

Bambini, quel che si impara prima dei cinque anni influenza il resto della vita

Lo studio Abecedarian Project segue cento individui da 45 anni. La qualità della vita da adulti dipende molto da quel che si è appreso da piccolissimi. I vantaggi si fanno sentire per quanto riguarda il successo sul lavoro ma anche la solidità del rapporto con i genitori.

di VALERIA PINI



TUTTO DIPENDE dai primi 5 anni di vita. Si incomincia a sei settimane dalla nascita senza perdere tempo. Non è mai troppo presto per imparare e gli adulti che sono stati ben seguiti da piccoli hanno più successo sul lavoro, sono più equilibrati e hanno rapporti più stabili con i genitori. A confermarlo ancora una volta uno studio statunitense, l'[Abecedarian Project](#), che da 45 anni segue un gruppo di 100 individui. **Lo studio.** La ricerca, coordinata dal Virginia Tech, ha preso in considerazione due gruppi di bambini e ha esaminato il loro livello di apprendimento nel tempo. "L'[Abecedarian Project](#) ha controllato la qualità di vita collegandola alle esperienze delle persone nei primi cinque anni - spiega Craig Ramey, docente del Virginia Tech Carilion Research Institute, che dal 1987 partecipa all'Abecedarian Project -. Abbiamo dimostrato

che se forniamo educazione di qualità ai bambini che vivono in situazioni di disagio sociale possono raggiungere ottimi traguardi da grandi".

Due gruppi di bambini. Gli studiosi americani hanno diviso i bambini in due gruppi e solo uno dei due è stato seguito in modo adeguato da un punto di vista didattico per 5 anni. Ogni giorno un maestro li invitava a partecipare ad attività, letture e conversazioni. Ramey ha concluso che seguire un bimbo tutto il giorno in modo adeguato, insegnandogli molte cose, per 50 settimane l'anno cambia completamente il corso della sua vita. **"I programmi didattici - spiega Ramey - fanno la differenza.** Serve una buona interazione fra insegnante e bambino. L'educatore deve far partecipare il piccolo a diverse attività e capire quali sono i suoi bisogni. Il bimbo va stimolato con giochi, letture e dialogando con lui".

Dalla ricerca è emerso che gli adulti che erano stati seguiti e stimolati dalle 6 settimane ai 5 anni di vita avevano maggiori probabilità di trovare un impiego a tempo pieno, di avere successo sul lavoro, di raggiungere un buon tenore di vita e di avere un rapporto equilibrato con i propri genitori. E anche un maggior senso giustizia sociale. "In pratica se si trattano bene le persone e si investe su di loro, quello che è stato fatto darà ottimi frutti - ha spiegato ancora Ramey.

Per questo è importante che tutti i bambini possano usufruire di servizi educativi adeguati fin dai primi anni di vita".

L'infanzia. Un risultato che non stupisce gli esperti del settore. Da tempo diversi studi hanno messo in evidenza la stretta correlazione fra i primi anni di infanzia e la formazione dell'individuo. "È noto da molto tempo che i primi anni di vita sono fondamentali per tanti diversi aspetti: emotivi, cognitivi, sociali. Si forma il legame di attaccamento con le figure significative, ci si apre al mondo e si è molto ricettivi. Questa ricerca torna sulla questione dimostrando come **dei buoni interventi nei primi anni comportino una serie di ricadute positive negli anni successivi sia nel rapporto con i propri genitori in età adulta sia nelle relazioni sociali più vaste, comprese quelle lavorative**", commenta **Anna Oliveiro Ferraris**, psicologa e psicoterapeuta, esperta in temi di educazione.

Stimolare. La parola d'ordine quindi è stimolare il più possibile i neonati e i bimbi piccoli. Lo confermano le ricerche scientifiche basate sulle neuroscienze. Quello che può far la differenza è l'educazione emotiva: cioè far sentire il proprio figlio compreso e accolto nelle sue emozioni. "Quando nasciamo il cervello è pronto a costruire reti neuronali, ma devono essere 'attivate' e sono dipendenti dall'esperienza. Ce lo dicono anche le neuroscienze - spiega **Alberto Pellai**, psicoterapeuta età evolutiva, docente all'Università degli Studi di Milano e autore del libro: *L'educazione emotiva*. Per questo il bambino va seguito e anche se piccolissimo deve essere coinvolto in attività specifiche. Servono relazioni di cura nutrienti ed emotivamente competenti che diano sicurezza. Inoltre il bimbo va stimolato con giochi e spiegazioni".

L'adulto come coach. I genitori, i nonni o le persone che si prendono cura dei primi anni di vita, diventano dei *coach*. Perché già a pochi mesi è ora di studiare. Anche se con palle di gomma, pupazzi o disegni. Anche il momento della pappa o del bagnetto può essere l'occasione giusta per imparare qualche cosa. "L'adulto deve diventare un 'allenatore emotivo' - spiega Pellai -. L'empatia è fondamentale perché la madre o il padre deve poter sentire quello che sente il bambino. È come se si attivassero le stesse reti neuronali tra genitore o educatore e il bimbo. Per questo si parla di neuroni *mirror*".

La sintonia. Per educare davvero serve soprattutto saper ascoltare, riuscire a percepire lo stato emotivo. Saper fare chiarezza con decisione e dolcezza. È dunque inutile e controproducente arrabbiarsi per i capricci. Non è facile però per gli adulti captare e capire le emozioni del piccolo che non sa ancora esprimersi con le parole. Interpretando le sue richieste può rispondere ai suoi bisogni. Calmare la sua rabbia, le sue paure e rispondendo alle sue richieste di cibo o di coccole. Ma quali sono le attività da scegliere nei primissimi anni di vita? "Quelle che puntano a sviluppare le aree sociali e cognitive. Va stimolato molto attraverso **il linguaggio**, per aiutarlo a crescere - aggiunge Pellai -. Se nominiamo e trasformiamo in parole gli stati emotivi del bambino, lui riesce a interpretarli e questo lo porta a evolversi". L'altro elemento importante è quello dei giochi che devono essere adeguati al suo modello di sviluppo. I piccoli vanno coinvolti in attività ludiche che coinvolgano il corpo. "Attraverso il corpo i bambini esplorano oggetti, sviluppano il tatto e la loro motricità - conclude Pellai -. Tutte queste attività sono molto utili per diventare grandi. E costruirsi un futuro".

Non solo studio. I primi anni di vita sono quindi fondamentali per la formazione di un individuo. Parlare ai neonati e spiegargli tutto è importante per coinvolgerlo il più possibile. I piccoli vanno ascoltati e bisogna insegnare loro molte cose con giochi e attività ludiche. **E un bambino ben seguito ha più probabilità di realizzarsi in età adulta.** Anche se esistono però diverse variabili che contribuiscono al successo nella vita. Anche se si è preparati possono influire altri fattori come la fortuna o le conoscenze. "Non sempre le cose vanno così lisce nelle età successive della vita - conclude Oliveiro Ferraris - perchè possono entrare in gioco altre variabili, per esempio nel nostro Paese non è detto che chi è preparato, maturo e ben disposto riesca ad avere una collocazione sociale adeguata alle sue caratteristiche, tant'è che oggi sono molti i giovani italiani preparati che migrano in altri paesi.