

GIOVANIGENITORI.IT

GG

La rivista di tutte le famiglie

Mensile, numero 5 anno 19 - Poste Italiane SpA - Spedizione in a.p. - DL 353/2003 (conv. in L. 27/02/04 n. 46) art. 1, comma 1, DR CB Torino - 3 euro

MAGGIO 2024

GIOCARE ALL'APERTO

LE ISOLE DELLA TOSCANA

STORIE DI MAMME

BODY BUDGET

Mia mamma è speciale

Quando metti insieme amore e creatività, le fragilità si trasformano in progetti belli come ci raccontano Eleonora e Anna

DI GRETA LA ROCCA

Festeggiamoci sì, noi mamme, questo mese e tutti i giorni dell'anno. E raccontiamoci le nostre storie, quelle belle, in cui trasformiamo le fragilità in forza, mettendoci fantasia e tenacia. Come le storie di Eleonora e Anna che ci hanno raccontato del rapporto con le loro figlie e dei loro interessanti progetti.

ELEONORA E NIVES

Cresciuta nella provincia di Cremona, appassionata di psicologia e desiderosa di aiutare gli altri, Eleonora ha seguito all'università un percorso che l'ha portata a interessarsi ai più deboli, agli emarginati, a lavorare con i carcerati e con i bambini disabili, fino alla creazione di un progetto importante che spera di vedere presto sul mercato: Moovy, uno strumento innovativo per i disturbi del linguaggio infantile. Una vita divisa tra l'estero e l'Italia, oggi una casa a Milano, e la volontà di non rinunciare mai ai suoi sogni anche da quando è arrivata Nives, un peperino di quattro anni. **Com'è il rapporto con tua figlia?** Abbiamo un rapporto affettuoso e complice. Per ora, che è ancora



piccola, è anche molto fisico. Io sono una super coccolona e per me la manifestazione fisica dell'affetto è fondamentale. Quando giochiamo siamo molto attive perché io preferisco sempre il contatto rispetto ai giochi strutturati. Se fosse per me passerei tutto il giorno abbracciata a lei e a riempirla di baci. Anche se lei, dopo un po', mi dice: "Mamma, basta baci", e io mi metto a ridere. Cerco anche di stare attenta alle frasi e al modo in cui le parlo. Uso rinforzi come: "Sei in gamba!" Oppure "Ma sei davvero intelligente" al posto di "Come sei bella!" anche se per me lei è bellissima! E mi assicuro di dirle sempre quanto le voglio bene e quanto sono

felice di essere la sua mamma.

Come cambia il vostro modo di stare insieme negli anni?

Oggi possiamo fare anche piccole conversazioni, oltre alle coccole! Mi rendo conto, però, che l'evoluzione avviene molto naturalmente e che sono io che mi adatto ai suoi progressi. La parte difficile, pensando a quando sarà più grande, è darle il giusto supporto per gestire le sue emozioni e il mondo che la circonda, soprattutto nelle relazioni. Questa è una grande sfida che stiamo iniziando a piccoli passi.

Quanto il tuo lavoro ti ha influenzato nel crescerla?

Tantissimo! Io sono una psicologa, mi occupo di tecnologie e di disabilità o neurodivergenze: a volte ho un occhio anche troppo attento e tendo a dare forse eccessiva importanza ad alcuni aspetti perché temo sempre che possono esserci delle difficoltà. Questa formazione però è anche un vantaggio: grazie al mio lavoro, spero di poterle fornire degli strumenti utili per il futuro. Ora che ha 4 anni, mi sto già interessando a giochi che stimolino le capacità computazionali e il coding, per esempio!

Cosa vi piace fare insieme?

Noi giochiamo tantissimo e ci inventiamo giochi nuovi tutti i giorni. Dal fare le equilibriste all'andare in bici. Siamo anche un po' pigre e, dopo una giornata insieme, ci piace guardare un cartone accoccolate prima di andare a dormire.

Avete delle abitudini che avete costruito nel tempo?

Sì, tantissime! Nives è nata proprio nei primi giorni della pandemia, nel marzo del 2020. La routine era fondamentale, sia perché era neonata sia per noi genitori per gestire una situazione molto difficile di restrizioni. Ora abbiamo mantenuto i rituali più affettuosi e per me sono i momenti più belli della giornata. Il mio preferito è la nanna: lei si addormenta nel lettone con me di fianco e prima di dormire chiacchieriamo, parliamo della giornata e le racconto una storia che ho inventato io. Parla di una rana che è triste perché una principessa ha baciato il suo fidanzato che è diventato un principe e l'ha sposato al suo posto. La principessa le suggerisce, però, di non buttarsi giù perché l'avrebbe aiutata a trovare un principe da baciare, che sarebbe diventato rana e lei avrebbe potuto sposarlo. Ogni sera lei sceglie quale animale incontrano i protagonisti di questo viaggio e come si chiamano e io mi invento un capitolo del racconto. E, una volta finito, le dico

sempre: "Ti posso dire una cosa" e lei mi risponde "Sì" e io "Ti voglio bene amore mio" e lei "Ti voglio bene mamma". Tutte le sere. Questa per me è la vera felicità.

Cos'hai imparato dalla tua esperienza di mamma?

Ho imparato che il tempo vola e che fare il genitore è difficile perché i figli non ti ascoltano ma ti guardano, per cui devi essere ciò che vorresti insegnare. Senza pause, sconti o scorciatoie. Ho capito anche che non c'è nulla di più avventuroso che avere dei bambini: ogni giorno è diverso, è una nuova esperienza da vivere insieme!

