

...CHI GIOCA CON ME?

MAMME E PAPA' SI METTONO IN GIOCO

“...l'uomo è pienamente tale solo quando gioca”
F. Schiller

Il gioco è uno dei canali comunicativi e conoscitivi più importante per i bambini. Si può dire che l'attività ludica è essenziale alla vita dei bambini. Essa necessita di tempo, luoghi e materiali (anche di recupero e di facile reperibilità in casa) ma soprattutto di stimoli e rispetto da parte degli adulti. I bambini hanno anche bisogno di giocare con gli adulti perché è questa la modalità più consona alla comunicazione con gli adulti. Attraverso il gioco condiviso possiamo conoscere i nostri bambini, alimentare la loro curiosità e fantasia ma soprattutto possiamo mantenere intatto quella parte infantile ancora viva in noi e che permette di comprendere i bisogni dei bambini. Divertendoci con loro è possibile rendere ricca la relazione con i figli e tenere vivo il nostro Io Bambino, la parte ricca e creativa di noi stessi. Il gioco si apprende soprattutto osservando gli adulti, come il linguaggio, esso si costruisce nell'interazione con le figure di riferimento. Per i bambini tutto può diventare gioco purchè sia caratterizzato dal piacere, dalla curiosità, dalla totale mancanza di finalità (almeno da parte del bambino). Il gioco è piacere di stare insieme, manipolare oggetti e materiali, provare a far succedere ed osservare le reazioni degli altri e degli oggetti. Esso è per il bambino l'attività più seria ed importante. Con la crescita e l'identificazione nel ruolo sociale di ragazzo e poi adulto si tende a perdere il carattere di giocosità dell'attività ludica, il gioco si svolge per distrarsi o per vincere. La differenza apparente fra gioco dei bambini e gioco degli adulti potrebbe indurre a pensare che non è facile giocare insieme. Eppure l'adulto ha spesso ricordi ed esperienze molto interessanti rispetto a questo ambito e facilmente può tornare un po' bambino.

Le ricerche¹ ci dicono che i genitori italiani passano, rispetto ai genitori di altri paesi europei, meno tempo con i figli. La tipologia e la qualità del gioco fatto con i figli è diversa, sempre più si guarda insieme la televisione o il computer, si gioca ai videogiochi e sempre meno si gioca a pallone o alle bambole. Probabilmente presi dalla frenesia della routine quotidiana è difficile trovare il tempo per stare con i piccoli, ma è anche problematico per alcuni genitori “lasciarsi andare” divertendosi veramente con i figli. Probabilmente anche in passato non era così semplice per i genitori, una serie di altri familiari e parenti giovani o meno giovani sopprimevano data la molteplicità e varietà della rete relazionale delle famiglie venti e più anni fa.

I genitori italiani sembrano consapevoli che il dedicare tempo ai bambini sia una parte importante del loro ruolo, tanto che nella ricerca citata hanno fornito una versione diversa dai loro figli rispetto al tempo di gioco con i loro figli. I padri e le madri hanno riferito di dedicare ai loro figli per attività svolte insieme oppure per il gioco in maggioranza fra 1 ora e 30 minuti (il 67% dei genitori), solo il 18% hanno esplicitato di stare con i loro bambini 15 minuti al giorno. Diversa, e considerata più

¹ Ricerche dell' European Psychoanalytic and Psychodynamic Association

veritiera, la posizione dei loro figli. In definitiva i papà e le mamme italiane stanno in media 15 minuti al giorno con i loro figli per parlare, giocare o svolgere semplici attività insieme.

Seppure gli altri paesi europei dimostrino maggiore attenzione allo stare insieme ai bambini, sono profondamente cambiate le modalità dello stare insieme, che si connota sempre più come lo stare “accanto” ai figli per vedere la televisione o il computer. Sempre meno genitori e figli svolgono giochi di ruolo (soldatini o personaggi), di costruzione (dall’uso delle costruzioni di vario genere al creare un oggetto) o intellettivi, come i classici giochi da tavolo.

Lo stato di fatto, la mancanza di tempo e di energie, per stare con i bambini in modo attivo influenza diversi su molti aspetti la relazione genitori/figli.

