

ADOTTARE IN CILE
UN LUNGO CAMMINO PER DIVENTARE FAMIGLIA

GUIDA PER I GENITORI



DIPARTIMENTO PER LE ADOZIONI
SERVIZIO NAZIONALE DEI MINORI

Aprile 2010

INTRODUZIONE

Il Servizio Nazionale dei Minori (Sename), al fine di contribuire in via definitiva al perfezionamento della gestione del Programma di Adozione, per disposizione della Legge N° 19.620, ha elaborato questa guida indirizzata a coloro che hanno già accettato di affrontare la sfida a esercitare la paternità/maternità adottiva di bambini con più di tre anni e che per la complessità del processo che vivranno con loro, necessitano di elementi di orientamento.

Su questa linea, l'idea è di migliorare lo svolgimento del ruolo genitoriale dei padri e delle madri all'inizio dell'adozione e durante il periodo dell'adattamento nonché l'integrazione del bambino(a) al loro nuovo ambiente familiare, al fine di garantire l'esito positivo delle adozioni.

Con un approccio realistico per esperienze dirette, questo documento pretende di contribuire affinché i genitori adottivi vivano il processo che iniziano avendo l'informazione necessaria sui comportamenti più frequenti dei bambini, presentata in modo semplice e con esempi illustrativi presi dalla pratica quotidiana in questo ambito.

Inoltre, tenta di essere un apporto per facilitare la comprensione delle condotte e dei comportamenti dei bambini e le loro cause, in modo che, a partire da detta conoscenza, possano attuare strategie di guida che permettano loro di agire opportunamente ed efficacemente nel complesso e bellissimo compito di essere padri e madri adottivi.

Questa guida, applicabile tanto all'adozione nazionale come a quella internazionale, è stata elaborata dall'assistente sociale Marisol Venegas Monares, sulla base dell'esperienza acquisita nell'Unità di Adozioni Metropolitana del Sename.

INDICE GENERALE

<i>ARGOMENTO</i>	<i>PAGINA</i>
La valutazione	4
Prima dell’abbinamento	5 – 6
L’abbinamento	7 – 8
Cose importanti da considerare nell’abbinamento	9 –11
Aspetti pratici nel post abbinamento	12
Le paure ed i timori dei futuri genitori	13
Le paure ed i timori dei futuri figli(e)	14
 Comportamento dei bambini adottati in Cile	
1. Bambini con appetito vorace	15—16
2. Bambini che non vogliono uscire in strada	17 – 18
3. Bambini regressivi	9 – 20
4. Bambini che si avvicinano solo a uno dei genitori	20 – 22
5. Bambini che evitano il contatto fisico	2 – 25
6. Bambini che fanno le bizzes	25 – 27
7. Bambini che nascondono il cibo	28 – 29
8. Bambini che mettono a prova i limiti	29 – 31
9. Bambini con difficoltà nell’attaccamento	32 – 34
10. Bambini che non vogliono andarsene dall’istituto o chiedono di tornarci	34—35
11. Bambini che cercano di compiacere sempre l’adulto	36 – 37
12. Bambini che temono un nuovo abbandono	37 – 38
13. Bambini che mentono	39 – 40
14. Bambini che ricordano la loro vita passata	41
15. Bambini iperattivi	42 – 43
16. Bambini perfezionisti	44 – 46
 Altre considerazioni importanti	
Routine, routine, routine	47
Evita la parola abbandono	48
Rivelazione: un compito necessario	48 – 49
La depressione post adottiva	49 – 50
Affrontare la depressione post adottiva dei genitori adottivi	50 – 51
Adottare un fratello	51 – 52
Gelosie e rivalità tra fratelli	52 – 53
E’ l’età o è l’adozione?	53 – 54
 Allegati	55 – 60
Autore e traduttore	61
Preambolo Convenzione dell’ Aja	62
Lettera Presidente pro I.C.Y.C.	63

LA VALUTAZIONE

" Siamo passati attraverso molte valutazioni, colloqui, raccolta di documenti, partecipazione a corsi e laboratori. Abbiamo fatto tutto quello che ci è stato richiesto. Non solo vogliamo dimostrare che vogliamo essere buoni genitori, ma anche che faremo tutto il necessario per riuscirci. Adesso che finalmente consegniamo la nostra cartella, speriamo che la nostra attesa sia molto corta ".

Il periodo della valutazione dell'idoneità è centrato nel determinare le caratteristiche dei futuri genitori ed escludere quei richiedenti che, per diverse ragioni, non potrebbero svolgere in maniera competente la paternità adottiva. A sua volta l'adozione è orientata a dar risposte alle necessità dei bambini/e che si trovano istituzionalizzati e/o alle situazioni d'abbandono, con il fine di restituire il loro diritto violato di vivere in famiglia. Questo a volte risulta difficile da accettare dai richiedenti l'adozione, che naturalmente sono concentrati nel soddisfare le loro necessità di essere genitori.

Nonostante lo stress che significa per i postulanti attraversare il percorso della valutazione, per l'incertezza di essere o non essere adatti, è gratificante per loro iniziare questo processo, poiché sentono che stanno "facendo qualcosa" per ottenere i risultati sperati.

Dopo la consegna della documentazione, costa loro enormemente assumere un ruolo passivo e sono soliti vivere la tappa d'attesa come "una montagna russa di emozioni", con stati d'animo che vanno dall'euforia alla calma, passando per la rabbia, l'impotenza, la frustrazione e la delusione per tutto quello che implica un ritardo impossibile da precisare e che, in alcuni casi, può durare alcuni anni. E' normale che la coppia si domandi se ha scelto bene l'organismo per l'adozione o il paese, sorgono sospetti verso i professionisti che seguono il "loro caso", sul procedimento e sul sistema in generale. Ciò aumenta per la grande quantità di informazioni che scambiano con altre coppie, per il fatto che l'attesa è stata più corta con un altro organismo o sistema e/o che, in un paese di residenza o nell'altro è più facile adottare. Tutto questo inevitabilmente genera in loro un'angoscia maggiore.

Questa tappa, inoltre, è molto estenuante, visto che nelle fantasie di chi postula sono presenti pensieri che suggeriscono che, dopo tutto quello che hanno atteso per essere genitori, adesso "cambierà la fortuna e sicuramente avranno molto presto dei risultati". Quando questo non succede, tornano ad innescarsi i dubbi sorti durante la ricerca del figlio biologico, la domanda se ci riusciranno un giorno e la sensazione di non aver avanzato per niente, arrivando anche a concludere "continuiamo soli come prima".

Per affrontare questa tappa che "trascorre tanto lentamente", ogni coppia sviluppa le proprie strategie con l'obiettivo di renderla il più sopportabile possibile. Alcuni si dedicano a viaggiare, continuare nello studio, approfondire l'ambito spirituale o a realizzare qualunque altra

attività che eviti che la vita giri solamente intorno all'adozione.

SUGGERIMENTI PRIMA DELL'ABBINAMENTO

Investite tempo ed energia nella vostra relazione di coppia ed avvicinatevi di più alla vostra famiglia. E' un buon momento per riaffermare la vostra relazione di coppia e godere del tempo che condividete insieme. Si deve tener presente che il convertirsi in famiglia porta con sé un cambio importante nella dinamica della relazione di coppia, per cui più solida sarà, più facile sarà per entrambi affrontare questa tappa e le sue esigenze.

Condividete con la vostra famiglia allargata e con i vostri amici, appoggiatevi a loro nei momenti di attesa e preparateli poco a poco all'arrivo del bambino/a, visto che saranno i vostri referenti e principali fonti d'aiuto. Non sempre gli amici appoggiano il progetto adottivo, visto che in molte persone e nella società in generale ancora esistono paure e pregiudizi sull'adozione. In questo caso, cercate di prendere distanza dai commenti negativi ed abbiate fiducia nel vostro progetto. Non c'è miglior forma di abbattere i miti che vivere questa esperienza. Con l'arrivo di vostro figlio(a) vedrete come i pregiudizi cadranno e gradualmente persino il più reticente inizierà a volergli bene ed accettarlo come parte della famiglia. Se avete già dei figli, dedicate loro una grande dose di tempo ed affetto. Preparateli per l'arrivo di un nuovo fratello e valutate come affrontare le possibili gelosie.

Mantenetevi sani, alimentatevi bene, fate esercizio fisico e cercate di essere in buone condizioni fisiche ed emotive. Non lasciate che l'angoscia e l'incertezza dell'attesa si appropriino di voi, poiché anche se sono sentimenti propri dell'attesa, esauriscono emotivamente. Quando vostro figlio(a) arriverà, dovrete essere preparati ed in forma, specialmente tenendo presente che essere padre o madre richiede un grande sforzo fisico (prendere in braccio un bambino di vari chili, accucciarsi molte volte al giorno, correre per raggiungerlo, giocare a lungo a palla o correre nel parco, ecc.). Ora avete tempo per fare sport o iscrivervi ad una palestra come forma sana per diminuire l'ansia e lasciar passare il tempo.

Informatevi sui temi che vi possono essere utili nella vostra genitorialità, perché è un modo molto utile di prepararsi. Cercate informazioni nei libri o su Internet sui temi che possono aiutarvi nel vostro impegno come papà e mamma, come l'attaccamento, le tappe che vivono le famiglie adottive, le tappe dello sviluppo del bambino, l'educazione, dati sul paese di residenza del bambino(a) che adatterete. L'informazione che troverete vi aiuterà non solo a conoscere la paternità/maternità dal punto di vista teorico, ma anche a mettervi in situazioni ipotetiche ed aumentare la vostra fiducia personale.

Occupate il vostro tempo nell'adempiere i vostri obblighi, visto che quando vostro figlio(a) arriverà vi mancherà tempo per fare tante cose anche importanti, come fare checkup medici, andare dall'oculista, dal dentista, dal ginecologo, ecc. Se potete, anticipate il lavoro, accumulate ferie. Aggiustate la casa per l'arrivo del bambino(a), organizzate lo spazio fisico dove lui o lei dormirà, ordinate gli armadi, fate la lista delle cose da fare; così il tempo d'attesa passerà più in fretta..

Datevi tempo per realizzare con tranquillità i vostri passatempi preferiti come leggere un buon libro, andare al cinema o al teatro, prendersi un caffè, andate a ballare con gli amici. Godete del piacere di alzarvi tardi, di uscire per andare a mangiare, di viaggiare. Con l'arrivo di vostro figlio(a) tutto il tempo sarà dedicato a lui o lei ed alle sue necessità, per cui sarà più difficile godere di questi piccoli piaceri.

Apprendete dall'esperienza degli altri. Se state attendendo il vostro primo figlio(a), passate qualche fine settimana con i vostri nipoti o con amici che abbiano figli. Questo vi servirà per farvi un'idea più chiara di quello che significa convivere con loro, imparare alcuni segreti e sviluppare destrezza ed abilità. Partecipate ai corsi sull'adozione e prendete contatto con famiglie adottive, così potrete condividere esperienze e strategie di confronto.

Non vi ossessionate e mantenete la calma. Dare mille giri allo stesso tema, spazientirsi e soffrire per l'attesa non farà in modo che vostro(a) figlio(a) arrivi prima. Abbiate pazienza, fede e fiducia che vostro figlio(a) arriverà nel momento appropriato e che, tenendolo tra le vostre braccia, scorderete i brutti momenti e vi renderete conto che l'attesa valeva la pena.

L'ABBINAMENTO:

“Abbiamo atteso tanto quest’incontro. Rimangono indietro tutti i tristi momenti vissuti, i dolorosi ed estenuanti procedimenti medici per divenire genitori biologici di un bambino che non è mai arrivato. Questi momenti hanno causato allontanamento nella relazione di coppia, pena, frustrazione, rabbia e disperazione ad ogni mese in cui “la cicogna” non arrivava in casa nostra. Passato ormai quel tempo dobbiamo riconoscere che anche quel percorso è stato un apprendimento, un viaggio pieno di arricchimenti personali e familiari che ci ha insegnato ad affrontare la vita e la genitorialità in una maniera diversa e ci ha aperto il cuore per ospitare un bambino non generato ma ugualmente amato ed atteso.

Dopo tanta carta, valutazioni, terapie ed attesa, finalmente siamo pronti per continuare ad avanzare nel cammino di diventare una famiglia. Un bel giorno ci hanno avvisato che saremmo stati genitori di un bambino nato in Cile, un paese del quale conoscevamo poco e che ora morivamo dalla voglia di conoscere. Un paese che ameremo per tutta la vita e che è già parte della nostra storia.

Abbiamo preparato le valigie e siamo ansiosi. Speriamo di non esserci scordati niente. Vogliamo arrivare presto ad abbracciare nostro figlio e donargli tutto il nostro amore che abbiamo custodito per lui durante tanti anni.

Come sarà il conoscerlo personalmente?... Che si sentirà abbracciandolo?... Gli piaceremo?... Ci piacerà?...”

E' naturale e auspicabile creare nella nostra immaginazione immagini di come sarà il momento in cui conosceremo chi può diventare quel figlio tanto atteso. Queste aspettative sul momento dell'abbinamento o dell'incontro con il bambino possono essere poco realiste. Può darsi che un giorno sarà ricordato come il più felice delle vostre vite o come un momento frustrante e deludente.

Mentre voi avete destinato molto tempo nel prepararvi per questo momento e sentite questo bimbo come il vostro, il bambino ha avuto una preparazione di alcuni mesi, il che non è sufficiente ad incorporare in lui il concetto di famiglia, pur identificandovi e chiamandovi papà e mamma. Visto che è un bambino grande (probabilmente maggiore di cinque anni) ha memoria e ricordi del suo passato biologico, così come ha coscienza del suo abbandono e dell'istituzionalizzazione. La sua visione di famiglia, è senza dubbio condizionata da queste influenze precedenti e la fiducia verso il mondo degli adulti può essere spezzata.

E' fondamentale stabilire un poco alla volta una relazione basata sulla fiducia perché il bambino possa "adottarvi come genitori". E' importante non perdere di vista che, come ogni relazione, quella tra genitori e figli adottivi è una costruzione d'amore che si genera per mezzo della condivisione di esperienze e giorno per giorno.

Durante l'incontro, allora, possiamo trovarci con un bambino che reagisce molto affettuosamente e che vuole solo andare a casa a vivere con voi, ma possiamo anche trovarci con un bambino che vi respinge apertamente, che piange o che ha espressioni di molta angoscia nel momento. Come reagisca il bambino alla vostra presenza non è un segnale di come sarà la relazione che avrà con voi nel tempo. Se vostro figlio reagisce in una maniera che non vi aspettavate, non lo prendete come un rifiuto verso di voi. Lui o lei deve imparare ad aver fiducia in voi per donarvi il suo affetto.

In base a ciò, è bene tener presente che non possiamo esigere dal bambino dimostrazioni di affetto o vicinanza fisica. Dobbiamo rispettare la distanza che lui imponga e costruire le strategie necessarie perché interagisca con noi, rispettando i suoi tempi.

ASPETTI IMPORTANTI CHE SI DEBBO NO TENER IN CONTO NEL MOMENTO DELL'INCONTRO.

Dobbiamo portare un giocattolo al bambino.

Nel momento dell'incontro è sempre positivo portare un giocattolo, il più semplice possibile, che possa canalizzare le angosce del momento e servire da ponte tra voi ed il bambino(a), facilitando l'interazione.

Una famiglia spagnola, nel momento dell'incontro, ha portato a loro figlio alcuni giochi musicali, peluche ed una piccola palla. Il bambino ha reagito molto timidamente, tra l'altro non ha voluto che la "tia" (precettrice) dell'"hogar"(istituto) in cui si trovava lo lasciasse solo con i suoi genitori e non ha prestato la minima attenzione a quei nuovi giochi che gli avevano portato.

