

ALBERTO
PELLAI

7/10
anni

COSÌ SEI NATO TU

Una storia in rima per spiegare
come nascono i bambini

Presentazione di
Licia Colò

Storie per
**L'EDUCAZIONE
SESSUALE
E AFFETTIVA**

Erickson

7/10
anni

Ma allora chi li ha messi lì dentro,
come han fatto nella pancia a entrare?
Chi li infila in quel pallone che tieni lì davanti
e con cui non si può giocare?
«Zia Carolina, perché sei così rossa
in faccia, cosa c'è che non mi riesci a dire?».

Il pancione di zia Caterina fa sorgere inevitabile una domanda. Come ha fatto quel bambino che nascerà tra poco a entrare lì dentro? Ecco: come nascono i bambini? Un evento così naturale quanto misterioso. Questo libro, con un approccio poetico unito a una solida prospettiva biologico-fisiologica, aiuta i genitori e gli educatori a trovare le parole giuste. Perché il silenzio, su un tema così delicato e bello, non è un'opzione neutra. Con brani in rima e approfondimenti semplici ma accurati ecco le parole appropriate per capire insieme cos'è l'innamoramento, perché si fa l'amore, cosa può succedere se due corpi si uniscono, come funzionano gli organi genitali. Per scoprire il concepimento, la crescita nella pancia della mamma, il travaglio, il parto.

Le altre storie per
**L'EDUCAZIONE
SESSUALE
E AFFETTIVA**



€ 14,00

ISBN 978-88-590-0485-1



9 788859 004851

www.erickson.it

Indice

- 7** Presentazione di Licia Colò
- 9** Introduzione
- 14** La storia
- 44** Le attività

Presentazione

di Licia Colò

La nascita di un figlio è un evento che modifica completamente la vita di una persona. All'inizio vi è la gioia di dare la vita a un essere che sarà parte di noi; poi, man mano che il piccolo cresce, ecco che il fatto che mai alcuno ci abbia insegnato a fare i genitori si materializza e mette in evidenza le nostre lacune.

Alberto Pellai con le sue osservazioni ci insegna a colmarne alcune per il benessere psicologico dei nostri figli. Il suo modo di descrivere al piccolo come sia giusto imparare a conoscere il nostro corpo e le sue esigenze è pacato e scientifico. L'invenzione di descrivere in forma poetica il modo per rispondere alle domande dei nostri figli sulla nascita e la sessualità, rompendo quel silenzio impacciato, quasi vergognoso che spesso usiamo, riesce a rendere comprensibili gesti e situazioni che potrebbero sembrare «forti». Dalle parole, ai disegni, tutto ci riconduce al fatto che la nascita di un figlio è il frutto di un gesto d'amore che durerà tutta una vita. Uno dei passi più belli è

Nascere dall'amore

C'era un tramonto rosa, un abbozzo di luna, una brezza che ci accarezzava la pelle...

E il tuo papà aveva occhi innamorati e brillanti che a me sembravano due stelle.

Gli ho sussurrato: «Questa sera mi sento immersa e circondata dall'amore perché tutto risplende di una luce speciale e a me batte forte forte il cuore».

Questi due libri sono un aiuto prezioso che ci possono accompagnare per mano durante il percorso della scoperta dei nostri figli, della vita reale.

Introduzione

Agli adulti voglio dire...

Probabilmente sono due i motivi possibili per cui adesso vi trovate con questo libro in mano:

- a) un bambino (forse vostro figlio oppure un vostro alunno) vi ha fatto la fatidica domanda «Come nascono i bambini?» e voi avete sentito una specie di vulcano accendersi nella vostra pancia nel momento in cui avete cercato di abbozzare una risposta. Di conseguenza avete deciso di correre ai ripari, di scoprire cosa un «esperto» ha scritto su questa «faccenda», così da ispirare in futuro le vostre conversazioni sul tema, con l'aiuto delle parole prese in prestito da uno specialista del settore;
- b) nessuno vi ha ancora chiesto niente, ma voi sapete che prima o poi qualcuno vi farà la fatidica domanda e di conseguenza volete giungere preparati a quel momento.