Potremmo, sinteticamente, dire che per i bambini giocare, e svolgere attività, con gli adulti di riferimento significa:

- comunicare e rielaborare le esperienze vissute;
- poter osservare modelli di comportamento sociale, emotivo, cognitivo apprendendo strategie d’azione e logiche;
- arricchire la trama narrativa e linguistica
- ampliare le modalità e le tipologie di attività ludica e di comportamenti adeguati al contesto;
- usufruire di uno spazio di condivisione delle emozioni con l’adulto, in cui sentirsi ad un livello quasi paritario con l’altro (ribaltando momentaneamente, e in situazione protetta, i ruoli e le funzioni):
- apprendere i ruoli e le funzioni sessuali, elaborando sentimenti contrastanti tipici della relazione con i genitori;
- imparare comportamenti ed attività attraverso il fare con l’altro (ad esempio come si coltiva una piantina o si apparecchia).

Per il genitore giocare e svolgere attività con il proprio figlio significa:

- entrare in sintonia con il mondo del proprio bambino e stimola un sano e più efficace attaccamento affettivo con il proprio bambino;
- divertirsi con i figli, lasciare fuori di casa il ruolo dell’adulto impegnato e mantenere viva la propria parte infantile e creativa;
- conoscere sempre meglio i bisogni dei bambini e ampliare le proprie capacità di empatia (riconoscere le emozioni, identificare i sentimenti, sentirsi partecipe dei vissuti dell’altro, identificare e rispondere ai bisogni emozionali...);
- avere occasioni diverse per comunicare e passare messaggi di diverso tipo;
- essere un modello più consapevole di comportamenti e reazioni;
- rielaborare i modelli che inconsapevolmente ci sono stati trasmessi e che possono ostacolare il rapporto con i nostri piccoli;

Il gioco può facilmente diventare una forma terapeutica per gli adulti che possono, in quei momenti, riprendere in mano la loro creatività e gioia di vivere, risperimentando il divertimento fine a se stesso e il piacere di stare con l’altro.

Le caratteristiche del gioco, sempre, e in particolare fra genitori e figli sarà caratterizzato da alcuni fattori essenziali:

- ◇ Si gioca se e quando fa piacere; non si gioca per forza. Il genitore stanco che rientra dal lavoro potrà dire al proprio bambino che ha bisogno di riprendersi per un po’ prima di giocare esplicitando il piacere di stare con lui ma anche la fatica.
- ◇ Il gioco si modifica con l’età dei bambini e sarà naturale che ad un certo punto un tipo di attività molto amata precedentemente non attira più vostro figlio.

Maria Antonietta Simeoli per La Giostra

© *Fondazione Apostolicam Actuositatem*. Nessuna parte del documento può essere riprodotta, in qualsiasi forma o mezzo, senza citare la fonte (autore, rivista, sito e casa editrice)

- ◇ Il gioco è di tutte e età, possiamo giocare anche con il neonato e provare piacere insieme a lui.
- ◇ Tutti i giocatori saranno parte attiva, quindi nessuno guarda ma ognuno ha il suo ruolo nel gioco.
- ◇ Il gioco non ha bisogno di premi e risultati, dove siano necessari saranno simbolici mai oggetti di valore o denaro (meglio monetine di plastica, sticker, stelline....).
- ◇ Nel gioco ognuno sceglie il proprio ruolo e che cosa vuole fare.

B. Bettelheim sosteneva che il gioco del genitore con il bambino richiede alcune particolari cure:

- dedicare tempo, spazio, libertà di movimento e di scelta al gioco;
- lasciare che il bambino giochi come desidera, senza interromperlo (a meno che non vi sia un pericolo imminente) anche se a noi il gioco non piace o ci sembra inutile (non esistono giochi “inutili” o meno utili di altri);
- il vero gioco non richiede risultati particolari, deve essere piacere di sperimentare e sperimentarsi;
- è necessario avere pazienza, non mettere fretta al bambino e non correggerlo poiché nel gioco nulla è giusto o sbagliato di per se stesso, posso non conoscere o cercare di modificare le regole ma non c'è desiderio di sbagliare nel bambino;
- non proibire giochi, eventualmente aiutiamo i bambini a conoscere gli eventuali pericoli (non spaventiamoci se usano le armi giocattolo o se si creano le armi con materiali di tipo costruttivo (nessuno è diventato un delinquente per aver giocato così!);
- è necessario avere voglia di giocare, superando la paura di “scendere” dal ruolo di adulto o il timore di non saper fare. Ognuno sceglierà di svolgere l'attività in cui si sente più a suo agio, in seguito facilmente il bambino vi chiederà di ripetere proprio quel tipo di esperienza.