La coppia allora si è seduta in terra ed ha iniziato a giocare lanciandosi la palla tra loro. Quando il bambino era concentrato sul gioco dei due, gli hanno lanciato la palla e lo hanno incitato a tirarla nuovamente.

Questo semplice gioco ha permesso al bambino ed ai genitori di rilassarsi. Dopo un poco il bambino ha iniziato a sentirsi più a suo agio ed è finito a ridere fragorosamente.

Dobbiamo dire al bambino alcune semplici frasi in spagnolo.

Se non parlate spagnolo, imparate alcune frasi corte in questa lingua perché vostro figlio si rilassi e capisca il vostro desiderio di comunicare con lui. Frasi come "Hola. Nosotros somos tus papás", "Te esperamos mucho tiempo", "Vamos a pasarlo muy bien juntos" facilitano un buon inizio.

Comunque è importante che queste frasi siano precedentemente selezionate con il rappresentante del organismo accreditato che vi rappresenta, con il traduttore o con un professionista del Sename, poiché alcune parole non sono di uso comune in Cile.

Tra le frasi imparate da una coppia Norvegese da dire a loro figlio c'era "Eres un hijo fantástico", cosa che il figlio non ha potuto capire completamente perché non era familiarizzato con la parola "fantastico".

Dobbiamo mantenere il controllo delle nostre emozioni.

Nel momento dell'incontro, gli adulti debbono mantenere il controllo in ogni momento poiché gli eccessi emotivi, per quanto legittimi e comprensibili che siano, non sono ben capiti dai bambini. Per l'età e per le esperienze di vita, i bambini associano il pianto con la pena e non con l'emozione. Mostrarsi integri, forti, sicuri e allegri, dona sicurezza a vostro figlio, non dimenticando che in quel momento probabilmente lui può aver paura, angoscia, rabbia e sentimenti contrastati per dover lasciare l'Hogar o la famiglia affidataria che al di là degli affetti che possa

sentire verso questi, sono il suo unico riferimento conosciuto.

Dobbiamo essere empatici.

L'empatia è fondamentale per essere un buon padre e una buona madre. Per mezzo di essa possiamo capire il bambino mettendoci al suo posto e sarà più facile essere tolleranti alle reazioni ostili che questi possa presentare. Per rendere quest'incontro una buona esperienza, al di là di qualunque risultato preliminare, la coppia dovrà possedere la sufficiente maturità emotiva e sostenersi reciprocamente, cercando inoltre di mantenere in ogni momento un atteggiamento positivo, con la premessa che accada quel che accada "riuscirò a far in modo che mio figlio mi accetti".

Una volta c'è stato un incontro in cui niente è andato bene: il bambino ha mostrato un aperto rifiuto verso i suoi genitori, non ha voluto allontanarsi nemmeno un centimetro dalla "tia" e non ha accettato alcun contatto fisico con i suoi nuovi genitori. Quando è arrivato il momento in cui il bambino doveva decidere se andare con i suoi genitori o no, si è messo a piangere sconsolato.

La madre adottiva, davanti a quella reazione, ha perso il controllo e non potendosi contenere, si è messa a piangere con lui. Il padre deciso, lo ha preso in braccio e ha detto a tutti: "Me ne vado con mio figlio", intanto il bambino sgambettava e si afferrava con forza ai ferri della cancellata dell'hogar. Il papà, la mamma ed il bambino che gridava, sono saliti sul taxi che avevano noleggiato ed il piccolo ha smesso di piangere solo quando il veicolo si è allontanato dall'istituto.

Dopo di che, tutto è migliorato ed il bambino non ha avuto più simili reazioni. Questo caso ci insegna l'importanza che ha per il bambino che i genitori siano sicuri nella decisione di adottare e che gli dimostrino con i fatti il loro impegno incondizionato. Non si tratta di sottovalutare il dolore che può star sentendo il bambino e non lo si deve esporre a un'angoscia non necessaria, comunque, questo caso ci insegna che i genitori debbono ascoltare la loro intuizione nel momento di esercitare la loro genitorialità e prendere le proprie decisioni.

Dobbiamo rispettare la distanza fisica ed emotiva che il bambino ci impone.

A mo' di esempio, possiamo raccontare l'adozione di una coppia italiana: al momento dell'incontro il bambino è stato presentato ai genitori che lo hanno ricevuto con molto calore. Il bambino non li ha mai guardati in viso, nonostante rispondesse alle loro domande e si lasciasse abbracciare e baciare. Senza opporre nessuna resistenza e mostrandosi molto contento di andarsene con i suoi genitori, il bambino ha voluto mostrar loro il suo dormitorio.

In quel momento i genitori che erano molto ansiosi di abbracciarlo e baciarlo, non hanno rispettato il limite fisico che il bambino gli aveva imposto. Si è sentito soffocato e intimidito con questa dimostrazione d'affetto ed ha iniziato a piangere. In un atteggiamento apertamente

regressivo, si è gettato in terra ed ha iniziato a camminare gattoni; poi si è rifugiato in un piccolo angolo al lato di una stufa senza dire niente, respingendo ogni contatto. I professionisti dell'istituto hanno contenuto il bambino per 3 ore mentre i genitori piangevano.

Si è poi spiegata questa reazione come molto normale per un bambino che è cresciuto, praticamente tutta la sua vita, in un'istituzione.

Si è spiegato loro del suo timore al cambiamento e la positività del fatto che avesse radici ed un vincolo sano con il suo ambiente, perché questo dimostrava la sua capacità di attaccamento.

Comunque per loro la lettura era di una profonda tristezza e delusione, quando il bambino si è tranquillizzato, sono andati con lo psicologo dell'istituto in un ristorante, dove hanno parlato con maggiore facilità e spontaneità.

I genitori hanno guadagnato la fiducia del bambino e lui ha deciso di andare con loro in hotel. Nella prima visita di monitoraggio, il bambino si mostrava sicuro, affettuoso e vicino ai suoi genitori e, la cosa più importante di tutte, non guardava più in terra ma di fronte, sicuro di se stesso.

Dobbiamo mantenere una condotta comunicativa.

E' molto importante guardare il bambino negli occhi, parlargli tranquillamente e lentamente, sorridergli, ascoltarlo e fargli sapere che ci interessa molto quello che sta pensando e sentendo.

Dobbiamo portare una lista con i nostri dubbi di base.

Possono sorgere molti dubbi rispetto alle caratteristiche e alle condotte del bambino che state adottando. Vorrete sapere, tra le altre cose importanti, qual è il suo cibo preferito, che taglia di vestiti ha, se è allergico a qualche medicamento, se gli piacciono gli animali, ecc.....

La cosa migliore è mettere le domande per iscritto in un quaderno per non dimenticare qualcosa d'importante.

Prima di conoscere il bambino personalmente, dovrete avere un incontro con i professionisti dell'istituzione in cui si trova, momento in cui formulerete tutte queste domande.

E' importante tener conto che questo non è l'unico momento per risolvere i vostri dubbi, dato che i professionisti del Sename e dell'istituto in cui si trova il bambino saranno sempre disposti a rispondere a tutti gli interrogativi, nonostante che l'informazione sociale, medica, psicologica e legale del bimbo sia stata precedentemente inviata al paese d'origine per farla conoscere alla coppia adottante.

ASPETTI PRATICI DEL POST -INCONTRO.

Dovrete portare con voi un quaderno con i numeri telefonici importanti, specialmente quelli del rappresentante dell'Ente accreditato, dei professionisti del Sename e dell'istituzione in cui si trovava il bambino.

Dovrete portare sempre con voi una copia notarile dell'affido personale e/o dell'adozione del bambino.

Dovrete cercare di avere un cellulare durante la permanenza in Cile.

Dovrete lasciare il passaporto nell'hotel o in qualche luogo sicuro della casa o appartamento in cui risiedete. Una copia certificata davanti al notaio servirà per la vostra identificazione, in caso di necessità.

Dovrete avere poco denaro in contanti nel portafoglio, state attenti ai vostri effetti personali e non ostentare elementi come denaro, gioielli, macchine fotografiche o cineprese, tra la gente.

Dovrete mantenervi sempre in contatto con il rappresentante in Cile dell'organismo accreditato nel vostro paese.

LE PAURE DEI FUTURI GENITORI

La maggior paura dei genitori è in relazione ai sentimenti, i propri e quelli del bambino che adotteranno. Nell'adozione internazionale, queste paure crescono per tutto quello che è in gioco.

Da una parte, si tratta di coppie che, come tutte le coppie sterili, sono passate attraverso lunghi procedimenti medici e che, con molto impegno, sono riuscite a superare i rigorosi processi di valutazione per dimostrare la loro idoneità, investendo tempo e denaro in un progetto molto desiderato.

Che l'adozione fallisca, senza dubbi, è una grande perdita emotiva per la coppia, in quanto riattiva il processo del lutto già vissuto per l'infertilità.

La decisione di essere genitori è molto importante e deve essere genuina, responsabile, matura e fedele, riflesso di quello che onestamente sentono. I dubbi che si producono nel realizzare l'adozione sono molto normali. Non si è sicuri che il bambino da adottare sia quello giusto, poiché ancora non lo conoscono e ancora non lo amano.

Inoltre, l'assumere il ruolo di genitori può essere molto diverso da quello che immaginavano, probabilmente più intenso, con una maggior fatica fisica ed emotiva e una maggiore coscienza che, a partire dall'adozione, le loro vite e la loro relazione di coppia cambierà completamente.

Molte volte, i primi giorni, dopo aver assunto la paternità adottiva, hanno sentimenti contrastati. Da una parte arrivano al ruolo tanto desiderato, dall'altra debbono accettare che il loro figlio biologico alla fine non è arrivato.

Questo può essere molto destabilizzante se il lutto per l'infertilità non è stato risolto correttamente. Darsi tempo per conoscere il nuovo "arrivo" ed aver fiducia che in futuro potremo sviluppare verso lui/lei una relazione d'affetto, è parte del processo. In ogni caso i dubbi dovrebbero essere minimi.

Se realmente non si sentono in sintonia con le caratteristiche, con la storia o l'aspetto fisico del bambino che hanno davanti, è meglio prendere atto di questi sentimenti e farli conoscere ai professionisti del Servizio ed al rappresentante dell'organismo internazionale che li rappresenta prima di realizzare l'adozione legale.

Devono aver fiducia nella loro forza individuale e di coppia per affrontare questa nuova crisi. Come dice il detto, a volte è meglio "perdere che vincere".

LE PAURE CHE HANNO I FUTURI FIGLI O FIGLIE

I bambini e bambine adottati hanno solo una paura: essere abbandonati nuovamente. Questo timore intimo alberga nel più profondo dell'inconscio infantile.

Un bambino/a che è stato abbandonato, istituzionalizzato, gravemente maltrattato o abusato sessualmente, ha conosciuto il mondo attraverso il dolore.

I messaggi che ha ricevuto (anche nel ventre) sono stati di tristezza, rabbia, paura e di profondo rifiuto, il che in qualche modo gli fa assumere la convinzione "Non sono sufficientemente buono per essere amato, sono stato respinto ed abbandonato e lo sarò nuovamente".

Gli adulti sogliono non comprendere perché un bambino che ha l'opportunità di poter contare su una famiglia adottiva che lo ami, si comporta in malo modo.

Molte volte respingono l'affetto che gli si offre, arrivando spesso ad essere rude o aggressivo con i suoi genitori adottivi.

E' difficile capire che, pur essendo bambini molto piccoli, hanno la certezza che questi nuovi adulti, che dicono di voler essere suoi genitori, non meritano fiducia e che, così come lo hanno fatto altri adulti, che hanno violato la loro fiducia, anche questi lo abbandoneranno e feriranno.

Così il bambino utilizza come meccanismo di difesa ed incoscientemente, di anticipare questo rifiuto, abbandonando e ferendo lui per primo.

Questa convinzione del bambino è quella che si deve capire e chiarire durante il processo di messa a prova. Prima vive questa tappa meglio è, visto che implica un chiaro segnale che ha già acquisito fiducia sufficiente verso i genitori adottivi, che non debbono dimenticare, per quanto questo sia logorante, che questa è solo una tappa e che, come tale, ha un inizio ed una fine.

Si è soliti dire che il ciclo d'adattamento che vive un bambino adottato consta di tre tappe, la luna di miele, la messa a prova e l'integrazione.

Queste si presentano in forma continua, in pratica, sono cicliche e sogliono ripetersi con diversa intensità durante la vita del bambino.

L'appoggio e l'amore incondizionato tornano ad essere la chiave per risolverle positivamente.

COMPORTAMENTO DEI BAMBINI E BAMBINE ADOTTATI IN CILE

1. BAMBINI CON APPETITO VORACE



Durante i primi giorni di convivenza, molti bambini che sono stati dati in adozione hanno un appetito insaziabile, il che può essere associato a due ragioni diverse. In primo luogo, è possibile sia dovuto ad uno stato naturale di ansia in cui si trovano, visto che nonostante sono molto piccoli, capiscono che stanno vivendo qualcosa che cambierà radicalmente la loro vita. Non possiamo dimenticare che in pochi giorni hanno cambiato il luogo fisico che conoscevano e percepivano come stabile e sicuro, la routine dell'hogar in cui vivevano, smettendo di frequentare luoghi e persone che rendevano normale la loro vita come la scuola, gli amici e gli altri bambini dell'hogar, per trasferirsi in una realtà diversa.

Adesso vivono con chi dicono essere i suoi genitori adottivi, ma sono adulti che non conoscono ed in molti casi sono fisicamente differenti a loro, parlano un'altra lingua ed hanno abitudini molto diverse, compreso per quel che riguarda gli usi alimentari.

Inoltre in termini di spazio fisico, devono vivere provvisoriamente in un appartamento, casa o hotel, un ambiente molto diverso alla realtà che li ha circondati fino ad allora, con edifici, negozi e rumori ai quali non sono abituati.

Se ci mettiamo al loro posto, è una situazione di stress per qualunque adulto, molto di più per un bambino che non è capace di capire o esprimere quello che sta sentendo. Sommato a questo, sentono la "pressione" del divenire "bambini adottabili e amabili" per evitare di essere nuovamente abbandonati, il che genera un'enorme sentimento di incertezza rispetto al futuro.

Un'altra motivazione che influisce in questa condotta del mangiare senza controllo è l'opportunità. Nell'istituto i bambini hanno un'alimentazione completa e bilanciata, ma non molto varia ed è anche possibile che le quantità di alimento cui hanno avuto accesso in un qualche periodo della loro vita fosse limitata o scarsa.

Per questo motivo ci sono molti alimenti che non conoscono, soprattutto quelli che hanno un prezzo elevato o che possono essere considerati di lusso per un bambino di poche risorse economiche, che risultano molto attraenti per loro, soprattutto se ne hanno libera disponibilità e libero accesso.

Per tutto questo i bambini richiederanno di tempo per abituarsi ai nuovi sapori ed abitudini.

Che dobbiamo fare?

Nonostante che, il bambino che state adottando, si adeguerà ai nuovi orari, routine e gusti alimentari, è sempre bene conoscere il suo vecchio orario, in modo da conoscere le sue reali necessità in questo senso.

Inoltre come parte dell'informazione che i futuri genitori ricevono, ci saranno tutti gli antecedenti sulle condizioni di salute e sulle necessità nutrizionali, come, per esempio, se è sottopeso o sovrappeso o se ha qualche problema con qualche alimento.

