.

"Le risate sono a volte precedute da un'espressione incerta e preoccupata, come se il bambino cercasse di decidere se essere triste o felice", racconta Antonella Brighi. "È un po' come se si rendesse conto che può scegliere che cosa provare di fronte a un evento. Questo coinvolgimento attivo segna l'inizio dell'esperienza emotiva matura". Nella vita quotidiana del piccolo non devono dunque mancare

occasioni per ridere e divertirsi.

◦ "Nel rapporto con i figli, l'umorismo serve moltissimo. Saper essere genitori autorevoli non esclude il fatto di trovare momenti di condivisione ed allegria con loro".

È GIUSTO CHE IMPARI A ORGANIZZARSI DA SOLO, MA DEVE STARE ANCHE CON I COETANEI

## I come INTESA

◦ Il neonato e i genitori interagiscono con sorrisi, espressioni vocali e movimenti del corpo: il piccolo risponde alle iniziative dell'adulto e allo stesso tempo può influenzare il suo comportamento. "Attraverso l'analisi minuziosa di sequenze interattive, è stata messa in luce la sincronizzazione



*il massaggio ai piedini lo rilassa e pare che quello effettuato sul pancino, con movimenti particolari, sia in grado di attenuare il dolore provocato dalle coliche gassose*



dei comportamenti mamma-bambino e la condivisione delle emozioni, al punto da paragonarle a una danza", spiega Antonella Brighi.

◉ **Tra il neonato e il genitore avviene una sorta di "conversazione" senza parole, dove l'intesa si crea attraverso un'alternanza di gesti e messaggi extra-verbali.**

## **L** come **LETTURA**

◉ **Leggere insieme è un'attività carica di valori affettivi. Il bambino e il genitore si scambiano sguardi, manifestazioni d'affetto, e si rapportano con tutti i sensi.** "Il piccolo chiede che gli vengano letti dei libri. Non solo perché la storia è bella, ma perché ciò gli permette di stare vicino ai genitori", spiega Giancarlo Biasini. "È in questo senso che la lettura condivisa migliora il rapporto tra adulto e bambino".

◉ **Il primo libro, che deve essere atossico e di cartonato rigido, può essere introdotto verso i 6 mesi.**

## **M** come **MASSAGGIO**

In India, le mamme massaggiano i figli appena nati, poiché fa parte della loro cultura. "Il nostro stile di vita frenetico ci ha portato ad abbandonare questa pratica, ma oggi stiamo cercando di recuperarla", spiega l'infermiera Maria Porcu, che tiene corsi sul massaggio infantile all'Ospedale Macedonio Melloni di Milano.

◉ **"È un'esperienza di profondo contatto affettivo, che alimenta e sostiene lo svolgimento del compito di genitore, rilassa il bambino e lo fa sentire amato".** La stimolazione tattile, inoltre, regolarizza il sistema circolatorio, respiratorio, muscolare e gastrointestinale, e facilita la comunicazione adulto-bambino.

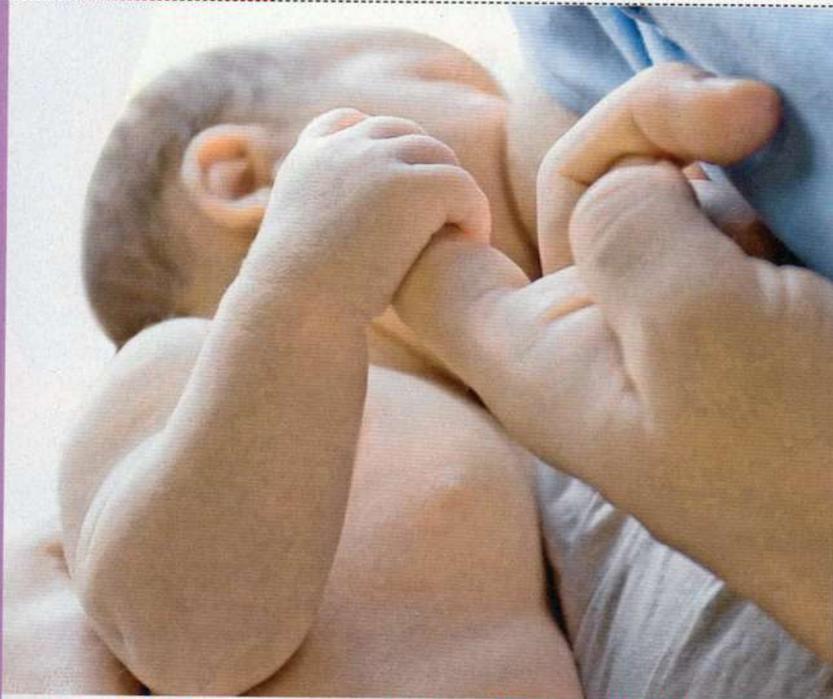
◉ **Il contatto cutaneo è molto importante anche nei prematuri.** "Quando il bambino è nell'incubatrice", spiega Guido Moro, neonatologo all'Ospedale Macedonio Melloni di Milano, "non deve essere guardato solo dall'oblò, come se lo separas-