QUALI TIPOLOGIE DI GIOCO POSSO SVOLGERE CON I MIEI BAMBINI?

- **Giochi motori e fisici**, come la lotta, la corsa, il calcio, ballare, saltare, arrampicarsi. Non abbiate paura dell'aggressività e della rabbia che i bambini possono esprimere in questo tipo di attività, è il modo più sano per farla uscire e canalizzare!
- **Giochi con l'acqua**, al mare ma anche in casa (con una certa organizzazione), con giochi galleggianti ma anche imbuti, bottiglie, bicchierini di plastica...Si tratta di un gioco che ha un vero potere rilassante per adulti e bambini I bambini riescono a mantenere l'attenzione per lungo tempo su questo tipo di gioco per cui, nella vasca da bagno o sul terrazzo d'estate, vi possono aiutare a superare momenti di noia o di crisi
- **Giochi di ruolo**, dal semplice gioco di imitare gesti quotidiani che i bambini svolgono dai 18 mesi in poi, a giochi più complessi come quelli interattivi sono adatti a tutti e sono la gioia di qualsiasi bambino. All'età della scuola dell'infanzia amano fare la spesa, giocare alla scuola, andare dal pediatra...cioè ricordare-rielaborare azioni quotidiane. Nei giochi di ruolo rientrano anche i giochi con i personaggi (robot, soldatini, animaletti di plastica o peluche). Si tratta quindi di giochi che presentano una trama di tipo narrativo.
- **Giochi con i libri**, come le letture o le narrazioni ma anche le fotografie della vostra famiglia d'origine e le storie familiari. Trasmettere il sentimento delle proprie radici insieme a molto altro.

Maria Antonietta Simeoli per La Giostra

© *Fondazione Apostolicam Actuositatem*. Nessuna parte del documento può essere riprodotta, in qualsiasi forma o mezzo, senza citare la fonte (autore, rivista, sito e casa editrice)

- **Giochi costruttivi**, come grandi o piccolissime costruzioni, in base all'età e capacità dei bambini. In commercio si trovano giocattoli di questo tipo a costi diversi, generalmente alla portata di tutti. Il gioco costruttivo è anche quello che si attua con materiali di recupero. I bambini dai tre/quattro anni fino alla scuola media amano costruire, incollare, tagliare, martellare, segare...Esistono moltissime possibilità adatte a tutte le età. In questo senso internet è una fonte di tantissime idee e consigli.
- **Giochi di società**, come monopoli, memory, gioco dell'oca, puzzles...Anche qui la gamma è molto vasta, si possono realizzare insieme ai bambini utilizzando immagini di giornale e fotografie o disegni. E' un gioco generalmente più semplice per gli adulti perché legato a regole codificate precise e conosciuto. Anche il papà che evita di mettersi a terra per giocare con il proprio bambino, non avrà timore di giocare con una tombola.
- **Giochi espressivo-creativo**, come disegnare, dipingere manipolare materiale, comporre con la carta...Si tratta di situazioni che facilmente potranno riportarvi mentalmente alle vostre esperienze scolastiche, ma non è necessario saper disegnare per essere giocatori con i bambini. Fatevi condurre dai piccoli, vi insegneranno moltissimo. Anche in questo caso il web può essere di grande aiuto per stimolare la vostra fantasia. Non abbiate paura di sporcarvi o di sporcare, una tela cerata da pochi euro, un grembiule da cucina possono essere necessari per evitare pasticci.
- **Giochi con la lingua**, come filastrocche, poesie, ricerca di rime, assonanze, suoni onomatopeici. Esistono giochi specifici in cui si ricercano parole (ad esempio il paroliere) che possono stimolare la ricchezza del vocabolario e l'apprendimento della letto-scrittura.
- **Giochi musicali e canori**, invenzioni di canzoni, costruzione di strumenti con materiali di recupero, creazioni di semplici percussioni.
- **Giochi con le carte e giochi logici**, pur essendo giochi di società hanno funzioni specifiche di tipo matematico. Sono i classici giochi in cui potete coinvolgere anche nonni e persone anziane. Esistono tipologie di gioco differenti ed adatte alle diverse età. Le classiche carte da gioco della tradizione sono più adatte dalla seconda/terza classe elementare in poi quando il calcolo mentale è già avviato, i bambini apprendono con una certa facilità anche il gioco della dama (o giochi simili) intorno ai 5/6 anni e gli scacchi verso gli 8/9 anni. Ricordate che molto dipende dalle caratteristiche cognitive di ogni singolo bambino.