Se si tratta di un bambino in sovrappeso o con qualche tipo di allergia a certi alimenti, si deve stare necessariamente più attenti alla sua alimentazione ed, entro certi limiti, avere accondiscendenza per i suoi gusti.

Tenendo in considerazione l'orario abituale del bambino, oltre al suo stato nutrizionale e di salute, nei primi giorni di convivenza si deve essere flessibili e tolleranti con le sue richieste. E' raccomandabile andare con lui al supermercato, permettergli di aprire il frigorifero per mangiare e provare ciò che desidera.

E' anche conveniente fare attenzione alle sue abitudini alimentari e dare l'esempio, evitando di comprare e consumare cibi fritti o di alto contenuto calorico, cercare di acquistare solo le piccole golosità che bastino per un giorno (biscotti, dolci, gelato, ecc.) e scegliere di riempire il frigorifero e la dispensa con prodotti sani, come frutta, verdure ed acqua minerale, invece di bibite e succhi.

Come adulti evitate di ingerire bibite alcoliche.

E' importante che il cibo non sia un tema rilevante per voi, né una fonte di tensione con il bambino durante i primi giorni di convivenza.

2.BAMBINI CHE NON VOGLIONO USCIRE IN STRADA.



Nei bambini Cileni è comune che durante le prime settimane di convivenza con i loro genitori adottivi non vogliano uscire dall'hotel, appartamento o casa che i genitori avranno affittato durante il loro soggiorno in Cile e preferiscano guardare la tv, giocare con il computer o con la play station, il che può essere molto sconcertante ed a volte fastidioso per la famiglia adottiva.

Molte volte, questo rifiuto di uscire da casa, si contrappone con il desiderio dei genitori adottivi che, generalmente, vogliono approfittare del loro viaggio in Cile per conoscere qualche luogo turistico del paese e, contemporaneamente, portarsi via ricordi, come fotografie e filmati, che permettano al bambino di aver presente il paesaggio del suo paese, la sua cultura e caratteristiche.

Questa situazione diventa ancora più complessa quando la coppia viaggia con un altro o altri figli, visto che questi tendono ad annoiarsi per un isolamento non desiderato e non capiscono cosa motiva il loro nuovo fratello a comportarsi così.

Tuttavia, per il bambino esiste il timore imminente di perdere quello che hanno raggiunto dopo tanto tempo, come l'aver una famiglia. L'essere in un luogo sconosciuto li fa sentire insicuri e fa affiorare il timore di perdersi o di perdere la nuova famiglia.

D'altra parte c'è in loro anche la necessità di vivere al massimo ogni momento insieme ai loro genitori adottivi e basta averli il più vicino possibile. Inoltre, il mondo che gli mostrate può sembrargli o essere molto vertiginoso, chiassoso e stressante, trovandosi a dover affrontare

improvvisamente il traffico di strada e luoghi molto affollati, come un centro commerciale o altri luoghi pubblici con grande presenza di gente.

Che dobbiamo fare?

Prima di tutto, dovete mettervi al posto di vostro figlio, per capire l'angoscia che sta vivendo e le sue necessità di essere assicurato e compensato per le tappe che non ha vissuto con voi.

E' importante rafforzare l'idea che voi sarete la sua famiglia definitiva e niente permetterà che questo cambi.

E' anche necessario insegnargli che ogni volta starete in un luogo sconosciuto deve stare insieme a voi e camminare per mano di mamma o papà.

E' bene spiegargli che se dovesse perdersi deve rivolgersi a un carabiniere (poliziotto) perché lo riaccomagni a casa. Si suggerisce anche di uscire a passeggiare ogni giorno allo stesso posto; si può camminare vicino a casa o andare a giocare in un parco vicino e, poco alla volta, esporlo a nuovi luoghi.

E' importante che le passeggiate si realizzino sempre alla stessa ora e che si ritorni a casa ogni giorno un po' più tardi, cercando di prolungare il periodo in cui si sta fuori.

Infine, approfittate del tempo in cui siete insieme a vostro figlio per realizzare attività in casa ed evitare che guardi troppo la tv o giochi esageratamente con i videogiochi, stabilendo un orario per queste attività.

Favorite per vostro figlio la realizzazione di attività che favoriscano la sua creatività e gli permettano di familiarizzare con la lingua.

Cercate di comprare giochi da tavolo, puzzle, giochi da montare, libri da colorare, materiali per stimolare la manualità, libri per insegnargli parole di base della lingua.

Siate creativi e ludici, proponendo a vostro figlio attività divertenti con cui possiate divertirvi, ridere e star vicini fisicamente.

3- BAMBINI REGRESSIVI.



Alcuni bambini adottati possono presentare diverse condotte di carattere regressivo.

Tra le più abituali c'è il succhiarsi il dito, far pipì a letto, gattonare, balbettare come un bebè o perfino chiedere di essere allattato da uno dei suoi genitori. E' opportuno segnalare che il bambino può dirigere questa richiesta indistintamente al padre o alla madre. A conferma di questa abitudine, abbiamo conosciuto il caso di un bambino di 8 anni che cercava di essere allattato dal padre, che, per le sue caratteristiche, risultava essere più vicino ed affettivo della madre.

La necessità di allattamento può essere uno shock per alcuni genitori e potrebbe confondersi con un atteggiamento sessualizzato o come un indicatore di abuso sessuale.

Tuttavia, se questo non è associato ad altre condotte e/o atteggiamenti che ci orientino in tal senso, non deve essere motivo di preoccupazione.

Per questo, i genitori adottivi devono conoscere ed accettare in maniera onesta la storia di vita del bambino che adotteranno, con i pro ed i contro, poiché se ci troveremo davanti un bambino con precedenti di abuso, è probabile che questi atteggiamenti, in un dato momento, appaiano. Comunque, tutti i bambini con esperienze traumatiche di abuso e/o maltrattamenti hanno ricevuto un debito trattamento terapeutico riparativo prima dello stato di adottabilità.

In generale, gli atteggiamenti regressivi sogliono essere ben accettati dai genitori adottivi, perché permettono loro di sperimentare tappe che non sono state vissute con i bambini, visto che l'adozione internazionale interessa in maggior parte bambini più grandi.

Che dobbiamo fare?

Dobbiamo assumere in ogni momento un atteggiamento d'accettazione e tolleranza e non dimenticare che le condotte regressive dei bambini rispondono alla loro necessità di compensare e rivivere tappe passate in cui sono stati collati, protetti e amati. Tuttavia per la loro storia d'abbandono e istituzionalizzazione, dette necessità non sono state debitamente soddisfatte.

In secondo luogo è importante accettare queste condotte come un'opportunità per sviluppare la nostra capacità genitoriale completa. E' un'eccellente maniera per recuperare il tempo non vissuto con il figlio e permettere che riacquisti la fiducia in se stesso e negli altri, visto che, gli adulti che avrebbero dovuto assicurarlo, non sono stati capaci di farlo e questo diviene il momento di riparazione di questo legame spezzato. Allora, siate tolleranti, mantenete un atteggiamento positivo, approfittate e godete questi momenti così intimi e vicini a vostro figlio.

4. BAMBINI CHE SI AVVICINANO SOLAMENTE A UNO DEI SUOI GENITORI.



E' molto comune che durante l'incontro e anche alcune settimane o mesi dopo, il bambino adottato mostri una maggiore vicinanza affettiva o affinità con uno dei genitori.

Molte volte questo può generare la sensazione d'inefficacia e frustrazione nel padre o madre "non preferito", la spiegazione di questo si individua nella carenza specifica che il bambino ha.

E' così che per la loro particolare storia, i bambini hanno bisogno di compensare l'assenza prevalente nelle loro vite di una delle figure genitoriali, che per alcuni può essere individuata nella figura paterna e per

altri in quella materna. Questa necessità di avvicinamento si può presentare in alcuni bambini in maniera ansiosa, esigendo la presenza costante e permanente di questo padre o madre e ricorrendo a lui o lei davanti ad ogni evento.

Una volta che il bambino/a risolve e soddisfa i suoi bisogni, è capace di stabilire un legame sicuro rispetto ad entrambi i genitori, mantenendo le differenze nella relazione con il papà e la mamma che, la stessa famiglia, voglia dare come propria caratteristica.

Nelle famiglie latine, per la loro caratteristica, i genitori, abitualmente, stabiliscono modelli educativi differenziati per sesso. Così per esempio, il padre, come figura di autorità, è l'incaricato di stabilire le regole e le norme all'interno della famiglia e di realizzare le attività ludiche con i figli. La madre invece ha un ruolo prevalentemente affettivo, tuttavia centra le attività nel far compiere tali norme ed obblighi.

E' necessario che sappiate che i bambini/e adottati/e non conoscono i codici che si gestiscono nel vivere in famiglia, per cui devono imparare a comportarsi come figli ed apprendere da voi come si comportano e che ruoli hanno un papà ed una mamma e come debbono rapportarsi con ognuno di loro.

Può risultare incomprensibile che il bambino abbia maggior necessità di una immagine, sia questa paterna o materna, se è vero che ha sofferto l'assenza di entrambe le figure. Questo si deve al fatto che durante il periodo d'istituzionalizzazione e/o abbandono ha avuto l'opportunità di compensare l'immagine del padre o della madre con un'altra figura rilevante per lui o lei. Molte volte, il ruolo emozionale della madre l'ha soddisfatto una "tia" o una custode del "hogar" che il bambino/a ha considerato sufficientemente nutritiva da generare un legame riparatore o meno assente.

In altri casi, il direttore dell'Istituto, lo psicologo, il marito della custode o un professore, ha potuto significare e rappresentare nell'immaginario del bambino/a il ruolo di padre. Un'altra differenza collegata ai bisogni affettivi dei bambini si deve alla capacità di resilienza ed alla sensibilità che ognuno ha, per cui è importante avere chiare le sue caratteristiche e bisogni emozionali e, da questo, avvicinarsi alla sua visione del mondo.

Che dobbiamo fare?

Dobbiamo dare al bambino lo spazio emozionale perché esprima liberamente i suoi sentimenti ed attendere pazientemente che soddisfi le sue necessità di "papà e mamma". Bisogna accettare con un atteggiamento maturo questa tappa e non entrare in concorrenza con l'altro/a per l'affetto e la predilezione del figlio/a.

E' un grande errore tentare di comprare, ricattare o sedurre il bambino/a; bisogna tener in conto che questo segno di debolezza può essere un'arma che nel futuro il bambino può utilizzare come metodo

per manipolare situazioni a suo favore e ottenere benefici personali.

Non è mai positivo che i bambini percepiscano debolezze ed insicurezze nei loro genitori, perché trasmettono insicurezza anche a loro e il padre o la madre perdono autorità, potendo arrivare nel futuro a manipolare la debolezza osservata.

Dovete tener in conto che il papà o la mamma “più richiesti” dal bambino avrà una stanchezza ed uno stress maggiore, per cui vi suggeriamo di coordinarvi nel compiere alcuni ruoli perché, entrambi, abbiate le stesse opportunità di protagonismo e possiate condividere con maggiore equità le domande.

Abbiate pazienza e perseveranza e non perdetevi di vista che questa tappa passerà e in seguito sarà un aneddoto divertente che potrete raccontare a vostro/a figlio/a quando sarà più grande.

5. BAMBINI CHE EVITANO IL CONTATTO FISICO.



E' possibile che alcuni bambini e bambine respingano il contatto fisico con i loro genitori adottivi.

Le carezze e la vicinanza degli altri possono risultare imbarazzanti per loro, tanto che a volte li paralizza ed il loro corpo diventa rigido, con probabilità di sudorazione o l'agitarsi del respiro come segnale dell'angoscia che produce loro la vicinanza.

Altri bambini sono più espressivi in questo rifiuto e manifestano

apertamente il loro dispiacere davanti alle carezze con frasi come "Lasciami solo, non mi toccare". La rabbia associata a questo rifiuto può essere ostile, diventando più evidente nel tentativo di consolarlo quando sta piangendo dopo una bizza. Può anche diventare violento, dando schiaffi o calci come chiaro segnale di "non avvicinarti".

Per capire questa condotta, bisogna distinguere tra il bambino o bambina che evita o inibisce gli atteggiamenti di vicinanza e di espressione d'affetto verso le sue figure genitoriali e che si irrita nel riceverle, da quel bambino che esprime la sua rabbia attraverso il rifiuto degli altri.

Alcuni bambini sono bruschi e violenti nel momento di esprimere l'affetto. A volte, come dimostrazione di quest'affetto, si lanciano sui genitori improvvisamente senza misurarne le conseguenze e senza tenere in conto che possano far male ad altri o a se stessi, o abbracciano e baciano in maniera ansiosa. Per le esperienze di abbandono e istituzionalizzazione, i bambini hanno un modello di relazione nel quale, come meccanismo di difesa, imparano a negare o controllare eccessivamente il loro affetto. Questa inabilità sensoriale per dimostrare l'affetto fisico li rende goffi e ruvidi al momento di accarezzare.

Che dobbiamo fare?

Non dobbiamo esigere dal bambino o bambina dimostrazioni di affetto, né sgridarli perché non si lasciano accarezzare. Si deve rispettare la distanza fisica che impone, anche se per voi è molto doloroso. In questa situazione è necessario coltivare, prima la sensazione di affetto incondizionato, per poi raccogliere e ricevere la ricompensa dell'amore di suo/a figlio/a.

Se è un bambino che si fa accarezzare, ma che nei suoi rapporti con voi è brusco, gli si deve insegnare come si carezza, prendendogli la mano ed insegnandogli a regolare la sua soglia tattile. Come esercizio è molto utile, per esempio, carezzare i suoi capelli quando è il momento di pettinarlo o di dormire, o nel momento di fargli il bagno (idroterapia) fargli massaggi.

Rispetto al massaggio, è raccomandabile cercare il momento appropriato, che può essere prima di andare a letto, nel momento del bagno o in qualunque momento in cui entrambi siate rilassati. Prima chiedetegli se desidera un massaggio. Visto che si tratta di un atto intimo e volontario, chi fa il massaggio e chi lo riceve, debbono essere in una buona disposizione e sintonia per l'attività.

Si metta musica da relax di fondo, musica classica, di suoni della natura o qualunque musica dolce. Se è possibile accenda alcune candele, un incenso o un diffusore di essenze di aromaterapia. Usi un olio per massaggi o qualunque crema. Non è necessario essere un massaggiatore professionista, deve solo proporglielo e prendere l'iniziativa.

Può darsi che il bambino/a lo respinga, non dimentichiamo che è qualcosa di sconosciuto per lui e le cose intime non gli piacciono del tutto. Tentate tutte le volte che sia possibile, evitando di sentirvi addolorati per il rifiuto.

