



LA DISPENSA VERDE
(verde come la speranza)

A cura di **Roberta Galli (Pedagogista)**
Gennaio 2014

Sommario

I. Introduzione	3
II. <i>Ma che fatica capire i bambini... Ma in fondo come sono?</i>	3
Tuo figlio è una brava persona	3
Educazione o manipolazione?	9
I bambini ci amano incondizionatamente e ci prendono veramente sul serio	11
La responsabilità del benessere della famiglia appartiene agli adulti.....	12
Come fare per non rovinare questa meraviglia? La guida che accompagna.	12
III. Cosa fare: alcuni suggerimenti	14
Il linguaggio personale: l'erba voglio non cresce neanche nel giardino del re... ma è proprio vero?	14
I limiti: Bianca e il vaso rotto	17
Rispetto e pari dignità	20
La cura per le emozioni: non siamo solo testa, abbiamo anche un corpo....per non diventare dei testoni dal corpo sottile.....	21
IV. Altri aspetti	25
Quando un bambino fa i capricci.....	25
Fratelli e sorelle: meglio soli o...accompagnati? Figli unici e fratelli: sostegno e rivalità.....	31
Le separazioni	34
Perché non vogliono dormire da soli.....	37
V. Conclusioni	39
VI. Bibliografia.....	42

I. Introduzione

L'idea di questa dispensa nasce dal tentativo di rispondere fondamentalmente a due bisogni.

Il primo è quello di fornire spunti e materiali che possano essere utili ai genitori nello svolgere l'impegnativo compito di crescere i figli. La dispensa è infatti sostanzialmente una raccolta di brani dilibri che sono stati e sono tuttora per me, particolarmente interessanti e significativi.

Il secondo è il bisogno di contribuire al diffondersi di *un'idea di bambino*, cioè di un modo di vedere e "leggere" i bambini, nella quale credo moltissimo, ma che mi sembra purtroppo ancora poco diffusa. Idea che le due brevi citazioni che seguono riassumono in modo magistrale:

"Il bambino è la più grande e confortante meraviglia della natura, non un essere senza forza, quasi un recipiente vuoto da riempire della nostra saggezza, ma il costruttore della sua intelligenza, l'essere che, guidato da un maestro interiore, lavora infaticabilmente con gioia e felicità, secondo un preciso programma, alla costruzione di quella meraviglia della natura che è l'uomo. Noi insegnanti possiamo soltanto aiutare l'opera già compiuta" (Maria Montessori, La mente del bambino)

"Il bambino è padre dell'umanità e della civilizzazione, è il nostro maestro, anche nei riguardi della sua educazione" (Maria Montessori)

II. **Ma che fatica capire i bambini... Ma in fondo come sono?**

Tuo figlio è una brava persona

Il punto di partenza...

"C'è una bella differenza a partire dall'idea che il bambino sia sostanzialmente "buono" e l'idea che invece sia un furbetto manipolatore pronto ad imbrogliarci, ad approfittare della situazione, a fare i "comodi suoi" (molti educatori professionisti e genitori nemmeno sono consapevoli di questa duplice tendenza solitamente inespressa)."¹

"Per alcuni il bambino è tenero, fragile, indifeso, affettuoso, innocente, e ha bisogno della nostra attenzione e delle nostre cure per diventare un adulto meraviglioso. Per altri, il bambino è egoista, malvagio, ostile, crudele, calcolatore, manipolatore, e solo se pieghiamo sin dall'inizio la sua volontà e gli imponiamo una rigida disciplina potremo preservarlo dal vizio e trasformarlo in un uomo come si deve."²

"Una delle questioni più dibattute nel pensiero occidentale è se gli esseri umani siano per natura cooperativi e solidali, e vengono poi corrotti dalla società (vedi Rousseau), o se nascono con il germe dell'egoismo e dell'individualismo e sia invece la società ad insegnare loro a essere migliori (vedi Hobbes)."³

E da qui ho cominciato a riflettere e a mettere in fila alcuni pensieri che mi ronzavano nella testa. La domanda importante è: ma c'è davvero tanta differenza? Quanto è importante questa precisazione? E soprattutto, che differenza fa per i bambini e per noi se ci mettiamo in una prospettiva o nell'altra? Per loro e per noi cosa cambia? Per quella che è la mia esperienza ho sperimentato che cambia... e cambia veramente tanto.

