

Il rispetto nelle relazioni

Genitorialità ... ma cos'è?

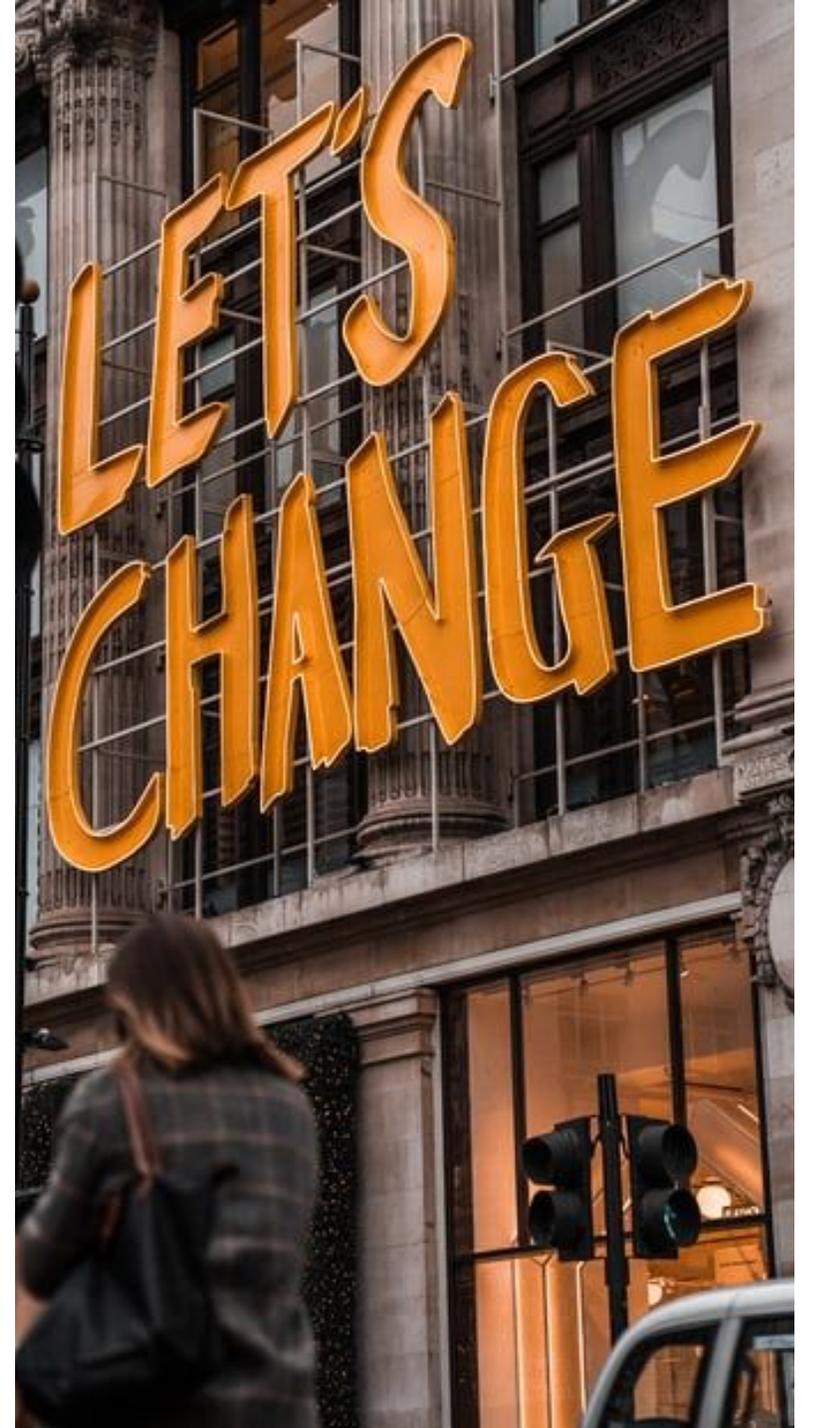
Funzione che incorpora in sé sia aspetti individuali relativi all'idea (conscia ed inconscia) di come deve essere un genitore, sia gli aspetti di relazione che la coppia condividerà per assolvere al nuovo compito.