Tenete uconto che il massaggio ha molte proprietà per il bambino o la bambina:

- *Aiuta a stimolare il sistema nervoso e libera sostanze biochimiche che stimolano l'appetito.*
- *Può stimolare e rafforzare il suo sistema immunologico, il che aiuta il bambino/a a crescere sano.*
- *Contribuisce a tonificare e rafforzare i muscoli, contribuendo allo sviluppo psicomotorio.*
- *Può aiutare il bambino/a che è nato prematuro ad aumentare il suo peso e ottenere uno sviluppo normale. Nei bambini ricoverati aiuta a ridurre il tempo del ricovero.*
- *Aiuta a migliorare la capacità di adattamento del bambino/a e incentiva la sua intelligenza.*
- *Rilassa e aiuta a riposare meglio, combatte l'insonnia, gli incubi, favorisce il sistema endocrino riducendo gli ormoni causanti lo stress e facilita un sonno più lungo e di migliore qualità.*
- *Aiuta il sistema digestivo. Aiuta a calmare le coliche nei bambini piccoli e migliora la digestione.*
- *Può contribuire a sviluppare il sistema respiratorio.*
- *Aiuta a equilibrare i livelli di ossigeno. Favorisce il sistema circolatorio.*
- *Potenzia lo sviluppo del sistema neurologico. Facilita il processo della mielina.*
- *Aiuta a conoscere il proprio corpo. Facilita l'integrazione dello schema corporeale.*
- *Contribuisce ad aumentare l'autostima.*
- *Da maggiore sicurezza.*
- *Stringe legami positivi.*
- *Facilita la comunicazione con l'esterno.*
- *Lo aiuta a liberarsi dalle tensioni sia fisiche come emotive.*
- *Facilita l'espressione dei sentimenti, offrendogli supporto e contenimento.*
- *Il bambino con bisogni speciali ha importanti progressi fisici.*
- *Aiuta a superare la depressione post-parto o post adozione, migliorando la relazione con il figlio/a.*
- *Stimola favorevolmente la comunicazione.*
- *Unifica e rafforza i legami del bambino o della bambina con i genitori e con l'ambiente familiare.*

Nella sezione Allegati troverete una buona tecnica per realizzare massaggi, chiamata Massaggio Shantala, che è stata scoperta in India e serve per qualunque bambino o bambina, indipendentemente dalla sua età.

Per le sue esperienze precoci, tuo figlio o figlia ha bisogno di molto affetto, che si esprime in modo migliore attraverso il contatto fisico, pertanto cercate di farlo e buona fortuna.

6. BAMBINI CHE FANNO LE BIZZE.



Uno dei modi più efficaci che hanno i bambini e le bambine per esprimere la rabbia è fare le bizzze. Una bizza è una reazione eccessiva del bambino/a che piange, gridi, si butta in terra e scalcia o si chiude, cioè s’inibisce, diventa introverso, si acciglia e abbassa la testa, rendendo impossibile il convincerlo a cambiare atteggiamento.

In questo modo, il bambino esprime il suo malcontento davanti alla frustrazione.

Un bambino “bizzoso” è quello che non sa esprimere quello che sente in maniera adeguata e proprio per questo le sue emozioni lo sopraffanno.

Abitualmente le bizzze spariscono quando il bambino cresce ed apprende a manifestare il suo malcontento in modo più adeguato e costruttivo.

Nel caso dei bambini/e adottati/e, i capricci sono indipendenti dall’età, presentandosi tanto in tenera età come nell’adolescenza.

E' molto frequente che i bambini e bambine adottate siano poco tolleranti alla frustrazione. Per tale ragione, possono fare molti capricci, che non sono destinati ad esprimere solo le loro emozioni, ma anche a richiamare l'attenzione o esprimere il dolore che hanno tenuto nascosto per tanto tempo. Questo è il primo segno che vostro figlio/a si sta adattando e sta avendo fiducia in voi. Risulta paradossale, ma è proprio così, peggio si comporta vostro figlio o figlia, meglio va il processo di adattamento, poiché finalmente si sente libero di esprimere le sue emozioni, senza timore di essere respinto o essere restituito all'“hogar”. Questa è una buona opportunità per voi, per calmarlo, riconfortarlo ed aiutarlo a gestire le sue emozioni.

Questa condotta del bambino/a comporta un notevole logoramento emotivo nei genitori, che si trovano a subire in modo immeritato la sua rabbia contenuta. Per questo, probabilmente, saranno sconcertati dalla sproporzionata furia o atteggiamento di sfida con cui reagisce davanti ad uno stimolo senza importanza, come può essere il fatto che non lo lascino uscire a giocare, lo riprendano per qualcosa che ha fatto o come risposta alla negazione di comprargli un giocattolo.

A volte queste crisi sono in relazione con qualche cambiamento nella vita del bambino, come il cambiare casa o scuola. Possono divenire attive anche per una separazione o una perdita significativa, come una mascotte, una lite con un amico o affrontare una sfida che non si sente di affrontare con esito positivo.

La letteratura indica che questo tipo di reazioni nei bambini, bambine e adolescenti possono essere spiegate mediante la “Sindrome da stress post-traumatica”. Questo è un disturbo emozionale descritto per le vittime di maltrattamenti, violenze o per i veterani di guerra che, davanti ad una situazione che ricorda loro un'esperienza traumatica, sentono che la loro vita corre nuovamente pericolo. L'angoscia che questo provoca fa perder loro il senso della realtà. Poiché il livello di stress è alto, l'emisfero destro (dove sono archiviati i ricordi e le situazioni dolorose non ancora elaborate) prende il controllo della persona.

Quando le emozioni controllano la ragione del bambino/a o dell'adolescente, la sua capacità di pensare razionalmente si disconnette, rivivendo momenti della sua vita nei quali si è sentito insicuro e senza protezione. E' una specie di flashback, in cui il bambino trasporta al presente fatti del passato e li rivive come se avvenissero nell'attualità. L'ostilità rappresentata nella bizza o il ritirarsi espresso nella chiusura totale, possono essere interpretati come meccanismi di difesa davanti al livello di angoscia che non possono controllare né comprendere.

Che dobbiamo fare?

Davanti ad una bizza o ad una chiusura non dobbiamo sgridare, castigare o ragionare con il bambino o bambina, ma aver pazienza, mantenere la calma e ricordare che gli adulti siete voi e che, non potete né

dovete, cadere nella provocazione, anche se vi aggredisce fisicamente o verbalmente.

La rabbia e le offese del bambino/a sono dimostrazione di un dolore antico, di un'angoscia che non ha scelto e che non può controllare. Dovete fargli sentire che è protetto e che sarete sempre al suo fianco, nel bene e nel male.

Talvolta molti dei vostri amici o parenti, vi raccomanderanno di lasciarli soli, che pianga fino a stancarsi, che lo ignoriate, perché gli passerà. Per un bambino qualunque, questa può essere una buona strategia, ma per un bambino abbandonato no.

La sua insicurezza affettiva è superiore a quella di qualunque altro bambino, per cui cercate di rimanergli vicino, dimostrandogli il vostro amore incondizionato.

Quando è più tranquillo, parlate apertamente con lui per dirgli che le sue aggressioni e offese vi fanno male e che è bene che lui abbia comprensione verso le altre persone e non sia assorbito solamente dalle proprie emozioni. Insegnategli ad esprimere in altre maniere la sua rabbia o fastidio. E' importante che non vi arrabbiate con lui, né lo castigiate, poiché questo aumenterà la sua sensazione di sofferenza e solitudine.

Il bambino/a ha bisogno di essere compreso, appoggiato, amato e di sapere che può scaricare la sua rabbia e paura su di voi senza il timore di non essere più amato.

Questi episodi si inseriscono nella tappa denominata "porre a prova" e bisogna aver chiaro che, come ogni tappa, passerà. I capricci saranno ogni volta minori in durata e frequenza.

Pensate a questa tappa come ad una specie di terapia, nella quale vostro figlio si riconcilia con il suo passato, distrugge le paure e sana il suo spirito.

Per questo, è bene insegnargli alcune tecniche base di rilassamento, come respirare profondamente, pensare ad un bel paesaggio o quando sente che non può controllare la rabbia che conti fino a dieci. Potete inoltre, metterlo in situazioni ipotetiche e pianificare come si potrebbe agire per risolverle al meglio.

Se niente desse risultati positivi e sentite che non potete affrontare da soli la situazione, non esitate nel chiedere aiuto, sia a professionisti del Sename, dell'istituto in cui è stato il bambino/a o dell'organismo accreditato.

Abbiate fiducia nella vostra capacità di affrontare le bizzarrie di vostro figlio/a e vedrete che poco a poco troverete le strategie per tranquillizzarlo e calmarlo, insistendo negli atteggiamenti e nelle espressioni affettive.

7. BAMBINI CHE NASCONDONO IL CIBO



Per i bambini e bambine adottati di recente, avere il frigorifero pieno di cibo a disposizione è una novità che impressiona e una realtà a cui è difficile adeguarsi.

Molte volte sentono una tale ansia davanti al cibo che, come si è segnalato precedentemente, divorano tutti gli alimenti che siano alla loro portata o manifestano una chiara tendenza a metter via o nascondere resti di cibo nei luoghi più insoliti.

Se vostro figlio/a ha sofferto la fame, avrà bisogno di tempo per capire ed assimilare che tale situazione non tornerà più.

Per questo avrà bisogno di ascoltare molte volte la frase " non c'è motivo di nascondere il cibo perché d'ora in poi non ti mancherà " o "nel frigorifero ci sarà sempre cibo per te". Inoltre, dovrà verificare nel quotidiano e da solo che tali affermazioni sono vere.

Che dobbiamo fare?

Servite a vostro figlio/a una porzione generosa ma ragionevole di cibo. Quando vedete che nonostante abbia mangiato abbondantemente continua ad esigere più cibo, chiedetegli di ascoltare il suo stomaco per vedere se è soddisfatto.

Probabilmente, in un primo momento non capirà il messaggio, ma con il tempo apprenderà a riconoscere la sensazione di sazietà.

Se il cibo è qualcosa che ossessiona vostro figlio/a, è meglio metterlo alla sua portata. In questo caso è molto utile avere a disposizione un piatto di frutta fresca o secca o qualche altro alimento salutare per aiutarlo a rilassarsi. Se anche quando ha mangiato, si alza di notte dicendo che ha fame, è bene lasciare sul suo comodino un bicchiere di latte o una barra di cereali.

Se lo sorprendete a nascondere alimenti, non riprendetelo e non sgridatelo, perché la sua ossessione è una strategia di sopravvivenza dovuta alle esperienze avute in tenera età. Ripetete gli costantemente che vi occuperete del fatto che non gli manchi mai cibo. Potete anche provvedere che in tasca o nello zaino abbia sempre qualcosa da mangiare per quando abbia fame.

Attraverso la fissazione orale, come l'ossessione per il cibo, succhiarsi un dito o mangiarsi le unghie, i bambini/e tentano di compensare i loro bisogni affettivi. Queste condotte cesseranno quando si sentirà sicuro, amato e accettato, per cui dovete aver pazienza e comprensione.

8. BAMBINI CHE METTONO A PROVA I LIMITI.



A volte è difficile capire perché i bambini adottati mettono sempre a prova i limiti che gli adulti stabiliscono loro.

Tuttavia se lo analizziamo in profondità, ogni bambino ha bisogno di portare al limite l'autorità dei genitori.

Questa ribellione è la base della sua differenziazione dal mondo adulto

e della costruzione della sua identità come essere unico e differente. Per l'età in cui i bambini/e sono adottati, questa trasgressione alle norme ed ai limiti è più esplicita ed accade con troppa rapidità agli occhi dei genitori adottivi.

Che dobbiamo fare?

Dobbiamo applicare strategie di base nella gestione della condotta (vedere allegato)

I genitori debbono costruire comuni strategie di gestione della condotta verso i loro figli. Come genitori primogeniti, i genitori adottivi sogliono avere dubbi e contraddizioni sul quando e sul come mettere limiti ai bambini/e.

Non dimentichiamoci che provengono da case o istituti in cui esiste un ambiente con norme e regole, per cui i limiti sono parte della loro realtà quotidiana. Contrariamente a ciò che i genitori credono, le norme ed i limiti danno ai bambini sicurezza e stabilità, poiché fanno loro comprendere che esiste qualcuno che si preoccupa di loro e che è interessato a correggere i loro comportamenti inadeguati o negativi di modo che non succeda loro niente di cattivo.

In questo senso è importante dire al bambino cosa ci si aspetta da lui e per quale motivo gli si applicano le misure correttive, come " non ti permetto che giochi sul balcone perché puoi cadere, mi preoccupa per te e non voglio che ti succeda qualcosa". Così il bambino capirà che dietro alle norme c'è un desiderio di proteggerlo, perché è amato e ci interessa tutto quello che gli succede nella vita.

Le ragioni per cui un bambino o una bambina diventano ribelli o disubbidienti sono varie e possono riassumersi nelle seguenti situazioni:

- Quando sentono che hanno bisogno di affetto.

A volte, il disubbidire è una richiesta d'attenzione dei genitori, questo non vuol dire che non state dando la sufficiente attenzione a vostro figlio, ma che ha un maggiore bisogno d'affetto ed attenzione di altri bambini/e o del resto dei fratelli.

Tutti abbiamo una soglia del dolore ed abbiamo anche una soglia che definisce le nostre necessità d'affetto.

Per questo ci sono bambini/e e persone più dipendenti di altre, per cui il vostro dovere sarà di riconoscere qual è la soglia d'affetto di vostro figlio e soddisfare i suoi bisogni. Questo avrà bisogno di tempo e dedizione, dati in maniera adeguata e nel momento opportuno, con tempi che coincidano in qualità e quantità.

Cioè non basta dedicare molto tempo alla relazione con vostro figlio/ a se questa si limita a guardarlo mentre va in bicicletta nel parco, ma dovete interagire con lui ed essere coinvolti in ogni momento da questa

attività, di modo che lui senta che è il centro di tutto.

Quando i genitori adottivi hanno più figli, molte volte non riescono a capire perché uno di loro ha più bisogno di affetto degli altri, visto che sono stati trattati ed educati nella stessa maniera.

Come si è detto in precedenza, i bisogni affettivi sono individuali e si differenziano da un bambino all'altro e da persona a persona.

Valutate come usare la vostra autorità come padre o madre, giacché quando i genitori sono molto autoritari o "laissez faire" i bambini tendono a ribellarsi.

Gli estremi sono sempre negativi, genitori permissivi o troppo autoritari provocano emozioni negative nei bambini/e che reagiscono mettendo alla prova i genitori stessi.

Per loro è importante verificare che ci sia coerenza tra quello che i genitori fanno e quello che esigono dai loro figli, il cattivo esempio o la mancanza di coerenza fa perdere la loro autorità.

I genitori debbono mettersi d'accordo nel momento di applicare premi e punizioni, cosicché il bambino/a veda unità e accordo nei suoi genitori, poiché cercherà di ottenere sempre qualche beneficio a suo favore dalla figura materna o paterna più debole.

Stabilite come coppia quali condotte saranno motivo di sanzioni o benefici, facendo sì che il premio ed il castigo siano consequenziali con la condotta del bambino/a.

- Quando i genitori perdono la pazienza.

Nel dare un ordine al bambino, per esempio "metti a posto la tua stanza", questi di solito non ubbidisce immediatamente e si prende - per così dire - il suo tempo.

Davanti a questo fatto, i genitori molte volte perdono la pazienza e finiscono per fare loro stessi quello che avevano ordinato.

Questa condotta dà un segnale ai figli suggerendo loro che ci sono cose che non è necessario completare, perché comunque la concluderanno i genitori, il bambino allora si chiede perché ubbidire.

Ancora una volta, è importante essere coerente e mantenere le sanzioni, visto che da questo ne consegue il modo in cui i nostri figli o figlie assumeranno un atteggiamento responsabile verso se stessi e verso gli altri.

- Quando i genitori hanno aspettative irreali o sproporzionate rispetto ai loro figli o figlie.

A volte esigiamo troppo dai bambini, chiedendo loro che assumano ruoli o funzioni non adeguati alla loro età, comprensione o grado di

maturità. In tali casi, il bambino/a disobbedisce per la sua incapacità e non per irriverenza, pertanto, dobbiamo assegnare compiti ed obblighi adeguati alla sua età e dargli compiti che siano capaci di capire e realizzare.