¹C. González, *Besame mucho*, premessa p. 11

²C. González, *Besame mucho*, premessa p. 1

³M. Tomasello, *Altruisti nati*, p. 21

Ecco cosa scrive un pediatra spagnolo a proposito dei bambini, di **tutti** i bambini:

Tuo figlio è una brava persona⁴

(...) di fatto, non so perché avrebbe dovuto essere utile avere figli, se la gente non potesse aver fiducia in loro
 Charles Dickens, Nicholas Nickleby

Molti esperti, probabilmente bene intenzionati, ci parlano dei problemi comportamentali dei bambini. Esistono problemi che riguardano l'alimentazione, il sonno, la gelosia, la violenza, l'egoismo... Tutti ci parlano dei problemi dei nostri figli, di come riconoscerli, di come prevenirli o risolverli; di come i bambini ci "manipolano" o del perché bisogna stabilire dei limiti. Nessuno ci ricorda che i nostri figli sono delle brave persone.

*E lo sono. Devono esserlo necessariamente. Nessuna specie animale potrebbe sopravvivere se i suoi individui non nascessero con la capacità di acquisire il comportamento normale degli adulti, e con la tendenza ad acquisirlo. Non c'è bisogno di molto sforzo per insegnare a un leone a mangiare carne o a una rondine a volare fino in Africa. La cosa difficile, ciò che richiederebbe dei metodi educativi assolutamente aberranti, sarebbe riuscire a far diventare un leone vegetariano o convincere una rondine a non migrare. **La grande maggioranza dei neonati, se li si cresce in modo adeguato (cioè con affetto, rispetto e contatto fisico), saranno bambini normali e, più in là, adulti normali.** L'essere umano è un animale sociale, e pertanto la capacità di amare ed essere amato, di rispettare ed essere rispettato, di aiutare gli altri e ricevere aiuto dagli altri membri del gruppo, di comprendere e rispettare norme sociali (cioè essere, in definitiva, una brava persona), sono attitudini normali della sua personalità. Un'educazione accurata, la religione o la legge ci possono dare altro, ma non sono imprescindibili per riuscire a essere una brava persona. Quando vivevano nelle grotte, i nostri antenati erano già, senza dubbio, delle brave persone, esattamente come, senza la necessità di insegnamento o controllo, le galline sono "brave galline".*

Andiamo quindi a verificare alcune delle qualità dei nostri figli.

Tuo figlio è disinteressato

Laura, di tre mesi, piange sconsolata. Ha poppato, ha il pannolino pulito, non ha freddo, non ha caldo e non si è infalzata nessuno spillo da balia. La mamma la prende in braccio, le sussurra parole affettuose e per il momento Laura si calma. La mamma la risistema nella culla, e all'istante Laura scoppia nuovamente a piangere.

Non ha fame, non ha sete, non le succede niente, dicono le male lingue. Che diavolo vorrà adesso?

Vuole sua madre. Vuole te. Non ti vuole perché ha fame, né perché le cambi il pannolino, né per il calore, né per i giochi che le comprerai più avanti, né per il collegio privato al quale la iscriverai, né per i soldi che le lascerai in eredità.

L'amore di un bambino è puro, assoluto, disinteressato.

Freud credeva che i bambini volessero la madre in quanto nutrice. È la cosiddetta teoria dell'impulso secondario (la madre è secondaria, il latte è primario). Bowlby, con la sua teoria dell'attaccamento, sostiene tutto il contrario: il bisogno della madre è indipendente dal bisogno di alimentarsi, ed è probabilmente maggiore.

Perché, da madre, non approfitti della meravigliosa sensazione di ricevere l'amore assoluto? Ti sentiresti meglio se tua figlia ti chiamasse solo quando avesse fame, sete o freddo, e ti ignorasse olimpicamente quando fosse soddisfatta? Nessuno negherebbe del cibo a un bambino che piange per fame, nessuno lascerebbe nudo un bambino che piange per il freddo. Smetteresti di prendere in braccio un bambino che piange perché ha bisogno di affetto?

Tuo figlio è generoso

Non molto tempo fa una madre, preoccupata, mi chiedeva quando sua figlia di un anno e mezzo avrebbe smesso di essere così egoista; quando avrebbe imparato la condivisione.

⁴C. González, *Bésame mucho*, p. 106-119

Perché l'apprendimento della condivisione ossessiona tanto alcuni genitori ed educatori? A cosa può servire al bambino questa acquisizione? Noi adulti non condividiamo quasi nulla.