QUALCHE CONSIGLIO PRATICO PER MAMMA E PAPA'

- Giocate con piacere e gioia, appagherà anche voi e farà bene al rapporto familiare. Non giocate per dovere.
- I bambini hanno diritto ad avere preferenze, come l'adulto del resto. Rispettate i loro gusti, le scelte e la crescita individuale.
- Quando giocate con i bambini spegnete televisione e computer, eviterete di distrarvi e vi coinvolgerete di più.
- Osservate il vostro bambino mentre gioca, vi sorprenderete per la ricchezza e creatività del suo fare ludico, sarà più semplice comprenderlo anche in altre situazioni.
- Lasciate che sia il bambino a giocare non anticipate o aiutatelo troppo, ma dategli tempo e aspettate che chieda aiuto. Non scoraggiatelo e ricordate sempre che si gioca per giocare e non per vincere. In questo senso il gioco insegna a superare la sconfitta e la frustrazione.
- Se avete poco tempo e molto da fare potete farvi aiutare dai bambini in modo da avere qualche minuto in più per giocare con il piccolo e lui sarà ben felice di collaborare con la prospettiva di

Maria Antonietta Simeoli per La Giostra

© *Fondazione Apostolicam Actuositatem*. Nessuna parte del documento può essere riprodotta, in qualsiasi forma o mezzo, senza citare la fonte (autore, rivista, sito e casa editrice)

stare un po' con voi. Potete coinvolgere i bambini facendo diventare un gioco semplici attività, far finta di essere i cuochi di un ristorante che preparano per i clienti, apparecchiano, cucinano, servono sparecchiano.

- Privilegiate il gioco con materiali o giocattoli , rispetto ai giochi elettronici, almeno fino alla conclusione della scuola elementare. I giochi al computer oppure elettronici "ipotizzano" i bambini ma lo rendono solo ed esposto a rischio di dipendenza. Il computer va sempre usato insieme, in modo che delimitare i possibili rischi.

ANCORA QUALCHE IDEA PER GIOCARE CON IL VOSTRO BAMBINO

- Che animale sei? Disegniamo la mamma come un..., il papà come... (ogni familiare disegna la sua famiglia).
- Giochi con intrecci di fili (tessiture, trame).
- La scatola dei messaggi, realizziamo una scatola colorata in cui mettere messaggi per gli altri familiari. Ogni tanto ricordiamo di aprirla per cercare i messaggi destinati ad ognuno . Se avete bambini piccoli il colore del foglio sarà diverso in base al destinatario.
- Inventiamo storie partendo da un'immagine o fotografia.
- Ogni bambino o adulto sceglie un personaggio delle fiabe o dei cartoni animati. Con i diversi personaggi si costruisce una storia tutta nuova.
- Costruire marionette.
- Gioco dello specchio.
- Disegna un sogno.
- Disegna un desiderio.
- Lettera per un amico /amica da consolare (o anche disegno).
- Creare macchie con la piegatura del foglio o con la china soffiata con una cannuccia ed inventare una situazione, contesto, storia.
- Travasi di materiali.
- Giochi con acqua e sapone.
- Il gioco dei mimi.
- Piantare semi e bulbi.
- Il gioco delle rime.
- Il gioco delle parole concatenate, dopo che il primo giocatore ha indicato una parola il secondo cercherà una parola che inizi con la sillaba con cui finisce quella del primo giocatore. SI continua così (gioco particolarmente adatta ai bimbi che devono apprendere a leggere e scrivere o che presentano problemi di dislessia).
- Costruzione di una tana (tenda degli indiani, tana sotto il tavolo).
- Creazioni di maschere mostruose.
- I piccoli abitanti della terra (lombrichi, vermi, insetti...) da osservare.

Maria Antonietta Simeoli per La Giostra

© *Fondazione Apostolicam Actuositatem*. Nessuna parte del documento può essere riprodotta, in qualsiasi forma o mezzo, senza citare la fonte (autore, rivista, sito e casa editrice)