Dobbiamo chiarire che, perché il bambino obbedisca, non ci sono ricette infallibili in quanto ognuno di loro ha il proprio responsabilità e storia che lo rende differente da altri altro, quindi, è nelle vostre mani riconoscere quali strategie possono dare maggiori risultati con vostro figlio/a.

9. BAMBINI CON DIFFICOLTA' NELL'ATTACCAMENTO



Molte volte i genitori adottivi sentono che stanno dando molto amore a loro figlio/a, ma che questi non lo ripaga nella stessa maniera, né nella stessa misura.

Per i genitori è difficile comprendere perché il bambino dice papà o mamma ad uno sconosciuto o a volte utilizza la parola zio o zia riferendosi a loro. In altri momenti appare così socievole che può stare in braccio a qualunque persona, senza nostalgia per i suoi genitori e donando ad uno sconosciuto le stesse dimostrazioni d'affetto che riserva a loro.

Per capire questo comportamento d'affetto indiscriminato dobbiamo risalire al suo primo anno di vita. E' questa la tappa in cui il bebè sperimenta la prima esperienza di attaccamento.

L'attaccamento è definito come il legame emozionale che il bambino sviluppa con i genitori o con il custode e che gli trasmette la sicurezza emozionale indispensabile per lo sviluppo delle sue abilità psicologiche e sociali. Molti studi indicano che l'attaccamento e le relazioni in tenera età con la famiglia, specialmente con i genitori influiscono in maniera decisiva sulla personalità.

Questo tirocinio condizionerà il modo con cui il bambino/a entrerà in relazione con gli altri e se potrà o no stabilire nel futuro relazioni interpersonali emotivamente sane.

L'attaccamento è in relazione con la maniera in cui l'adulto che accudisce il bambino o bambina soddisfa o non soddisfa i suoi bisogni di base.

Per esempio, quando il bebè ha fame, piange chiedendo di essere alimentato. I suoi genitori o il custode, ascoltando il pianto, si avvicinano, lo cullano e gli danno il biberon risolvendo così la sua fame. In questo modo il bebè si tranquillizza.

Se questo ciclo di domande e risposte, si ripete soddisfacendolo, il bebè apprende che il mondo è un luogo prevedibile e sicuro. L'adulto rappresenta allora per il bambino la base per ottenere la sicurezza di cui necessita e che gli servirà, nel futuro, per poter esplorare il mondo.

In altro modo, possiamo dire che imparare ad avere fiducia richiede una ripetizione costante nel tempo. Per alcuni bambini e bambine non è mai esistita una risposta alle loro domande. Cioè, se avevano fame e piangevano, i loro genitori o il custode non si avvicinavano e non rispondevano ai loro bisogni.

Dopo un poco si rassegnavano a non piangere, stabilendo l'ipotesi "perché piangere se non verrà nessuno a curarsi di me ", generando quello che si conosce come l'attaccamento insicuro.

Pensare che, la cosa di cui abbiano bisogno i bambini che sono passati per esperienze di abbandono, maltrattamenti o istituzionalizzazione, è solamente amore, è corretto solo in parte. Evidentemente per superare le loro ferite, richiederanno amore incondizionato dai loro genitori adottivi, ma anche di "tempo" per cambiare quello che hanno assorbito attraverso le loro esperienze precedenti, fino ad essere capaci di recuperare e vedere il mondo con fiducia.

Questo tirocinio è imprescindibile per il bambino, poiché condiziona le sue relazioni con gli altri e determinerà se nel futuro potrà o no stabilire relazioni interpersonali emotivamente sane.

Che dobbiamo fare?

Acquisite alcune idee utili per costruire un attaccamento sano con vostro figlio o figlia, indipendentemente dalla sua età:

- Dedicategli la vostra attenzione in maniera esclusiva, la qualità e la quantità sono importanti. I momenti che passate con vostro figlio/a in un ambiente di intimità, sono la base di una relazione fondata sull'amore.

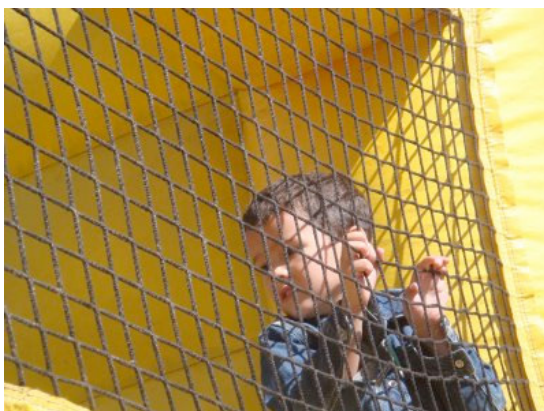
- Godete il tempo che passate con lui o lei, ridete, giocate, ballate ogni volta che siete insieme. Che il bambino/a veda e senta la vostra felicità nello stare insieme.

- Toccate, dategli molto affetto. E' probabile che al principio non si senta a suo agio con i vostri abbracci ed i segnali fisici d'affetto. Se li resiste, non obbligate, cercate occasioni brevi ma frequenti di contatto fisico che gli risultino gradevoli.

- Guardatelo negli occhi quando gli parlate, cercate di mantenere il contatto visivo in ogni momento, sia quando giocate, mangiate o parlate, in quanto anche questo è un modo per stabilire vicinanza e prossimità.

- Accuditelo quando piange o si fa male. La cosa più probabile è che vostro figlio sia abituato a "vedersela da solo". Durante la sua vita nell'"hogar" nessuno gli prestava un'attenzione speciale, per questo non dovete sorprendervi se non protesta quando qualcosa gli è incomodo o gli fa male. Insegnategli che, adesso, ha dei genitori che lo accudiscono e si preoccupano per lui, perché questo rafforzerà la sua sicurezza.

10. BAMBINI CHE NON VOGLIONO ANDARSENE DALL'ISTITUTO O CHE CHIEDONO DI TORNARCI.



Nonostante siano pochi i casi di bambini/e che non vogliono andarsene dall'istituto o dalla casa della famiglia custode, è un atteggiamento che può avvenire per il fatto che ha vissuto un lungo periodo di istituzionalizzazione.

Sebbene un istituto o una famiglia custode, non siano il luogo più idoneo perché un bambino cresca, per lui è l'unica cosa conosciuta, che sente propria e gli dà sicurezza. E' naturale che lasciare l'ambiente in cui si è formato, genera in lui timore ed angoscia di perdere la sua stabilità in cambio della possibilità incerta del vivere in famiglia.

Come adulti, i genitori probabilmente sono felici e sicuri della loro decisione di adottare questo bambino/a che hanno appena conosciuto, non per niente hanno percorso quasi la metà del mondo solo per conoscerlo.

Tuttavia per lui non è una decisione né una situazione facile. Non debbono dimenticare che la sua fiducia è spezzata, per cui ha molte difficoltà nel confidare negli adulti che lo hanno già ferito in precedenza,

per cui, come può essere sicuro che voi non farete lo stesso? Il suo senso comune e la sua esperienza dicono a vostro figlio che deve agire con cautela e non donarsi alla prima occasione.

Il bambino deve risolvere il dilemma di lasciare ciò che conosce, per qualcosa incerto e che non conosce. Potremmo rappresentarlo come un buttarsi in piscina senza saper nuotare. C'è paura, sconcerto, "Dove mi portano? Sarà positivo? E se non lo fosse che farò?". I bambini e le bambine devono essere molto coraggiosi per lasciare la loro sicurezza e lanciarsi nell'avventura di venire a vivere con voi.

Non perdetevi di vista tutto questo e valorizzate la loro audacia. Pensate alla forza che devono avere per affrontare questa situazione e "commuovetevi " per la grande necessità che hanno di vivere in una famiglia, che li rende capaci di affrontare tutto per riuscirci.

Che dobbiamo fare?

Davanti all'angoscia che nasce nei bambini e bambine per doversene andare dall'istituto, i genitori, specialmente durante il momento della conoscenza, debbono essere molto comprensivi e debbono cercare di conquistare la loro fiducia.

E' opportuno non forzare l'uscita immediata del bambino dall'istituto e magari per qualche giorno stare con lui, cercando di condividere la sua routine e la sua dinamica giornaliera.

Nel vedervi realmente interessati nel conquistare la sua fiducia, sicuri e impegnati verso il futuro, un poco alla volta abbasserà le sue difese e sarà disposto a conoscere ciò che non conosce per mano di entrambi.

Mettetevi al posto suo, immaginatevi di essere lui/lei, di sentire quello che sente. Così riconoscerete il grande sforzo che, pur essendo così piccolo, fa ed imparerete a valorizzarlo e apprezzarlo.

11. BAMBINI CHE CERCANO DI COMPIACERE SEMPRE L'ADULTO.



Molte volte il bisogno del bambino/a di diventare il figlio/a sognato, è una tappa che dura molto poco e si inquadra nella cosiddetta "Luna di miele". Questo comportamento risponde al suo timore di non essere amato, di essere respinto e nuovamente abbandonato.

Il messaggio che probabilmente ha ricevuto sin dalla sua vita intrauterina è pieno di rifiuti, ostilità e rabbia, il che indubbiamente, ha colpito la sua autostima e dato la falsa idea di essere uno che non merita affetto e che presto o tardi, sarà nuovamente abbandonato. Queste idee preconcepite sono di carattere inconscio e sorgono come difesa per evitare l'abbandono. Per evitare la possibilità del rifiuto il bambino può usare due strategie: abbandonare prima, nel caso dei bambini aggressivi e ribelli, o al contrario, essere sempre sottomessi, compiacenti, cercare di comportarsi bene e seguire le regole per essere "amati".

Quando i bambini/e servizievoli iniziano a comportarsi male è quando hanno realmente acquisito una fiducia di base verso i loro genitori adottivi e hanno stabilito le basi per un attaccamento sicuro.

Il segnale "quando tutto peggiora, è quando stiamo meglio" sembra una contraddizione in se stessa, ma l'esperienza ci ha insegnato che è il segnale di fiducia che i bambini regalano ai loro genitori. E' il momento in cui non sono più condizionati dalle pressioni del dover piacere e mettono nelle mani dei genitori adottivi, le emozioni negative che la loro storia ha provocato loro.

Alcuni autori segnalano che i bambini e bambine adottate "portano con loro uno zaino", che rappresenta i dolori emotivi che il passato ha lasciato loro. Questo modo di dire è comune e rappresenta la necessità di condividere questo carico emotivo interiore con altri. Per l'amore incondizionato che avete per lui, sarete le persone più adeguate per

togliere le cose cattive da questo zaino e conservare ciò che di buono contiene.

Che dobbiamo fare?

Attendere che il bambino o bambina reale si presenti e, quando succederà, accettarlo/a in tutta la sua dimensione, ricambiando con amore le sue emozioni negative.

12. BAMBINI CHE TEMONO UN NUOVO ABBANDONO.



In qualche momento della loro vita, la maggior parte dei bambini adottati si sono sentiti soli e abbandonati da quelli in cui speravano.

La storia della loro adozione inizia sempre con la perdita dei loro genitori biologici e di altre persone che sono state importanti per loro. Anche nei casi di chi è stato adottato a pochi giorni dalla nascita, in qualche momento della loro vita capiranno che, per essere adottati, hanno avuto prima dei genitori che non si sono fatti carico di loro ed è lì che sorge il dolore per l'abbandono.

Visto che sono troppo piccoli per capire le circostanze che circondano la loro adozione, è logico che pensino che la storia possa ripetersi. Per questo, molti bambini adottivi temono il rifiuto e fantasticano un nuovo abbandono.

Questo timore, più di un'idea fissa, è una sensazione diffusa, che li rende ipersensibili al rifiuto e li porta a pensare che anche i loro genitori adottivi li abbandoneranno.

Nutrono dubbi sul fatto che l'amore dei loro nuovi genitori sia incondizionato e possa durare per sempre.

Rispetto a questo, è importante che i genitori adottivi siano capaci di trasmettere continuamente al bambino che, succeda quel che succeda e faccia quello che faccia, non smetteranno di amarlo.

Anche se, per tutti quelli che li circondano, è ovvio che la loro famiglia è permanente, per lui non è così chiaro, giacché la vita ha insegnato loro che chi oggi li protegge, domani può scomparire.

Che dobbiamo fare?

Le seguenti idee possono esservi utili per combattere la paura di vostro figlio o figlia di sentirsi nuovamente abbandonati:

Riaffermategli con le vostre parole e azioni che starete sempre al suo fianco.

Non utilizzate mai l'affetto come moneta di scambio con affermazioni del tipo "Se lo fai bene, la mamma ti vorrà molto bene". Questo significa anche che, se non lo fai bene, può smettere di volerti bene.

Quando fantastichi di vivere con "un'altra mamma" o con "la mamma biologica", non sentitevi ferita o offesa.

Questa fantasia vi dà l'opportunità di riaffermare il fatto che, faccia quello che faccia e anche se a volte vi arrabbiate con lui, sarà sempre vostro figlio/a.

Se ha un'età sufficiente, mostrategli la sentenza di adozione, che una volta che il giudice ha firmato, né i genitori biologici, né quelli adottivi, possono annullare.

Essere fermi con le norme, non può essere separato dal confermargli sempre ed in ogni momento che, l'amore che avete per lui, è per sempre.

E' molto probabile che ci siano periodi in cui vostro figlio/a voglia mettere alla prova la relazione, provocando confronti che arrivano al limite.

Tuttavia, voi sapete che, per quanto cattivi siano i suoi risultati scolastici o per quanto difficile sia la fase che sta vivendo, non smetterete di essere sua madre e suo padre, né di amarlo. Trasmettetegli questa realtà, mettendola in parole.

Dopo ogni crisi, non fate mancare dimostrazioni fisiche d'affetto.

Se vi mostrate distanti ed arrabbiati, aumenterete la sua angoscia ed i timori. Invece, i momenti di allegria condivisa e le manifestazioni d'affetto saranno come un balsamo emotivo per il bambino e per voi, il che fortificherà la relazione e allevierà le vostre ferite.

13. BAMBINI CHE MENTONO.



Anche se c'è una tappa nello sviluppo del bambino o bambina in cui dire bugie è una cosa abituale, suole essere la manifestazione di qualcosa che li sta disturbando, tanto nel loro mondo interno come esterno.

I bambini e bambine mentono per una ragione ed un obbiettivo, pertanto i genitori devono stare attenti al tipo di bugia ed al proposito che c'è dietro di essa, alla sua frequenza ed al contesto in cui succede.

I bambini/e mentono per diverse ragioni, può essere per paura e timore delle conseguenze dei loro atti, essendo anche una maniera di occultare una cattiva azione.

In questo caso gli si deve insegnare ad affrontare le conseguenze dei loro atti ed i genitori, da parte loro, debbono valutare il livello di fiducia che hanno raggiunto con loro figlio/a per scoprire quanto si è sentito sotto pressione per arrivare a nascondere i suoi errori e le sue gaffe. In altre occasioni la bugia sorge come una maniera di provare i limiti dei genitori, sia perché questi sono molto rigidi o molto permissivi e non esistono norme chiare all'interno della famiglia.

Un'altra ragione per cui il bambino/a può arrivare a mentire, è per cercare approvazione o ottenere un qualche beneficio. In tal caso è importante spiegargli che, mentire, non è un buon metodo per ottenere l'affetto o il rispetto degli altri, anzi, dite loro che, apprezzate in lui, il coraggio di affrontare le conseguenze delle sue azioni e che lo amate così com'è.

La bugia può anche sorgere per proteggere un altro, per la pressione del gruppo, per stress, per imitazione, vedendo altri che mentono o per richiamare l'attenzione su di sé.