se una distanza incolmabile da mamma e papà. I genitori sono al contrario invitati a massaggiarlo".

## **N** come **NINNA NANNA**

Proprio come la filastrocca, accompagna i primi mesi di vita del bambino. Ma il suo ritmo è diverso, quasi ipnotico, e invece di stimolare la voglia di muoversi favorisce il rilassamento.

◉ **"Anche se non sempre il piccolo si addormenta, la ninna nanna ha un effetto sedativo e può avere un ruolo importante nel rito della sera", spiega Giancarlo Biasini. Cantare per i bambini, però, non ha come unico risultato il sonno: favorisce anche il rapporto con la musica.** Uno studio della professoressa Johannella Tafuri del conservatorio di Bologna ha dimostrato che i bambini che hanno ascoltato la mamma cantare durante la gravidanza, oltre a riconoscere dopo la nascita i canti ascoltati, pos-



*perché è tanto importante allattare? Oltre alle ragioni psicologiche, ci sono indubbi vantaggi nutrizionali. In più, il latte materno garantisce una protezione immunologica*

sono raggiungere l'intonazione già a quattro-cinque anni. Di solito non avviene prima dei sette.

### **O** come OLFATTO

L'olfatto è uno dei sensi più sviluppati nel bambino. Il suo mondo, a partire dal terzo mese di gestazione, è fatto anche di odori, la cui percezione può essere associata a sensazioni gradevoli o fastidiose.

“Se per esempio la mamma durante la gravidanza annusa con piacere una rosa, il bambino proverà un senso di piacere rispetto a questo stimolo”, racconta Gino Soldera.

● **Molti composti chimici esterni possono inoltre raggiungere attraverso la placenta il liquido amniotico che, ispirato e deglutito, va a bagnare i recettori olfattivi del piccolo. Il bambino inizia**

**così, ancora prima di nascere, la sua esplorazione del mondo.** E subito dopo il parto, è proprio attraverso il naso che il neonato riconosce il corpo della mamma.

### **P** come POPPATA

La poppata è un momento di grande intimità, ricco di stimolazioni tattili, olfattive e visive: il bambino è avvolto dal rassicurante profumo del corpo della mamma, ne tocca il seno e incrocia il suo sguardo.

● **“La prima poppata dovrebbe avvenire entro tre quarti d'ora dal parto”, sottolinea Guido Moro. “Questo favorisce la produzione del latte e anche una maggiore durata dell'allattamento, che dovrebbe proseguire per almeno i primi 6 mesi, meglio ancora un anno”.**

### **Q** come QUOZIENTE

L'esperienza sociale e affettiva ha un ruolo fondamentale nello sviluppo dell'intelligenza.