Ma io a questo punto vi provo: e se nessuno mai vi facesse quella fatidica domanda? Se pur vivendo a contatto con i bambini, perché siete genitori o insegnanti o educatori, nessuno vi facesse mai una domanda che ha a che fare con la sessualità, voi che cosa fareste a quel punto? Direste a voi stessi: «Meglio, così nessuno mi obbliga a fare conversazioni che magari non sono in grado di gestire». Oppure, come spesso sento dire a molti genitori: «Se nessuno chiede, significa che non c'è nulla da domandare e di conseguenza nulla da spiegare. Quindi è inutile anticipare curiosità che magari non appartengono ai bambini o spingerli forzatamente verso qualcosa che non appartiene alla loro età».

Se ci pensate bene, questo è quello che hanno fatto con noi i nostri genitori e che ha connotato l'educazione sessuale delle generazioni passate con il codice del silenzio. Ma è fondamentale comprendere che anche il silenzio insegna ai bambini molte cose. Come conseguenza del nostro

«non dire», loro probabilmente pensano che «Se nessuno ne parla... vuol dire che è una cosa brutta. Oppure sbagliata. Oppure vietata. Oppure qualcosa che li fa arrabbiare».

E in effetti molte di queste affermazioni concordano con quello che tanti bambini vedono succedere nelle loro case quando la sessualità vi fa capolino, entrando in modo inaspettato o imprevisto. Se, mentre si guarda la TV, compare sullo schermo una scena sessualmente esplicita, solitamente le mamme si buttano sul telecomando e con una velocità da record del mondo cambiano in tutta fretta canale, spesso commentando: «Questo non va bene per te». Intanto i papà stanno in silenzio, magari seduti sullo stesso divano. Così se un bambino volesse chiedere: «Che cosa non va bene per me? Come andava a finire la scena che non ho potuto vedere? Perché mamma sei diventata tutta rossa in faccia mentre cambiavi canale e sembravi pure arrabbiata?» sa bene che queste diventano domande impossibili da fare a chi non ha parole o le uniche parole che sa dire è: «Questo non va bene per te».

Ancora peggio è ciò che succede in certe case dove — quando compare la sessualità — nessuno dice nulla, nessuno commenta, nessuno spiega, nessuno accoglie e condivide emozioni. Quindi, il bambino si ritrova solo a dover gestire le emozioni che la sessualità (vista, spiata, ricevuta o subita dai molti media con cui tutti noi oggi viviamo connessi) genera in lui. E spesso quelle emozioni lo lasciano confuso ed eccitato, impaurito e incuriosito al tempo stesso. Tutto questo porta i nostri figli e i nostri alunni a muoversi in modo randagio e solitario nei territori della pornografia, della scoperta di una sessualità raccontata in modo grossolano o volgare, mai collegata con il principio della relazionalità. Al massimo, di queste cose provano a parlare fra di loro. Le conversazioni tra pari sono molto importanti, quando si è in età evolutiva, ma spesso, intorno alla sessualità, i coetanei non si sanno supportare in modo adeguato. Anzi, aggiungono confusione a confusione. Perché la sessualità è un aspetto nei confronti del quale è fondamentale potersi confrontare con un adulto significativo e competente. E, in effetti, se nella vita reale mancano questi adulti, i nativi digitali vanno poi a cercarsi magari in altro modo, magari nella vita virtuale. Nella rete, ci sono molti siti che offrono materiali di educazione sessuale adatti ai minori, con esperti disponibili a interagire e a fornire risposte ai quesiti di chi li interpella. Ma Internet offre anche infiniti percorsi nei quali la curiosità sessuale dei minori — che è un elemento naturale e fisiologico — viene intercettata e dirottata verso siti diseducativi o addirittura autolesivi e pericolosi.