L'obbedire e il non dire bugie sono valori e comportamenti che si debbono insegnare e rafforzare permanentemente nel tempo.

I genitori non possono sperare che i bambini/e assumano questa condotta di modo spontaneo, debbono aver pazienza , essere costanti e coerenti con i loro messaggi ed esempi.

Come evolverà la tendenza a mentire nel bambino/a dipenderà in gran parte dall'atteggiamento dei genitori e dall'ambiente. Non dargli importanza o essere troppo rigorosi o moralisti può favorire la sua ripetizione.

Se le bugie continuano, arrivando al punto di generare conflitti nel bambino, i genitori debbono cercare aiuto professionale.

Che dobbiamo fare?

Mantenere la calma, trattando il problema attraverso il dialogo l'analisi della condotta deve essere diretta alle cause che hanno motivato il bambino/a a mentire e non alla bugia in sé.

Con serenità, rafforzate l'idea del valore che ha l'onestà ed il dire sempre la verità.

Date a vostro figlio o figlia il beneficio del dubbio, pensando sempre che può stare a dire la verità.

Parlate a vostro figlio/a delle conseguenze del mentire e i problemi che può causare. La riflessione, insieme alla vostra disapprovazione, lo aiuterà a evitare bugie nel futuro.

Non qualificatelo come "bugiardo" perché può adottare questo ruolo.

Se è necessario, applicate punizioni, che non siano fisiche, come per esempio, privarlo della televisione o del suo passatempo o attività preferita.

Aiutate il bambino/a a chiedere scusa e riparare le conseguenze della bugia quando sia possibile

Rafforzate l'importanza di dire la verità servendo d'esempio.

14. BAMBINI CHE RICORDANO LA LORO VITA PASSATA.



Una volta adottati, alcuni bambini e bambine, parlano della loro storia passata, dando dettagli della loro vita nell'istituto, degli amici e compagni, delle precettrici che li seguivano o dei pochi ricordi che conservano della loro famiglia biologica.

A volte i loro racconti possono corrispondere a ricordi felici o divertenti, altre volte, possono commuovere per la loro crudezza, dando una dimensione di ciò che il bambino/a possono aver sofferto nella loro vita passata.

Davanti al passato non possiamo far molto, salvo insegnargli ad imparare da queste esperienze, ricordandogli che quei momenti sono passati e che non torneranno mai più, perché ora ha una famiglia che è con lui per proteggerlo/a.

Che dobbiamo fare?

Ascoltare il bambino/a con un atteggiamento aperto e senza pregiudizi.

Permettergli di raccontare quello che vuole e prestargli l'attenzione necessaria. Indirizzate le vostre domande per ottenere dettagli che vi aiutino a valutare il livello di danno che quella storia può avergli procurato.

Cercare di non dimostrare emozioni negative come pena, angoscia, compassione o la sorpresa. Se fosse necessario richiedere aiuto professionale.

15. BAMBINI IPERATTIVI.



Molti bambini sono definiti ipercinetici o iperattivi, una qualifica che in Cile sembra essere sopra diagnosticata e sopradimensionata.

E' comune che i bambini e bambine cileni/e siano trattati farmacologicamente per migliorare i loro livelli di concentrazione.

Se vostro figlio/a sta prendendo medicinali è consigliabile, arrivando al vostro paese, rifare la diagnosi e vedere ciò che prende con un neurologo di vostra fiducia.

La maggior parte dei bambini/e affermano le basi dell'autocontrollo a partire dai tre anni, dopo aver attraversato la tappa tipica dei capricci.

Quelli che non hanno avuto a loro tempo l'aiuto necessario per farlo o che hanno vissuto qualche trauma, non riescono a calmarli da soli quando i loro livelli di stress si liberano.

Se consideriamo che la mancanza di controllo nel bambino è una prova del fatto che si sentono angosciati e non sanno come calmarli, saremo in una migliore disposizione per aiutarli.

Che dobbiamo fare?

Come misura di condotta di facile applicazione è conveniente diminuire i livelli di stimolo a cui è esposto il bambino/a ed aiutarlo a calmarli.

Quando un bambino ha un comportamento iperattivo, non serve a niente cercare di ragionare con lui.

Cercate di diminuire il rumore intorno a lui e dategli un ambiente tranquillo e rilassato. Cercate di non andare in luoghi rumorosi, evitare la

musica ad alto volume e le attività che gli fanno perdere il controllo.

Abbassare i livelli di stimolo è il primo passo per riuscire ad aumentare la sicurezza di vostro figlio/a che si possano così rilassare.

Non dobbiamo perdere di vista che, quelli lungamente istituzionalizzati, non sono abituati ad uscire in strada ed il rumore del traffico li può spaventare.

Visitare un centro commerciale o trovarsi in un luogo molto frequentato può essere un'esperienza molto stressante per loro.

Cercate attività attrattive ma tranquille, come disegnare, ritagliare, dipingere, fare giochi da tavolo tra le altre.

Se è molto nervoso o sovraeccitato, non gli sarà facile interessarsi per questo tipo di cose finché non abbia recuperato la calma. Per questo, invece di lasciarlo solo, rimanete al suo fianco fino a quando non si tranquillizzi.

La semplice presenza dei genitori è il miglior antidoto contro il nervosismo.

Ci sono studi che dimostrano che il semplice fatto di essere fisicamente vicino ai genitori aumenta nei bambini il livello di ormoni anti-stress.

Il contatto fisico gradevole (carezzarlo, fargli un massaggio, metterlo a sedere sulle vostre ginocchia) è anche meglio.

Quando i bambini/e sono incapaci di esprimere o identificare quello che sentono, è necessario che i genitori si mostrino forti, sicuri e tranquilli.

Fate in modo che il bambino/a veda che rimarrete al suo fianco fino a quando abbia recuperato la tranquillità. Non abbiate paura che diventi dipendente da voi, al contrario.

Quando vostro figlio/a conta su di voi per imparare a rasserenarsi, le connessioni del suo cervello si rafforzeranno e più aiuto riceverà per controllare le sue emozioni, più facilmente riuscirà a controllarsi da solo.

16. BAMBINI PERFEZIONISTI.



Non dobbiamo confondere il perfezionismo con il desiderio di migliorare e fare bene le cose. Può essere un connotato vantaggioso in alcuni aspetti, visto che promuove lo sforzo ed il lavoro ben fatto. Tuttavia nella maggior parte delle occasioni può arrivare ad essere un'ossessione, provocare ansia, depressione ed altri disturbi, oltre ad insicurezza, insoddisfazione e frustrazione.

La semplice idea di sbagliarsi produce in questi bambini timore ed angoscia. Non accettano il fatto che, commettere errori, è una cosa naturale, che forma parte del processo di apprendimento e parte della vita, al contrario, lo vivono come un errore personale che non deve avvenire.

Se questa condotta non si corregge, quando saranno adulti, diventeranno persone molto esigenti, tanto con se stessi che con le persone che li circondano (la coppia, i figli o i loro compagni di lavoro).

Molti bambini/e adottati/e sono perfezionisti, un connotato che sogliono mantenere nell'adolescenza e anche nell'età adulta. Questo tratto si spiega con la paura del rifiuto e dell'abbandono ed è in relazione diretta con l'autostima. In modo inconscio, il desiderio di fare tutto perfetto è in relazione con la paura che se fanno qualcosa sbagliato, gli adulti smetteranno di volergli bene.

Alcune delle caratteristiche più comuni dei bambini/e perfezionisti sono:

1. Ripetere una ed un'altra volta i compiti, fino a farli in maniera perfetta, il che li porta a volte a non finire i lavori per mancanza di tempo.
2. Insicurezza, bassa fiducia in se stessi e molta paura di sbagliare, il che impedisce loro di lasciarsi coinvolgere in situazioni nuove per evitare di correre rischi.

- 3 . Nervosismo permanente nel dover dare un esame nonostante siano ben preparati.
- 4 . Eccesso di autocritica, perché pensano sempre che potrebbero far molto meglio le cose. Per loro, un voto minore del massimo in un esame, è un fallimento.
5. Permanente preoccupazione per quello che gli altri pensano di loro. Nelle situazioni di equivoco o errore, la rabbia e la frustrazione li prende, rendendo impossibile un qualsiasi ragionamento.

Che dobbiamo fare?

Fate sapere a vostro figlio o figlia che capite la sua rabbia e sofferenza. Il minimizzare e non dare importanza a quello che lo fa sentire frustrato, otterrà solo che si senta solo e incompreso.

Ripetetegli “ *è molto frustrante quando si fa tanto sforzo per qualcosa e le cose non riescono come uno vorrebbe*”.

Non lasciate che gli passi da solo. Consolatelo, aiutato a cambiare il suo stato d'animo in uno più positivo. Un abbraccio seguito da una montagna di coccole e risate agiscono come un balsamo sul suo dolore.

In un momento di tranquillità dategli che è normale che le cose non riescano ad un primo tentativo, dategli chiaramente che lo amerete sempre.

Diventate la memoria delle sue vittorie e dei suoi miglioramenti.

Ricordategli quanta frustrazione gli dava il non saper andar in bicicletta o legarsi i lacci della scarpe o qualunque cosa che gli sembrava impossibile riuscire a fare e che ora, ha completamente dominato.

Ricordare quei momenti che lo aiuteranno ad avere una prospettiva ed a vedersi come uno capace di superare le difficoltà.

Non lodatelo quando riservi troppo tempo e attenzione nel realizzare un lavoro, dovete fargli capire che quel tempo si potrebbe dedicare ad altre attività.

Aiutatelo a fissare degli obiettivi realistici, che sia possibile raggiungere e così avrà una maggior fiducia in se stesso.

Lo dovete elogiare più per lo sforzo realizzato che per i risultati ottenuti.

Insegnategli che non sempre è possibile raggiungere ciò che ci si propone, perché ogni bambino ed ogni persona ha attitudini e limiti e perché raggiungere determinate mete non dipende solo dalla volontà e

dallo sforzo personale ma anche da altri fattori.

Evitate che un errore lo porti a considerarsi perdente ed a dubitare delle sue capacità.

Molti di questi bambini sono figli di genitori perfezionisti o di genitori che vogliono vedere nei loro figli realizzati i successi che loro non hanno raggiunto.

I bambini debbono essere educati in rapporto alle loro capacità e non indirizzati nell'essere i migliori.

ALTRE CONSIDERAZIONI RILEVANTI.

ROUTINE, ROUTINE E ROUTINE.

Tutti i bambini e bambine si destabilizzano quando improvvisamente cambiamo le loro routine, attività o lo spazio fisico in cui operano.

La routine da sicurezza ai bambini/e, sentendolo un ambiente stabile e di fiducia. Per un bambino adottato da poco, il cambiamento che vive è radicale, tutto è nuovo, i posti, gli odori e la lingua che ascolta intorno a lui.

Mettetevi al posto di vostro figlio/a. Immaginate che, improvvisamente, vi portino in un luogo sconosciuto, circondati da persone che non avevate mai visto prima, che parlano una lingua che non capite e senza la possibilità di tornare a vivere la vostra vita passata.

Per quanto vi sembri difficile, vi sorprenderà la facilità con cui vostro figlio/a si adatterà a questa nuova vita, apprenderà una lingua diversa ed inizierà ad assumere i vostri valori, costumi e gesti. Anche se l'adattamento dei bambini/e è molto spesso impressionante, non potete pretendere che questi cambiamenti avvengano dalla notte alla mattina. Assimilare certe cose richiederà tempo.

Il modo migliore di aiutarlo ad adattarsi è limitare le quantità di stimoli nuovi ed implementare una routine stretta. Donare al bambino/a un ambiente strutturato e tranquillo lo aiuterà ad assimilare i cambiamenti con maggior rapidità.

Idee utili per il periodo di adattamento:

Stabilire orari fissi per le sue attività giornaliere, come per alzarsi, giocare, mangiare, andare a letto o andare a spasso.

Che sappia in ogni momento quello che succederà. Raccontategli quello che farete successivamente, per esempio, pranzeremo poi andremo a fare la spesa. Sapere quello che viene dopo e verificare che tutto avviene come gli è stato detto lo aiuta a sentirsi sicuro.

Siate prevedibili per vostro figlio/a, cercate di fare le cose sempre nello stesso ordine, stabilendo piccoli riti intorno alle attività quotidiane.

Per esempio, dopo esservi seduti a tavola per pranzare, una famiglia ha stabilito il rito di prendersi per mano e ringraziare il fatto di stare tutti insieme.

Durante i primi giorni insieme a vostro figlio/a evitate i luoghi con troppi stimoli. Resistete alla tentazione di portarlo al giardino zoologico o ad un parco di divertimento. Permettetegli prima di adattarsi all'ambiente che lo circonda, poi esplorate con lui altri ambienti.

Non vi dimenticate che vi possono essere molti luoghi sconosciuti per lui o lei, come i supermercati, i centri commerciali, la spiaggia, la montagna ed anche gli animali domestici.

Ricordiamo che molte cose che per altri bambini sono normali, per lui possono essere una fonte di stress o li affronta come situazioni sconcertanti e perfino paurose.

EVITA LA PAROLA ABBANDONO.

Molti bambini, bambine e giovani adottati, presentano un profondo sentimento d'abbandono, sentimento che molte volte si associa al perfezionismo, al timore, alla sconfitta, alla bassa autostima o a problemi nelle relazioni interpersonali.

Nel momento di fare la rivelazione, è molto importante tener presente il passato biologico del bambino, come e quando si racconta questa storia e le parole usate per narrarla. Per questo, spiegandogli la sua adozione, è necessario evitare la parola abbandono e cambiarla con una frase come "i tuoi genitori biologici non potevano curarti e per questo ti hanno lasciato nella Residenza dove noi ti abbiamo conosciuto".

In questo modo assegniamo la responsabilità all'adulto, parlando dell'incapacità di curare un bambino, non incolperemo il bambino/a, poiché il "concetto" di essere abbandonato implica l'essere rifiutato, suggerendo l'idea che "in me ci deve essere qualcosa di cattivo, visto che la mia famiglia biologica mi ha rifiutato ed abbandonato".

Questa sensazione di non sapere il perché dell'abbandono, accompagna il bambino/a anche nella sua vita adulta, ed in molti casi lo spinge a cercare la propria famiglia biologica per chiedere loro la vera ragione di averlo dato in adozione.

Dobbiamo rafforzare l'idea dei valori positivi associati alla decisione del dare in adozione, dal momento che la madre biologica ha fatto una scelta per la vita ed ha preso una decisione responsabile e positiva nel lasciarlo nell'istituto per essere adottato.

Nell'adolescenza si produce la prima grande crisi nei bambini e bambine adottati, poiché per il livello di comprensione raggiunto, riescono ad associare l'adozione all'abbandono e vedono la loro storia in modo realistico e rigido.

Dobbiamo essere preparati ad accettare il dolore che questo produce e che non possiamo evitargli, anche se possiamo comprendere la loro necessità di conoscere dettagli della loro storia e che il desiderio di conoscere i loro genitori biologici non mette in discussione la relazione che ha con voi. Potete accompagnarli ed appoggiarli perché escano rafforzati da questa esperienza.

RIVELAZIONE: IL COMPITO NECESSARIO.

Realizzare il processo della Rivelazione, cioè raccontare al bambino/a la sua storia biologica, non è solamente trasmettergli l'informazione nella misura in cui è pronto per assimilarla, è anche aiutarlo a capire ed esprimere le emozioni che porta con sé questo processo.

Non dobbiamo auto ingannarci. Il parlare dell'adozione con i bambini, con le parole adeguate e nei momenti giusti non impedirà che sentano pena o rabbia verso la propria storia. La tristezza, la confusione, la rabbia e la ribellione, sono emozioni normali che dobbiamo accettare come cose naturali.