I cambiamenti

- Nuove responsabilità.
- Cambi nello stile di vita.
- Nuovo equilibrio emotivo (non vengo più per primo/a).
- Cambio nelle relazioni.
- Lavoro.
- Irreversibilità.





Decisioni legate al diventare genitori

- Maturità emotiva.
- Desiderio (un figlio non crea miracoli: salvare un matrimonio, bassa autostima, riconoscimento dei ruoli).
- Salute.
- Considerazioni finanziarie.

Maternità: *l'idea* sull'essere mamma

A cosa una madre dovrebbe provvedere:

- Attenzione a tempo pieno.
- Devozione ... fino al sacrificio totale!
- Intenso coinvolgimento.
- I bisogni del bambino sono più importanti di quella della madre.



Paternità: *l'idea* sull'essere papà

- Cambio nella relazione sessuale con la partner.
- Il papà sa tutto/ Il papà non sa nulla.
- Ansia legata alle abilità, al bambino, ai soldi.
- La paternità cambia rapidamente.



I 5 principi alla genitorialità

Capire cosa provano e cosa sentono i nostri figli

Risoluzione dei problemi

Far sentire il proprio affetto

Fornire punti di riferimento

Individuare gli obiettivi a lungo termine



L'importanza della comunicazione in famiglia

La comunicazione è considerata una delle dimensioni fondamentali (insieme alla coesione tra i membri e all'adattabilità dei singoli e del gruppo all'ambiente esterno) per il funzionamento del sistema familiare.





- La comunicazione positiva facilita la capacità di cambiamento del sistema verso livelli più soddisfacenti di coesione e adattamento.
- La comunicazione negativa invece inibisce il sistema familiare e la sua evoluzione verso la capacità di soddisfare le esigenze di tutti i membri.

Rispetto

Premura, considerazione di sé e dell'altro;
considerazione delle emozioni, desideri, diritti,
tradizioni, valori, difficoltà dell'altro.



Emozioni legate al rispetto

Tolleranza

Apprezzamento

Accettazione

Allegria

Considerazione

Sensibilità

Felicità



Emozioni legate alla prevaricazione

Imbarazzo

Vergogna

Umiliazione

Tristezza

Paura

Rabbia

Delusione

Frustrazione



Il Rispetto, come ogni altra emozione, è socialmente appreso, pertanto viene acquisito all'interno delle relazioni che fin da piccolo vengono intessute.



Empatia e il Rispetto

Diversi studi indicano che esiste una relazione negativa tra empatia e comportamento prepotente.

Chi attiva comportamenti prepotenti farebbe più fatica a cogliere la sofferenza della vittima e a considerare le conseguenze negative del proprio comportamento.

(Björkqvist et al., 2000; Caravita et al., 2009; Endresen e Olweus, 2001; Gini et al., 2007; Poyhonen et al., 2010)





Fornire punti di riferimento ai propri figli significa dare informazioni chiare e comunicare in modo rispettoso. Significa dare ai bambini gli strumenti di cui hanno bisogno per raggiungere i loro obiettivi in modo autonomo.



Prepotenza e motivazione

Alla base del comportamento prepotente sembra esserci una componente motivazionale di ricerca di dominanza e visibilità.

Il fine ultimo del prepotente è acquisire un certo livello di potere esplicito mediante l'uso della forza.

(Sijtsema et al., 2009; Vaillancourt et al., 2007)



Prepotenza e moralità

- Comportamento prepotente è legato ad una scorretta percezione delle regole morali (soprattutto nella tarda fanciullezza);
- maggiore disimpegno morale (soprattutto a partire dalla preadolescenza);
- minori emozioni morali (senso di colpa e vergogna) rispetto alle norme di gruppo.