Nel nostro contesto socio-culturale, in cui la sessualità è un bene in vendita e utilizzata nei modi più disfunzionali da strategie di marketing aggressive e incuranti dei bisogni educativi di chi sta crescendo (perché orientate solo verso il maggior profitto economico), i nostri figli e studenti

hanno davvero — e molto più che in passato — bisogno di adulti che sanno stare di fronte a loro con le giuste emozioni e le giuste parole per parlare di sessualità, sentimenti e affetto. Adulti che fanno questo con la convinzione e il desiderio di creare una narrazione condivisa e coinvolgente che fornisca la possibilità di connettere semanticamente queste tre parole — ovvero sessualità, sentimenti e affetto — così che esse si possano contaminare reciprocamente non solo in termini di significato astratto, ma anche di loro inclusione nel progetto di vita di ciascuno.

Questo libro nasce proprio da questa esigenza: fornire ai bambini una narrazione sul concepimento e la nascita che non escluda nessuna di queste tre parole. Per cui, è un libro con cui l'adulto può parlare di sessualità, senza escludere o omettere alcuna verità, né nessun dato biologico (come ormai finalmente sappiamo tutti, non è più il tempo dei cavoli né quello delle cicogne). Al tempo stesso la narrazione di tali elementi viene inserita dentro alla storia — personale e umana — delle persone. È questo il modo attraverso il quale la sessualità non rimane solo «sesso» e allo stesso tempo il bambino può integrarne — con tranquillità e sicurezza — la conoscenza all'interno del proprio apparato emotivo-cognitivo perché chi gliela racconta non gli fornisce solo informazioni (aspetto cognitivo) o, al contrario, non reagisce di fronte al suo bisogno di sapere unicamente con emozioni forti e distoniche (un adulto che, di fronte a un bambino che fa una domanda sulla sessualità, diventa rosso e imbarazzato e dice «questo non va bene per te», non fornisce alcuna risposta sul piano cognitivo e al tempo stesso invece lascia un segno molto profondo nella mente emotiva del suo interlocutore). Il mio consiglio è dunque quello di leggere questo libro con i vostri bambini (figli o alunni che siano) e di godervi lo spettacolo della naturalezza e soddisfazione con cui loro commenteranno parole e figure, vi chiederanno di metterle in relazione alla loro storia personale e, così facendo, vi dimostreranno che — parola dopo parola, pagina dopo pagina — vi stanno scegliendo come loro educatori di riferimento rispetto al tema della sessualità. Che è un bel passo in avanti rispetto a quello che probabilmente è successo a voi quando eravate bambini e dal silenzio oppure dalle reazioni «incongruenti e incoerenti degli adulti» avete appreso a non potervi fidare di loro in questo ambito specifico.

Ciò che diciamo o non diciamo ai bambini intorno alla sessualità rappresenta l'impalcatura su cui essi stessi costruiranno il loro sapere, saper fare e saper essere relativi a questa dimensione. Condividere la bellezza e la poesia di questo volume con chi sta crescendo significa diventare artefici e corresponsabili della migliore impalcatura attorno alla quale i bambini fonderanno poi il progetto di felicità della loro esistenza. Progetto del quale la sessualità è un ingrediente necessario e importante.

I bisogni educativi dei bambini nell'area della sessualità tra i 7 e i 10 anni

Se i bambini di questa età chiedono: «Come nascono i bambini?», la loro aspettativa è che gli adulti diano una risposta semplice e accurata allo stesso tempo. La loro mente, in questa fase della vita, è impegnata nella ricerca di informazioni e nell'immagazzinamento di dati ed elementi con cui, negli anni successivi, diventeranno attivi esploratori del mondo che sta loro intorno. Nei decenni passati, questa fascia d'età veniva definita — in relazione alla sessualità — fase della latenza, termine coniato da Freud per spiegare l'unico periodo del ciclo di vita in cui la sessualità e l'energia psichica ad essa associata si acquietano per permettere al bimbo di potersi dedicare a tutti gli apprendimenti cognitivi e concreti che sono richiesti nella seconda infanzia. Ma se la regola della «latenza» poteva essere adeguata per i bambini del millennio scorso, oggi non risponde più alle esigenze di crescita dei nativi digitali. Come molti insegnanti possono confermare, alla scuola primaria ci sono bambini che hanno sentito, ascoltato, visto e che sono stati esposti a molti materiali, conversazioni e immagini impregnate di riferimenti sessuali più o meno espliciti. La generazione degli Smartphone e dei Touchscreen assorbe contenuti dalla rete e dai media che invadono la loro esistenza, senza soluzione di continuità. Si tratta di materiali dove i riferimenti alla sessualità si sprecano, dove le differenze e i ruoli di genere vengono spesso sviliti in una logica banale che trasforma i corpi in oggetto di seduzione e di piacere, corpi che interagiscono usando codici della sessualità spesso poveri di significati sentimentali e relazionali.