● **“Ciascuno nasce con i propri talenti, ma il loro sviluppo dipende dall'ambiente in cui il bambino cresce”,** spiega Graziella Vizziello Fava. Alcuni genitori preferiscono comunicare perlopiù attraverso il movimento, altri con la parola, e questo favorisce un maggiore sviluppo delle prestazioni motorie o verbali dei figli. Per le funzioni più complesse, come il linguaggio, è necessario che si combinino molti elementi (motricità, capacità di comunicare, affettività, simbolizzazione, pensiero): se ne manca anche solo uno, può esserci un ritardo. “Un contesto ricco e buone relazioni affettive consentono di sviluppare al meglio i talenti”.

### **R** come RICERCA DEL VOLTO UMANO

Gli occhi del neonato cercano la presenza rassicurante del volto umano. “Il bambino ha bisogno dell'adulto per crescere e perciò la natura gli ha fornito una tendenza a mettersi in relazione con chi si prende cura di lui”, spiega Graziella Vizziello Fava.

● **“Lo sanno bene le mamme che allattano: il neonato cerca il loro volto”.** Ci vuole molto più tempo, invece, perché il bambino impari a riconoscere le persone dai tratti del viso o a ricondurre espressioni diverse a un unico volto. “Il viso della mamma arrabbiata e quello della mamma felice, agli occhi del bambino, sono due cose molto diverse”.

### **S** come SORRISO

Il primo sorriso di un bambino non è mai consapevole: è un riflesso spon-

## CONTO DELLE SUE PREFERENZE E DEI TALENTI NATURALI

taneo, che spesso compare nel dormiveglia o dopo una poppata.

◉ **“Verso la fine del secondo mese di vita, con lo sviluppo neurologico e percettivo, i sorrisi spontanei del neonato si trasformano in sorrisi completi, che nascono in relazione a uno stimolo esterno”**, spiega Antonella Brighi. Ma in questa fase non si tratta ancora di un sorriso selettivo: è solo a partire dal sesto mese che il bambino riserva questo segnale positivo ai volti delle persone conosciute, negandolo agli estranei.

### **T** come **TRANSIZIONALE**

L'orsacchiotto o la copertina che il bambino stringe a sé evocano in lui la presenza sensoriale della mamma.

◉ **Questi oggetti, che spesso sono morbidi e possono avere l'odore della madre, vengono definiti transizionali.** “Ci sono bambini che restano davanti alla lavatrice finché non viene restituito loro il pupazzo, e alcuni lo portano con sé per la prima notte fuori casa”, racconta Marco Lodi. “Con il passare del tempo, l'oggetto transizionale verrà sostituito da un vero e proprio ricordo”.

### **U** come **UTERO**

Il bambino inizia la sua esistenza nell'acqua, e per tutti i 9 mesi vive in un luogo confortevole, caldo, immerso nella semi-oscurità. Un tempo si pensava che fosse isolato da tutte le influenze del mondo esterno, oggi siamo consapevoli che non è così.

◉ **Non possiamo dire con certezza cosa prova il bambino mentre si trova nell'utero, ma sappiamo che ha una sensibilità fisico-sensoriale e reagisce a ciò che accade fuori dal ventre materno.**

### **V** come **VICINANZA**

Stare insieme, fin dai primi giorni. Per imparare a conoscersi e costruire un rapporto più naturale e spontaneo.

◉ **Il rooming in, ormai presente in molti ospedali, permette alla madre di allattare a richiesta, e non secondo una rigida tabella oraria.** “Questo, oltre agli indubbi vantaggi di carattere psicoaffettivo, favorisce la montata latte”, spiega

Guido Moro. “E permette la vicinanza del papà e dei fratellini”.

### **Z** come **ZUCCHERINO**

“Già a 12 ore dalla nascita uno stimolo dolce evoca un'espressione di benessere, mentre l'amaro provoca disgusto e l'acido delle smorfie”, spiega Antonella Brighi.

◉ **Il gusto, insieme all'olfatto, è molto importante anche nella vita prenatale del bambino, e gli studi condotti sui neonati pretermine sembrano confermare che già a 30-36 settimane di gestazione ci sono risposte positive al sapore dolce.** ◆

UN AMICHIETTO  
DI PELUCHE  
DA CURARE  
E COCCOLARE  
AIUTA  
IL BAMBINO  
A MANIFESTARE  
LE SUE EMOZIONI