Essere d'esempio ai bambini, più con i fatti che con le parole. A cosa ti riferisci?

L'esempio più importante, per me e mio marito, è farle vedere che la mamma e il papà sono uguali nei fatti. Entrambi andiamo al lavoro, viaggiamo, puliamo casa, stiriamo, cuciniamo, sistemiamo e tutte e tre insieme facciamo la spesa. Non le abbiamo mai detto che maschi e femmine sono uguali, ma glielo dimostriamo. Ciò che per noi è una conquista, un processo di costruzione della nostra vita basato su quanto abbiamo scelto negli anni, per lei diventa la quotidianità. Sentiamo la responsabilità di costruire la normalità che influenzerà il suo futuro! E in questo il merito è anche di mio marito Giorgio che è una persona incredibile!

ANNA E GIULIA

Anna fa la psicologa e l'insegnante, ama lavorare con i ragazzi e le ragazze. Ha una figlia riservata, dal cuore grande e buono, con tante fragilità e un passato in cui è stata vittima di episodi di bullismo. La forza di Giulia, cresciuta in una famiglia appassionata di arte e pittura, è sempre stato il teatro e in particolare il musical, per lei l'unico strumento che la aiuta a sentirsi forte, sicura, felice.

Com'è Giulia?

Giulia è sempre stata una bambina molto riservata e, insieme, curiosa, interessata a ogni forma d'arte. Ricordo che all'età di 3 anni, al Teatro Regio di Parma, rimase ipnotizzata dal palcoscenico. Oggi andiamo nelle città, alla scoperta delle opere d'arte e i teatri, lei è affascinata dall'odore, dal rumore, dal gioco del dietro le quinte. È una ragazza felice, creativa, solida, molto esigente, ma ha tante fragilità, tra cui l'ansia. È tormentata, tortuosa. Già a 4 anni mi diceva "Verifico, se sono davvero contenta". Si è sempre messa in discussione e ha sempre voluto tenere tutto sotto controllo! Ha una grande bontà d'animo, ma fatica a relazionarsi con le persone, dalle quali ha alte aspettative perché lei, a sua volta, è molto disponibile.

Com'è il vostro rapporto?

Mi racconta tutto, dalle sue sensazioni alle sue paure. Ci confrontiamo

sempre tanto, anche nei suoi periodi più bui abbiamo sempre parlato. Le insegno che durante le difficoltà hai sempre la possibilità di ricominciare, di crescere e di rinascere. Quando è stata vittima di episodi di bullismo, alle superiori, ho rispettato i suoi tempi e le ho fatto capire che lei è in grado di superare qualsiasi difficoltà, anche le più grandi. È una ragazzina molto empatica e se ho un problema, riesce a coglierlo e mi sta accanto. Accade con me, ma anche con tutte le sue amiche alle quali dice sempre: “Insieme, ce la facciamo”.

Da questa grandissima disponibilità nascono però anche le sue più grandi delusioni.

Come sei riuscita a stare accanto nelle difficoltà e essere per lei un punto di riferimento?

Siamo molto legate e ho lavorato su me stessa per trovare la forza di non intervenire. La guardo, l’ascolto, le parlo, ma le voglio trasmettere il messaggio: “Riesci benissimo da sola. Anzi, meglio”.

Cos’hai imparato dalla tua esperienza di mamma?

Lei mi ha insegnato la leggerezza. Ha una forte capacità di eliminare ciò che non serve. Mi ha aiutato a capire che esiste sempre un punto di vista più interessante, più pratico, più giusto.

Cosa vi piace fare insieme?

Tutto! Ci piace l’attesa di ciò che



faremo insieme, ci piace viverlo e ci piace ricordarlo. Dalla gita in giornata, all’assistere a spettacoli teatrali...

Che ruolo ha avuto l’arte nel percorso di crescita di Giulia?

Durante il lockdown, ha seguito un corso di recitazione alla Scuola di Teatro Paolo Grassi. Io ero nella stanza di fianco, sentivo che seguiva le lezioni e metteva in scena diversi personaggi. Era felice, e io con lei. Man mano che il tempo passava, ha iniziato a collaborare con una compagnia e a stare sul palco: era felice. Poco dopo però è iniziato un altro periodo nero, complice la perdita della nonna: in quel momento io ero la sua guida, ma vacillavo. Non voleva vedere nessuno, non voleva uscire.

E tu, da mamma, cos’hai fatto?

Ho aspettato, ho rispettato i suoi tempi. La difficoltà maggiore da mamma è capire quando è tempo di correre

dietro ai figli, quando è meglio restar loro di fianco o se hanno bisogno che tu vada avanti e tenda la mano. Serve un grande ascolto, molta attenzione, tanto dialogo e guardarli negli occhi, andando oltre le frasi che pronunciano. Un giorno è arrivato un messaggio, c’era la possibilità di partecipare ai laboratori teatrali di GenZ Acting, uno dei sei progetti della rassegna Musicami, promossa da Fondazione di Comunità Milano. Il percorso che l’ha portata a iniziare GenZ è stato difficile: il primo giorno siamo partite da Parma per raggiungere il teatro La Scala di Milano, siamo rimaste a lungo alla fermata della metro e, a fine giornata, abbiamo fatto ritorno a casa. Lei non era pronta. E io l’ho rispettata. Il giorno dopo, invece, siamo tornate al teatro, lei è salita sul palco e da quel momento è tornata la Giulia di sempre!