Non dobbiamo aver paura per il dolore di nostro figlio o figlia, perché è parte del loro processo di accettazione e crescita. Condividere i loro sentimenti non minaccia la nostra relazione con lui o lei, anzi, li rafforza.

Aiutatelo a comprendere che quello che sta sentendo è normale e che voi capite le sue sofferenze. Frasi come "anche a me sarebbe piaciuto che le cose fossero andate diversamente", gli fanno percepire che interpretate e capite quello che gli succede e che siete dalla sua parte.

Non prendete il suo dolore come un attacco personale. Nonostante quanto possa essere doloroso quando vostro figlio/a vi gridi "Tu non sei mio padre o mia madre" o vi dica "Voglio tornare alla Residenza con le 'tias'", non è un'aggressione verso di voi, sta solamente cercando di metabolizzare le sue angosce ed i suoi timori. Non offendetevi, ha bisogno della vostra compagnia, e in quei difficili momenti riaffermate, ancora una volta, che sarete i suoi genitori per sempre.

Dimostrategli il vostro affetto quando aprite temi relativi all'adozione.

LA DEPRESSIONE POST ADOTTIVA DEI GENITORI ADOTTIVI.

Il momento dell'incontro è senz'altro un fatto emotivo molto intenso. Il viaggio, la differenza d'orario tra il vostro paese ed il Cile, l'adattarsi ad un clima ed abitudini diverse, il cambiamento nella vita che implica l'arrivo di un bambino/a, aumentano i livelli di stress ed angoscia.

Se a questo aggiungiamo di non contare sulla rete d'appoggio abituale, come gli amici e la famiglia, i sentimenti depressivi sono facilitati.

Nonostante quanto questo figlio/a sia stato atteso e quanto sia stato desiderato il progetto di famiglia, con l'arrivo del bambino potreste sentirvi tristi, svogliati o frustrati durante le prime settimane di convivenza.

Questi sentimenti sono simili alla cosiddetta depressione post parto e si conosce come depressione post adottiva. C'è poca documentazione al riguardo ed è un tema del quale di solito non si parla. Le persone che vivono la depressione post adottiva, ricevono l'incomprensione di chi hanno vicino, perché è "inaccettabile" che, dopo tanto tempo e sforzi investiti nell'essere padre o madre adottivi, adesso che avete vostro figlio, non siate immensamente felici.

La depressione post adottiva è tanto normale come la depressione post parto.

Ci sono studi in cui emerge che l'80% delle donne che adottano ne soffrono, in maggiore o minore misura.

COME AFFRONTARE LA DEPRESSIONE POST ADOTTIVA DEI GENITORI ADOTTIVI.

La maggior parte dei consigli per la depressione post adottiva sono simili ai consigli per affrontare la depressione post parto:

Sapere che è reale e che può succedere, aiuta ad affrontarla in modo migliore, aiutando a diminuire i sensi di colpa.

Concentratevi su vostro figlio o figlia e nel rafforzare la relazione con lui o lei. Non assumetevi altre responsabilità collegate, questa è la cosa più importante.

Non siate troppo esigenti con voi stessi, non avete l'obbligo di far tutto al cento per cento; nessuno può rispondere con livelli così alti di perfezione comportamentale, neppure voi.

Curate la vostra salute, lo sfinimento è il miglior alleato dell'angoscia. Mangiate e dormite bene e se siete molto stanchi e tesi, prendetevi il tempo per un bagno nella vasca, uscite a camminare da soli o con vostro figlio/a.

Concentratevi sul vostro respiro, praticate yoga, ballo divertente, agopuntura o qualunque altra attività che vi dia beneficio.

Durante i primi mesi di convivenza con il bambino/a, limitate le visite dei familiari ed amici. E' comune che dopo l'arrivo del bambino/a, molti amici e familiari vogliano venire a trovarvi. Invitateli uno per volta perché questa situazione non vi stressi.

Come coppia, curate la vostra relazione. L'arrivo di un bambino/a ha un forte impatto sulla relazione di coppia.

Cercate momenti d'intimità per parlare, organizzate gli orari per poter essere soli. Non perdetevi il romanticismo ed il buon umore. Se avete altri figli, fate a turno per donare ad ogni figlio attenzione esclusiva.

Esprimete i vostri sentimenti liberamente e onestamente ai professionisti che realizzeranno il monitoraggio post adottivo, tanto in Cile come nel vostro paese di residenza.

Loro, più di nessun altro, capiranno quello che state vivendo perché sanno che è nella normalità e vi aiuteranno senza giudicarvi.

Partecipate a gruppi di mutuo appoggio.

Altri genitori adottivi sapranno capirvi mettendosi al vostro posto. Ascoltare le esperienze, le storie e i modi di affrontare di altri che

hanno già vissuto questa tappa, può suggerirvi cosa fare davanti a determinate situazioni e soprattutto, non vi sentirete come esseri strani.

Ricordate che per legarsi affettivamente è necessario molto tempo. Non vi lasciate deprimere pensando di non sentite per vostro figlio tutto l'amore incondizionato che dovrete avere. Questo arriverà con il tempo.

Godetevi i momenti felici e teneteli a mente quando si presentano sentimenti negativi.

ADOTTARE UN FRATELLINO.

Le coppie che già hanno un figlio hanno sempre dubbi su qual è il momento migliore per adottare nuovamente, ma una volta che hanno deciso di iniziare un nuovo processo di adozione, sorge un nuovo interrogativo.

Qual è il momento migliore per dire a vostro figlio dell'arrivo di un fratellino? E' meglio attendere fino ad avere il nuovo certificato d'idoneità o quando la data del viaggio sia vicina?

La cosa migliore è coinvolgere gli altri figli nel processo, perché li aiuta a prepararsi a diventare fratelli maggiori ed permette loro anche di rivivere ed elaborare il proprio processo di adozione.

Dobbiamo sapere che, il senso del tempo per i bambini, così come la capacità di assimilare e elaborare le informazioni che gli si offrono, è diverso da quello degli adulti. I bambini/e sono concreti, se gli dite che presto arriverà suo fratello, la cosa più probabile è che pensi " sarà domani", per cui dovete stare molto attenti.

Se per gli adulti il processo di adozione è un andirivieni di emozioni difficili da affrontare, i bambini di solito non sono preparati a gestirlo. Per questo renderli partecipi non significa raccontargli tutti i dettagli di ogni fase.

Iniziate a raccontare in maniera generale che volete avere un altro figlio, spiegando gli aspetti base del processo adottivo.

Evitate che vostro figlio si crei delle aspettative immediate sull'arrivo del nuovo fratello, visto che non è possibile determinare questo tempo che può durare uno due o più anni.

La visita a domicilio e le valutazioni con l'assistente sociale e lo psicologo/a, possono essere presentate come la visita di qualcuno che aiuterà la famiglia a decidere se è buono o no adottare un altro figlio.

Nel momento in cui la data dell'assegnazione si avvicina, potete anticipare riferimenti sul tempo in modo che possa capire, come per esempio " dopo il tuo compleanno ", " quando finisce la scuola ", " quando arrivi l'estate ", ecc.

Evitate che il fratello che sta per arrivare sia presente in ogni conversazione, anche se è bene che il tema esca con naturalezza, permettere al bambino di esprimere i suoi pensieri, i dubbi, in maniera aperta.

Al momento di preparare suo figlio (adottato o biologico) per l'adozione di un fratello, è bene ricordare:

Indipendentemente da come arrivi il nuovo fratello, può provocare gelosia.

Nonostante abbia dimostrato una buona predisposizione al suo ipotetico arrivo e si sia dimostrato pieno di speranza nell'avere un fratello, è assolutamente normale che le relazioni fraterne siano marcate da gioco, litigi, competizione e rivalità.

Dare ad ogni bambino/a dedizione ed affetto riduce i sentimenti ostili, per cui è conveniente convincerlo che entrambi saranno ugualmente importanti.

Rendete cosciente e responsabile vostro figlio/a, dicendogli che il nuovo fratellino inizialmente avrà sicuramente bisogno di molto aiuto e pazienza. Aiutatelo perché abbia una visione realistica dei bisogni che avrà questo fratello e chiedetegli di diventare il fratello maggiore, un appoggio ed un esempio da seguire.

Anticipategli che dovrà essere molto generoso nel condividere non solo i suoi giocattoli e lo spazio fisico, ma anche l'affetto dei genitori.

Riaffermate a vostro figlio il suo posto in famiglia e nel cuore dei suoi genitori. Prima dell'arrivo del nuovo figlio dimostrategli il vostro sostegno ed amore incondizionato. Dedicategli molto tempo, in modo da cementare la relazione e fare in modo che si senta sicuro quando dovrà condividere la vostra attenzione.

A volte i timori dei bambini possono esprimersi sotto forma di domande o commenti negativi e probabili comportamenti ribelli. Non lo limitate, aiutatelo a fantasticare ed a esprimere i dubbi, anche se non vi piacesse quello che ascoltate.

Parlare di quello che spaventa il bambino, mettere in parole le sue emozioni, anche se negative, vi dà l'opportunità di aiutarlo a gestirle.

GELOSIE TRA FRATELLI.

Senza distinguere tra bambini adottati o biologici, i bambini a volte, soffrono per l'arrivo di un fratello.

Se il bambino o bambina che arriva è adottato, può aver bisogno di molta attenzione ed aiuto per adattarsi e sentirsi sicuro in una nuova casa. Per i bambini l'amore si misura dalla quantità di tempo e dall'attenzione che gli si dedica ed è normale che la loro sicurezza ne risenta per doverli improvvisamente condividere.

I bambini unici di solito hanno più difficoltà per adattarsi all'arrivo di un nuovo fratello. Incoraggiarlo a condividere il nuovo arrivo con altri bambini, qualche cugino, i figli degli amici o qualche vicino può aiutarlo ad affrontare meglio questo nuovo scenario. Tenete conto che è normale che a volte si adorino e difendano mutuamente e che, in determinati momenti, litighino e non si sopportino.

A volte i bambini dicono frasi come "mamma, perché non ridiamo il fratellino all'Istituto?". Non criticatelo, cercate di capire che dietro questa frase c'è il desiderio di proteggere ciò che gli appartiene.

Se vostro figlio o figlia dimostra gelosia verso il fratello, fategli sapere che lo capite e che è una cosa normale, spiegandogli che a volte vogliamo molto bene a qualcuno, ma che ci sono momenti in cui non lo vogliamo neanche vedere. Condividete le vostre esperienze e ricordi, gli aneddoti vissuti, aiutano i bambini a interiorizzare quello che sentono ed a capire le loro emozioni.

Evidenziate la differenza tra sentimenti e azioni. Le aggressioni fisiche o verbali non sono permesse, ma è sempre bene dargli spazio per esprimere quello che sentono.

Siate empatici con i suoi sentimenti, dicendogli frasi come "deve essere difficile per te che tuo fratellino attiri l'attenzione", questo fa che si senta compreso e accettato.

Cercate di non accentuare la rivalità tra fratelli e correggeteli se si presenta questo comportamento. Evitate confronti.

Realizzate attività nelle quali potete dedicare ad ogni bambino/a attenzione individuale e altre da condividere con entrambi.

E' L'ETÀ O E' L'ADOZIONE ?

Molto spesso, i genitori adottivi si domandano se alcune delle condotte di suo figlio/a sono "normali" o dovute alla sua condizione di adottato. Questo dubbio li stanca enormemente, in quanto ogni cosa che dice o fa il bambino/a, lo interpretano come conseguenza dell'adozione o frutto della storia di vita che ha vissuto.

In questo senso, potremmo dire che i genitori adottivi sono più insicuri come genitori, si interrogano sempre su tutto e sono molto auto esigenti con il loro comportamenti. Per questo la maggior parte delle volte esagerano nell'interpretare i comportamenti che sono normali in ogni bambino, dandogli connotazione di problemi.

Spesso portano il bambino/a allo psicologo, allo psichiatra, al neurologo, al medico o a qualunque specialista, cercando l'approvazione di un professionista o di qualcuno esterno per rassicurarli che " effettivamente il loro figlio/a sta bene ed è felice ".

Conviene ricordare che, come percorso del loro sviluppo, i bambini devono passare per certe tappe, alcune con maggiori difficoltà di altre, ma tutte normali e necessarie.

Per comprendere meglio i comportamenti di vostro figlio/a, la cosa migliore è di ricordare la vostra infanzia ed i momenti difficili che avete dovuto superare, le paure che vi terrorizzavano e le situazioni nelle quali vi siete sentiti soli, incompresi e distrutti.

Così, vi renderete conto che vostro figlio/a ha gli stessi sentimenti, paure e/o dolori.

Dobbiamo intendere l'adozione come un ulteriore evento che influisce nella crescita e comportamento del bambini, nella sua maniera di sentire e vedere la vita.

Può darsi che la sua condizione di adottato possa renderlo più sensibile in alcune circostanze, ma questo non cambia i problemi nello sviluppo a cui ogni bambino è esposto e che sono una fonte di stress e di apprendimento.

Durante le fasi di crescita, i bambini e bambine vanno capendo sempre in modo più approfondito quello che implica un'adozione.

Si pongono nuove domande ed emergono in loro nuovi sentimenti rispetto alla loro storia ed alle persone che sono state importanti nella loro vita.

Se in un dato momento vostro figlio/a ha un comportamento problematico, e pensate possa essere in relazione con l'adozione o semplicemente non sapete come gestire, è consigliabile chiedere aiuto a uno specialista.

Un professionista con esperienza in adozioni e nel lavoro con le famiglie adottive, sicuramente vi aiuterà ad interpretare correttamente ciò che succede, vi darà strumenti per aiutarvi a superare il problema e valutare se il bambino/a ha bisogno di un aiuto ulteriore.

ALLEGATI

IL MASSAGGIO SHANTALA.

Il massaggio Shantala è un'antica tecnica proveniente dall'India, che permette di stabilire uno stretto contatto tra genitori e figli.

Questo massaggio è stato introdotto in Europa e negli Stati Uniti 30 anni fa dal dottor Frédérick Leboyer, che ha visto nelle strade di Calcutta una madre che massaggiava il suo bebè.

Emozionato ha segnalato: *"Improvvisamente, in piena sordidezza, mi si è concesso contemplare uno spettacolo dalla bellezza più pura. Era come un rito rivestito di straordinaria dignità. Era come un balletto, in esso vi era tanta armonia, tanto giusto nel ritmo, anche se di grande lentezza. Sono rimasto meravigliato e confuso, l'orrore delle strade che avevo percorso, era scomparso. Ero come accecato da tanta bellezza e tanto amore."*

Lì ha scoperto come la pazienza e l'amore di quella madre chiamata Shantala, trionfavano nella più assoluta miseria. Da allora, questo tipo di massaggio s'è diffuso in tutto il mondo e nonostante fosse stato concepito per rilassare i bebè, è applicabile anche a bambini/e più grandi.

Nel caso dei bambini/e adottati, i benefici sono insuperabili, visto che l'affetto fisico è una delle più grandi carenze che hanno vissuto durante gran parte della loro vita, senza l'affetto e le attenzioni essenziali di un papà ed una mamma.

Per questo, risulta pertinente inserire nella presente guida aspetti di base di questa tecnica, che possiamo adattare all'età ed alle caratteristiche di ogni bambino/a.

Per fare il massaggio è necessario indossare panni comodi e confortevoli e mettersi seduti sul pavimento.