Per questo, nel volume che avete in mano, avete la possibilità di proporre ai vostri figli o studenti una serie di materiali molto adeguati ai loro bisogni di educazione sessuale. La storia della nascita, infatti, è proposta con un approccio poetico e ricco di implicazioni e coloriture emotive. Per chi ha già utilizzato in passato l'equivalente volume rivolto ai bambini della fascia 4-7 anni, sarà bello scoprire e riscoprire la storia della nascita. L'unico brano che è cambiato rispetto al libro per i più piccoli è quello relativo al tema del concepimento. La quartina che allora recitava così:

*Quella notte il papà dentro alla mamma come un giardiniere il suo seme ha piantato,
poi quel seme nel ventre della mamma un piccolo uovo ha incontrato...
Toc toc? Sulla porta dell'uovo il seme ha bussato ed è stato fatto entrare:
questo è stato il primo istante di un viaggio lungo nove mesi che nella nostra vita ti ha fatto arrivare...*

è in questo volume sostituita da un nuovo testo:

*Quella notte il papà dentro al mio ventre come un giardiniere il suo seme ha piantato,
dai testicoli al pene il suo seme si è spostato, nella mia vagina è entrato e nel mio utero ha viaggiato.*

*Lì ha incontrato un uovo della mamma, alla sua porta ha bussato ed è stato fatto entrare:
si sono fusi e mescolati, divisi e raddoppiati e in nove mesi dentro me ti sei potuto formare.*

Come si può facilmente intuire, questo libro, pur mantenendo l'approccio poetico, integra però informazioni biologiche appropriate all'età e spiega ai giovani lettori tutto quello che c'è da sapere relativamente ad anatomia e fisiologia dell'apparato riproduttivo, permettendo anche di comprendere come funziona il concepimento nel corso di un rapporto sessuale.

La seconda parte del volume permette ai bambini di avere una conoscenza approfondita di tutti gli aspetti dell'educazione sessuale con presentazione di informazioni, storie e pensieri che coprono gli aspetti organici, biologici, emotivi e relazionali, che qui vengono affrontati con lo stile della domanda e della risposta oltre che con la proposta di attività e giochi da eseguire in autonomia oppure con il supporto degli adulti.

Questo volume costituisce lo strumento che precede l'ulteriore approfondimento proposto all'interno del libro *Col cavolo la cicogna!* (Erickson, 2009), destinato ai bambini di età compresa tra i 10 e i 12 anni e complessivamente completa una trilogia di materiali ideati e realizzati per aiutare gli adulti nel complesso — ma meraviglioso — percorso di educazione sessuale, affettiva e sentimentale di cui ogni bambino ha bisogno.

C'era un tramonto rosa, un abbozzo di luna, una brezza che ci accarezzava la pelle...

E il tuo papà aveva occhi innamorati e brillanti che a me sembravano due stelle.

Gli ho sussurrato: “Questa sera mi sento immersa e circondata dall'amore perché tutto risplende di una luce speciale e a me batte forte forte il cuore...”.





Allora lui mi ha presa per mano e mi ha sdraiata sopra un letto di erba e fiori,
quindi ha cominciato a baciarmi e abbracciarmi e il cielo è diventato di mille e più colori...
Poi si è spogliato e anche a me tutti i vestiti ha tolto, e mi ha stretta, amante e innamorato...
Io ero la nave, lui il mio mare che mi cullava tra le onde, lento, forte e un po' agitato...