Un esempio. Isabella, non ha ancora due anni, gioca al parco con il suo secchiello, la sua paletta, la sua palla, sotto l'attento e affettuoso sguardo di Mamma. Ovviamente, siccome le manca il numero di mani necessario, solo la paletta, in questo momento, è sotto il suo possesso diretto, il secchiello e la palla giacciono a una certa distanza. Si avvicina un bambino sconosciuto, più o meno della stessa età, si siede accanto a Isabella e, senza proferire parola, afferra la palla. Da almeno dieci minuti Isabella non presta alcuna attenzione alla palla e, inizialmente, continua tranquillamente a dare colpetti sul terreno con la sua paletta. Tranquillamente? Un osservatore attento avrà notato che i colpi sono un po' più forti e che Isabella vigila sulla palla con la coda dell'occhio. Il nuovo arrivato, da parte sua sembra pienamente cosciente di avere intrapreso un gioco pericoloso. Allontana la palla, osserva, ritorna ad avvicinarsela. . . Perché non ci siano malintesi, Isabella avverte: "è mia!"; e poco dopo si sente obbligata a specificare: "palla è mia!". L'intruso, che apparentemente non domina ancora le frasi di tre parole (o forse, semplicemente, preferisce non esporsi), si limita a ripetere "palla, paaaalla, paa!". Timorosa, e certa che queste parole equivalgano a un reclamo di proprietà, Isabella decide di recuperare il pieno possesso della sua pallina verde. L'intruso non oppone troppa resistenza, ma in un attimo di disattenzione della bambina riesce a impossessarsi del secchiello. Isabella gioca per qualche minuto con la palla appena recuperata, ma improvvisamente sembra irrequieta. E il secchiello? Fino a che punto si dovrà continuare!

E così si può trascorrere mezzo pomeriggio. Qualche volta Isabella accetterà di buon grado, per alcuni minuti, di cedere alcuni degli oggetti di sua proprietà. Altre volte non lo tollererà volentieri. Altre ancora non lo tollererà assolutamente. In alcune occasioni lei stessa offrirà la sua palla in cambio del suo secchiello. Potranno esserci pianti o grida da entrambe le parti; ma, in ogni caso, è probabile che il suo nuovo "amico" riesca a giocare in modo relativamente sereno per un tempo sufficiente.

E' molto probabile anche che intervengano entrambe le madri. E in questo caso si verifica una circostanza che non smetterà mai di sorprendermi: invece di difendere come un leone il proprio piccolo, ogni madre si mette dalla parte dell'altro bambino: "dai, Isabella, lascia la paletta a questo bimbo", "forza, Pietro, restituisci alla bambina la sua paletta". Nel migliore dei casi il tutto si svolgerà con dolci esortazione, ma non poche volte le madri competeranno in una folle gara di generosità (che facile essere generosi con la paletta di un altro!): "adesso basta, Isabella, se fai così la mamma si arrabbia!", "Pietro, chiedi scusa subito o ce ne andiamo!", "signora, lo lasci giocare con la paletta! È che questa bambina è proprio egoista...", "oh! Ma il mio è tremendo! Devo stargli dietro tutto il giorno, perché infastidisce sempre gli altri bambini togliendo loro le cose..." e così finiscono, entrambi castigati, come piccoli paesi in conflitto che sarebbero potuti arrivare facilmente a un accordo amichevole, se non fossero intervenute le due superpotenze.

*Scene come questa, ripetute mille volte, ci inducono, a volte, a considerare i nostri figli egoisti. Noi divideremmo senza dubbio una paletta di plastica e una palla di gomma. Ma, siamo realmente più generosi di loro, o è che non ci importa niente di quei giochi? **È bene guardare le cose dalla giusta prospettiva.** Immagina di essere seduta su una panchina del parco mentre stai ascoltando della musica. Accanto a te, sulla panchina, la tua borsa poggiata sopra un giornale ripiegato. Ecco che si avvicina uno sconosciuto, si siede accanto a te e, senza proferire parola, si mette a leggere il tuo giornale. Poco dopo lascia il giornale (aperto e per terra!), prende la tua borsa, la apre, fruga all'interno... Saresti disponibile a questo tipo di condivisione? Quanto ci metteresti a dirne quattro allo sconosciuto, o ad afferrare la borsa e scappare via? Se vedessi passare in lontananza un agente, non lo chiameresti? Immaginati allora che l'agente si avvicini e ti dica:*

"Adesso smettila, lascia quella borsa al signore, o mi arrabbio. Mi scusi, gentiluomo, è che questa donna ancora non sa condividere... Le piace il cellulare? Chiami, chiami dove vuole... Tu zitta, donna, se continui a protestare vedrai come ti va a finire!"