(Caravita e Gini, 2010)



Sanzioni

Il bullismo prolifera dove non ci sono regole o dove è possibile infrangerle. Se le sanzioni che vengono applicate toccano tasti irrilevanti per i ragazzi, ecco che la loro efficacia è pesantemente messa in discussione. Per questo le sanzioni ci devono essere, devono avere carattere di certezza e di affidabilità.



La prevenzione: Le 3 R

- **Rispetto per se stessi;**
- **Rispetto per gli altri;**
- **Responsabilità delle proprie azioni.**

Follow the 3 R's:
Respect for self,
Respect for others,
& Responsibility
for all your actions.



Empatia e il Rispetto

Diversi studi indicano che esiste una relazione negativa tra empatia e comportamento prepotente.

Chi attiva comportamenti prepotenti farebbe più fatica a cogliere la sofferenza della vittima e a considerare le conseguenze negative del proprio comportamento.

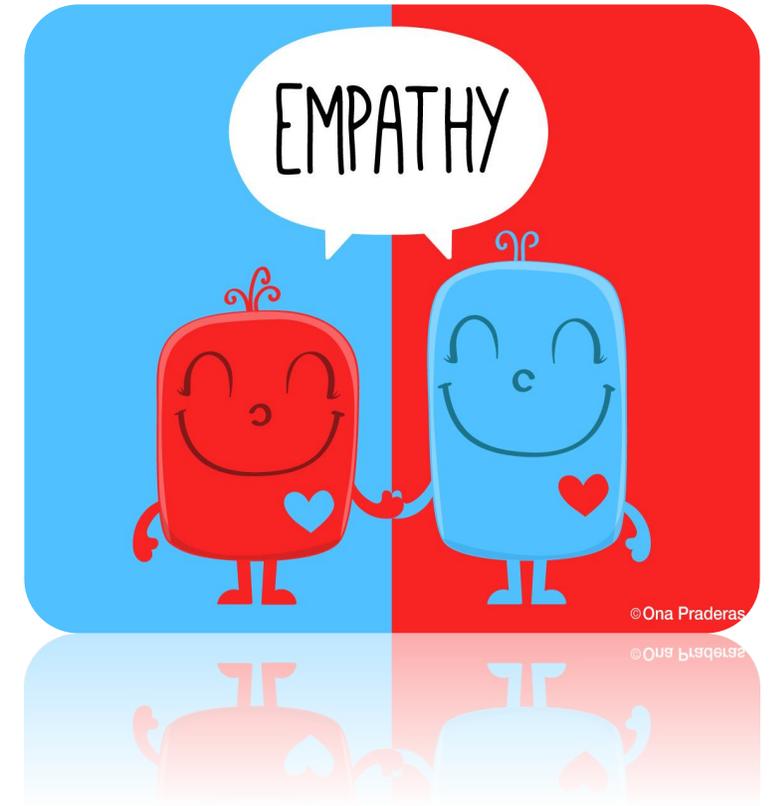
(Björkqvist et al., 2000; Caravita et al., 2009; Endresen e Olweus, 2001; Gini et al., 2007; Poyhonen et al., 2010)



Prevenzione: Lezioni di Empatia per tutti!

Le ricerche sul bullismo evidenziano come:

- **gli autori di prevaricazioni** abbiano grandi difficoltà ad empatizzare, a mettersi in contatto con le proprie emozioni e a riconoscere cosa provano gli altri.
- **le vittime** invece debbano potenziare la loro autostima e la loro assertività, cioè la capacità di rispondere alle provocazioni affermando i propri diritti e bisogni, senza prevaricare quelli degli altri.
- **gli astanti** infine riconoscendo episodi di bullismo a cui assistono debbano sentirsi sicuri di poter raccontare all'adulto di riferimento, percependo che l'omertà (*non faccio la spia*) non aiuterà né vittima né bullo.



Il rispetto nelle relazioni