Esistono due posizioni di base per realizzare questo massaggio. Una è con le gambe estese e separate, con il bebè o il bambino in mezzo. L'altra è con una gamba estesa e l'altra flessa con il bambino in mezzo.

Avere a portata di mano tutto il necessario per realizzare il massaggio (Materassino, asciugamano, olio, ecc.) , preparare un ambiente caldo e rilassarsi con una respirazione profonda e con la distensione delle spalle e braccia.

IL PETTO:

1) Una volta messo l'olio sulle nostre mani, collochiamo le due mani sul petto del bebè o bambino, dal centro verso l'esterno, facendole scivolare , come si lisciano i fogli di un libro aperto.

Questa tecnica facilita l'ampliamento della capacità respiratoria.

2) Incrociare le mani sul petto. Collocare la propria mano destra sul lato sinistro dell'anca del bebè o del bambino e farla scivolare verso l'alto in direzione della spalla opposta, cioè la spalla destra. Finire avvolgendo la spalla del bebè o del bambino. Fare lo stesso ma nel senso contrario, cioè la mano sinistra sul lato destro dell'anca del bebè o del bambino e salire incrociandosi operando una dopo l'altra. Questo movimento porta equilibrio e armonia.

BRACCIA E MANI:

1) Nell'ultimo movimento, la nostra mano sinistra è rimasta sulla spalla sinistra del bebè o del bambino, la nostra mano destra è libera e con questa prenderemo il polso sinistro del bebè per estendere il braccio. Ma è la nostra mano sinistra che formando come un braccialetto, con piccoli tocchi della punta delle dita, scenderà fino alla manina. Arrivata a questo punto, torniamo alla spalla e ripetiamo il movimento quattro volte, sempre dalla spalla verso il polso.

2) Con le due mani giunte, prendere il braccetto sinistro del bebè o del bambino all'altezza della spalla, far scivolare le due mani verso il polso con movimento di torsione. Le mani devono muoversi allo stesso tempo, ma in direzione opposta. Arrivati al polso, iniziare nuovamente il movimento quattro volte.

3) Continuiamo a massaggiare la mano sinistra del bebè o del bambino. Con il pollice massaggiare dal centro del palmo della manina verso ogni ditino, soavemente e lentamente. Dopo questo movimento passare il palmo della vostra mano sul palmo della manina del bebè o del bambino. con questo movimento si può fare un gioco in cui il bambino può mantenere il palmo chiuso, non bisogna forzarlo, lo aprirà quando lo desidera.

4) Con questi movimenti rafforziamo i muscoli e le articolazioni, si attiva la circolazione e si stimola il sistema nervoso, preparando il bebè ad andare gattoni ed a camminare. Si dà anche al bambino la nozione di contorno e limite delle proprie estremità, lavorando sull'immagine corporea. Successivamente realizziamo gli stessi movimenti, ma con l'altro braccio e l'altra mano del bambino.

ADDOME:

1) Collocare la mano piana sull'addome, sotto le costole e farla scivolare verso il basso ventre. Quando una mano finisce il movimento l'altra inizia e così successivamente. Realizzare questo movimento quattro volte.

2) La mano sinistra prende il piede del bebè o del bambino per mantenere le gambe estese ed un poco elevate. La mano destra realizza il movimento da sopra a sotto quattro volte, poi questo stesso movimento è realizzato sull'avambraccio ripetuto con la stessa mano quattro volte.

Nella zona addominale è molto importante l'uso dell'olio perché, insieme ai movimenti, faciliteremo il funzionamento intestinale e l'eliminazione dei gas, dando sollievo nelle coliche oltre a tonificare i muscoli addominali.

GAMBE E PIEDI:

1) S'inizia nella stessa maniera con cui abbiamo iniziato con le braccia. Con la mano destra prenderemo il piede sinistro del bebè, per estendere la gamba, ma è la nostra mano sinistra quella che formerà come un braccialetto, dando tocchetti con le punta delle dita dalla coscia fino alla caviglia. Arrivati a questo punto torniamo alla coscia e ripetiamo questo movimento verso il piede quattro volte, sempre dalla coscia verso il piede.

2) Con le due mani unite prendere la gamba sinistra del bebè all'altezza della coscia, far scivolare le mani verso il piede, con movimento di torsione. Le mani devono muoversi contemporaneamente, ma in direzioni opposte. Arrivati al piede iniziare nuovamente il movimento dalla coscia per quattro volte.

3) Continuiamo a massaggiare il piede sinistro del bambino. Con il pollice massaggiare il tallone in direzione di ogni dito, dolcemente e lentamente, perché i piedi del bambino sono molto sensibili.

Dopo questo movimento passare il palmo della mano sulla pianta del piede del bambino. Continuiamo con gli stessi movimenti sull'altra gamba e piede.

SCHIENA:

Per iniziare i massaggi sulla schiena dobbiamo cambiare la posizione del bambino. Durante tutto il massaggio il bebè è stato posto in parallelo alle nostre gambe, a partire da questo momento lo collocheremo trasversalmente.

1) Collocare le mani parallele ed unite all'altezza della nuca del bambino. Iniziare alternando le mani ritmicamente verso avanti e verso indietro, nello stesso tempo in cui scivolano dalla nuca in direzione alle natiche e dalle natiche verso la nuca. Le mani vanno e vengono, salgono e scendono mantenendo sempre lo stesso ritmo.

2) La nostra mano sinistra è quella che percorre in maniera piana la schiena del bambino, scendendo dalla nuca verso le natiche, allora abbandona questo punto e torna al punto di partenza, la nuca, per poi tornare a scendere. Questi movimenti devono essere lenti, continui e profondi. La mano destra sostiene la natica del bambino e si oppone al movimento della sinistra. Entrambe le mani lavorano in armonia; una rappresenta l'aspetto dinamico dell'energia e l'altra l'aspetto statico.

3) E' lo stesso movimento del precedente ma senza fermarsi sulle natiche, prosegue invece verso le cosce fino ai talloni, da lì sale e torna a scendere. La mano destra sostiene i piedi del bambino.

Il massaggio della schiena allevia le tensioni accumulate, nello stesso tempo in cui distribuisce equilibrio ed armonia.

IL VISO:

Per massaggiare il viso dobbiamo collocare il bambino nella posizione iniziale, supino e parallelo alle vostre gambe.

1)La fronte: Iniziamo il movimento partendo dal centro della fronte con le punte delle nostre dita. Il movimento continua verso i lati sino al bordo superiore delle sopracciglia. Si torna poi al centro e si rifà lo stesso percorso. In ogni movimento le dita cercano di arrivare più all'esterno, cioè verso le tempie.

2) Base del naso: collocare i pollici tra gli occhi, sulla parte superiore del naso. Scendere per i laterali del naso e poi salire facendo lo stesso percorso.

3)Gli angoli del naso: far scivolare i pollici per i lati del naso, contornando la bocca e seguendo il mascellare superiore fino a soffermarsi nella parte inferiore delle guance.

Il massaggio del viso è estremamente rilassante, aiuta ad indurre un sonno profondo e confortevole. Inoltre distende la muscolatura della zona ed aiuta a migliorare problemi come la congestione ed il raffreddore, evitando che si ostruisca la regione nasale.

ESERCIZI DI CHIUSURA :

BRACCIA:

1. Prendere le mani del bambino ed incrociare le braccia sul petto. Aprire poi le braccia ed incrociarli in maniera opposta, cioè prima il braccio destro sopra e poi il braccio sinistro sopra. Questo tipo di movimenti diverte molto i bebè e sorridono con frequenza, ma se sono molto piccoli e rifiutano l'aprire ed il chiudere le braccia, lasciamo che adotti la posizione che più gli piace.

GAMBE E BRACCIA:

2. Prendere un piede e il braccio opposto, incrociare il braccio e la gamba in maniera che il piede si avvicini alla spalla e la mano alla coscia opposta.

Libera le tensioni delle vertebre specialmente le lombari.

3) Prendere i due piedi ed incrociare le gambe sulla zona addominale bassa, aprire le gambe stendendole ed incrociandole nuovamente invertendo la posizione. Aprire e chiudere varie volte.

Rilassa le articolazione pelviche, specialmente i suoi legamenti con il sacro e la base della colonna vertebrale.

IDROTERAPIA:

E' importante capire che questa tecnica va più in la dell'igiene in se, è un momento di completa liberazione di cui dobbiamo approfittare per arricchire il contatto pelle a pelle.

Inoltre aiuta a rilassare profondamente il bambino, tornando a sperimentare le dolci sensazioni della vita intrauterina.

Questo è il momento in cui l'acqua ha il ruolo da protagonista. Lasciamo semplicemente che lei agisca e godiamo insieme a nostro figlio questo momento.

LINEE GUIDA GENERALI DELLA GESTIONE DELLA CONDOTTA.

1) Insegnategli a comportarsi bene. Insegnate a vostro figlio/a qual è la maniera giusta di comportarsi e spiegategli chiaramente cos'è quello che desiderate lui faccia.

A volte succede che i bambini/e adottati non si comportano nella maniera in cui desideriamo e ci fanno vergognare un poco davanti ad un familiare o un amico.

Questo succede perché non gli sono state spiegate alcune norme, che sono proprie di ogni famiglia o paese e non distinguono quello che è corretto da quello che non lo è. Insegnategli allora quale deve essere il suo comportamento, correggendo le sue azioni negative in maniera chiara, senza ridicolizzarlo o offenderlo.

2) Dovete dare ordini facili da realizzare. Iniziate chiedendogli cose che voi sapete che lui è capace di fare, che gli siano gradevoli e lodatelo quando lo fa. Un poco alla volta chiedetegli che realizzi cose con un livello maggiore di difficoltà o complessità.

3) Praticate con l'esempio. Cercate di prestare attenzione al vostro comportamento perché siate un buon riferimento per vostro figlio/a.

Gran parte dei bambini/e imparano per imitazione e copiano quello che fanno i loro genitori, professori o qualche adulto importante nelle loro vite. Per questo fate attenzione e siate coerenti con la vostra condotta.

4) Date al bambino ordini molto chiari. Perché obbediscano iniziate con istruzioni corte, specifiche e molto chiare. Per i bambini è importante sapere perché gli chiediamo che facciano qualcosa o quello che debbono imparare. Dobbiamo dar loro ordini ragionevoli con spiegazioni sul come farlo.

5) Siate appropriati quando chiedete a vostro figlio o figlia che faccia qualcosa. Approfittate dei momenti di tranquillità con lui o lei e dategli la fiducia necessaria.

6) Premiate la sua buona condotta. L'elogio e la lode hanno effetti molto positivi nei bambini/e perché da una parte eleva la sua autostima e dall'altra rinforza quei comportamenti che desideriamo mantenga.

Risaltate le sue qualità ed abilità. Siate concreti negli elogi, i bambini/ e devono sapere qual è il comportamento che stiamo premiando e perché.

7) Nello stabilire norme, entrambi i genitori devono essere d'accordo. E' importante che intervengano in modo unitario nel momento di stabilire norme ed esigenze al bambino/a.

I bambini hanno una grande abilità per scoprire a chi debbono ubbidire, chi è il più permissivo o chi può convincere più facilmente e sanno utilizzare a loro favore qualunque debolezza.

8) Bisogna motivarli. Non solo è importante che sappiano ciò che debbono fare, ma anche che conoscano le conseguenze positive del farlo bene.

In questo modo interiorizzeranno come propri i comportamenti corretti.



SERVIZIO NAZIONALE DEI MINORI
DIPARTIMENTO PER LE ADOZIONI

Aprile 2010



GOBIERNO DE
CHILE
SERVICIO NACIONAL
DE MENORES



Questo opuscolo (unitamente all'altro : Adottare in Cile), ideato e realizzato dagli operatori del Servizio Nazionale dei Minori (Sename) di Santiago del Cile, è stato tradotto, elaborato e stampato a cura di :



ENTE AUTORIZZATO PER LE ADOZIONI INTERNAZIONALI

Piazza del Torraccio di Torrenova, 28 00133 Roma (Italia)

www.adozionefamiglieicyc.org - www.proicyc.org

lcyc.roma@proicyc.org - lcyc.perugia@proicyc.org

Gli Stati firmatari della presente Convenzione,

Riconoscendo che, per lo sviluppo armonioso della sua personalità, il minore deve crescere in un ambiente familiare, in un clima di felicità, d'amore e di comprensione;

Ricordando che ogni Stato dovrebbe adottare, con criterio di priorità, misure appropriate per consentire la permanenza del minore nella famiglia d'origine;

Riconoscendo che l'adozione internazionale può offrire l'opportunità di dare una famiglia permanente a quei minori per i quali, non può essere trovata una famiglia idonea nel loro Stato di origine;

Convinti della necessità di prevedere misure atte a garantire che le adozioni internazionali si facciano nell'interesse superiore del minore e nel rispetto dei suoi diritti fondamentali, e che siano evitate la sottrazione, la vendita e la tratta dei minori,

Desiderando stabilire, a questo scopo, disposizioni comuni

*(dal preambolo della " **convenzione sulla protezione dei minori e sulla cooperazione in materia di adozioni internazionali** " fatta a l'Aja, il 29 maggio 1993)*

Associazione Famiglie adottive pro I.C.Y.C. Onlus

La convenzione fatta all' Aja nel maggio del 1993, coinvolge tutti gli stati firmatari e ratificanti ad operare con interventi e progetti che consentano al minore la sua permanenza nel paese d'origine.

Il Cile tramite le attività del Sename ha dimostrato negli ultimi anni notevole sensibilità ed attenzione per accogliere e proteggere i minori in stato di abbandono e a rischio sociale, privilegiando progetti che ne prevedono il rientro nella famiglia d'origine.

Questi opuscoli evidenziano quanta attenzione viene posta dal Sename per aiutare le coppie, nell'incontro con il bambino, a capire lo stato d'animo del minore abbandonato che, in quel momento, vive una situazione difficilissima di cui non ne capisce i contenuti e i possibili sviluppi futuri; inoltre non conosce ancora i nuovi genitori e questo lo spaventa molto, lo rende ancora più fragile e insicuro e ne condiziona gli atteggiamenti.

Il periodo di permanenza in Cile solitamente è vissuto dalla coppia come inutile, faticoso e problematico. Presa dall'ansia del rientro in Italia, spesso non riesce a " capire " le ansie e le paure del bambino che sono molto profonde e dolorose.

*Siamo certi che queste due pubblicazioni " **Adozione di Bambine e Bambini Cileni** " e " **adottare in Cile** ", possono aiutare le coppie che sapranno " approfittare " della permanenza in Cile per " ascoltare " il loro bambino, tentare di entrare in empatia per comprendere e accettare il suo vissuto, anche con l'aiuto degli operatori del Sename.*

E' molto importante inoltre fare uno sforzo per imparare a conoscere anche il paese che le ospita, la sua cultura, gli usi, i costumi e la sua gente; se possibile sentirlo anche un po' il loro paese e operare in modo che i figli ne siano orgogliosi.

Quando cresceranno, sarà inevitabile la ricerca di se stessi, della propria identità e delle proprie radici; questo li porterà inevitabilmente a confrontarsi anche con il proprio "vissuto ", sarà utile per loro, in quel momento, avere un ricordo il più possibile " reale " e " positivo" del proprio paese, meglio se condiviso anche con i genitori.

Grazie all'assistente sociale Marisol Venegas Monares, che ha curato queste pubblicazioni e a quanti vi hanno collaborato.

Grazie a tutti gli operatori del Sename per quanto fanno a favore dei minori e per l'aiuto concreto che danno a tutte le coppie che si recano in Cile per adozione.

Marzo 2011

Il Presidente
Giovanni Palombi

NOTE