...In quel movimento ho sentito che l'amore era più grande di noi due, era ancor di più, così in quell'istante l'ho capito: forse con me e con lui c'eri anche tu...

Sei stato concepito in quella notte quando tutto era perfetto e noi siamo diventati mamma e papà.

Prima eravamo uomo e donna, ora con te siamo genitori, ed è speciale questa felicità!





Crescere nella pancia della mamma

“ All’inizio eri piccolo e un po’ strano, una biglia senza forma, ma il tuo cuore già batteva.
Poi son cresciute le parti del tuo corpo, braccia e gambe e con l’ecografia di te tutto si vedeva.
Eri lì al centro di me, a mollo in un’acqua calda e profumata, nutrito grazie alla placenta...
Tu diventavi grande dentro me e io nell’attesa ero piena di paure e sogni, ma contenta. ”

19. Cosa sono la placenta e il sacco amniotico?



Sono le due strutture che si formano intorno al bambino che sta nascendo e crescendo nella pancia della sua mamma e che gli permettono di sopravvivere. La placenta infatti è un organo che permette lo scambio di sangue tra mamma e figlio, durante i nove mesi della gravidanza. È attraverso la placenta che passano le sostanze nutrienti, l’ossigeno e gli anticorpi che permettono al bambino di crescere in peso e dimensioni e di difendersi dalle malattie. È sempre grazie alla placenta che i microorganismi (causa

di molte malattie infettive) vengono nella maggior parte dei casi fermati e ad essi non è permesso entrare nel corpo del bambino.

Il sacco amniotico, invece, è una specie di grande bolla ricca di liquido all'interno della quale il bambino galleggia e viene protetto. Immagina infatti che la pancia della mamma subisca un urto o venga colpita da qualcosa. Se il bambino che sta nella pancia fosse immediatamente a contatto con essa il colpo lo potrebbe danneggiare in modo anche irrimediabile. Invece il bambino sta immerso in una sua piccola piscina personale. Il sacco amniotico, perciò, se anche viene colpito o percosso, trasmette semplicemente delle vibrazioni che creano un'onda al suo interno e che alla fine funzionano come una sorta di idromassaggio che non fa alcun male al futuro neonato. Una bella garanzia e una bella protezione, non c'è che dire!

20. Cos'è un'ecografia e perché si fanno le ecografie durante la gravidanza?



L'ecografia è l'equivalente di una fotografia che viene fatta al bambino che sta nella pancia della mamma. Proprio perché il bambino è in un luogo chiuso e buio, la fotografia che se ne può ottenere non ha le caratteristiche della fotografia alla quale si è abituati nella vita di tutti i giorni. Non si possono perciò vedere i colori e le sfumature, ma si possono invece vederne le forme, il profilo e le dimensioni. Grazie a queste caratteristiche, il medico può tenere sotto controllo la crescita dell'embrione (nel primo trimestre) e del feto (dal quarto al nono mese) e perciò tranquillizzare la mamma rispetto a come procedono le cose per il suo bambino.

Inoltre, sempre grazie all'ecografia, può essere prevista la data approssimativa in cui avverrà il parto. Insomma, l'ecografia è una fotografia molto sfocata che però fornisce un sacco di informazioni mediche utili. Inoltre attraverso un'ecografia due genitori, se lo desiderano, intorno al quarto/quinto mese, possono scoprire se il loro bambino è maschio o femmina.

Vai alla ricerca delle ecografie che sono state fatte in occasione della gravidanza che ha portato alla tua nascita. Osserva con attenzione le immagini in esse contenute. Verifica se riesci a riconoscere la struttura abbozzata del corpo umano del bambino che eri quando stavi nell'utero della tua mamma.



Fatti raccontare dalla mamma quali emozioni provava quando si sottoponeva all'ecografia. Chiedile che cosa le succedeva quando il dottore le faceva sentire il rumore del battito del tuo cuore.