La nostra disponibilità, alla condivisione dipende da tre fattori: cosa prestiamo, a chi, e per quanto tempo. Ad un collega di lavoro possiamo prestare un libro per settimane, ma ci infastidisce che uno sconosciuto tocchi il nostro giornale senza chiedere il permesso. Solo a un amico intimo o ad un familiare presteremmo la nostra auto per farsi un giro.

Un bambino piccolo possiede poche cose, e un secchiello, una paletta e una palla sono importanti per lui come lo sono per noi una borsa, un computer, una motocicletta. Il tempo gli sembra lunghissimo e prestare

un gioco per qualche minuto gli viene tanto difficile quanto a suo padre prestare l'automobile per qualche giorno. Pure lui distingue fra amici e sconosciuti, anche se non ce ne rendiamo conto. Per esempio, quale di queste due frasi userebbe la madre di Isabella per riassumere le situazioni che abbiamo prospettato?:

a. Mentre Isabella stava giocando nella sabbia con un amichetto, uno sconosciuto mi ha preso il giornale e quasi mi portava via la borsa, che spavento!

b. Mentre io giocavo con un amico a passarci la borsa, uno sconosciuto ha cercato di prendere la palla a Isabella, che paura!

Ovviamente, dal punto di vista di un adulto, qualsiasi bambino di due anni, indifeso e inerme, è un "amichetto". Ma quando sei alto meno di un metro, un bambino di due anni è uno sconosciuto, e forse anche un "individuo con intenzioni sospette".

Un esempio finale. Enrico, di venticinque anni, non sapendo come calmare il pianto di suo figlio Marco, di otto mesi, usa le chiavi dell'auto come sonaglino. Marco afferra le chiavi, le agita, le guarda, torna ad agitarle. Una bambina di circa sei anni si avvicina e gli rivolge delle parole affettuose. "Oh che carino. Come si chiama? quanti mesi ha?", (è una di quelle bambine precoci). "Anche mio cugino Antonio ha otto mesi, oggi non è uscito perché ha l'otite". "Ciaooo, Marco! Che belle chiavi! Me le dai? prendi, ti do in cambio la palla". Enrico (il padre) guarda contento la nuova amichetta di suo figlio, finché la bambina se ne va correndo con le chiavi, lasciando la palla come giusto compenso. Quanti decimi di secondo pensi che ci metterà Enrico a correrle dietro per recuperare le chiavi? Marco ha condiviso, ma suo padre non è disposto a farlo.

Facendo un confronto. i nostri figli sono molto più generosi di noi.

Tuo figlio è equanime

Cioè, tende a mantenere uno stato d'animo stabile. In parole più semplici, tuo figlio non è per niente piagnucolone.

Come no, ma se passa tutto il giorno piangendo? I bambini piccoli, certamente, piangono più frequentemente degli adulti, e per questo solitamente diciamo che i bambini sono piagnucoloni.

E se invece risulta che, semplicemente, hanno più motivi per piangere?

*"È che piangono senza motivo", mi dirai. "Piangono per qualsiasi stupidaggine". Piangono, a seconda dell'età, perché crolla una torre appena costruita, perché non compriamo loro un gelato, perché li portiamo dal medico, perché ce ne andiamo per cinque minuti, perché non trovano subito il seno, perché cambiamo loro il pannolino, perché asciughiamo loro i capelli. Nessun adulto piangerebbe per queste cose, certamente. E tu perché piangi? Fai un esperimento: prendi in grembo tuo figlio di uno o due anni, e comincia a raccontare le cose più tristi che ti passano per la testa: "Mi faranno un'ispezione in ufficio". "Mi hanno licenziato dal lavoro". "Mi stanno venendo delle zampe di gallina spaventose". "La mia squadra di calcio è stata retrocessa di categoria" !... Non piangerà. **Le cose che fanno piangere i bambini sono completamente diverse da quelle che fanno piangere gli adulti.***

Fra le cose che con maggior frequenza fanno piangere un bambino piccolo ci sono:

- *Separarsi due minuti dalla madre.*
- *Cercare di fare qualcosa senza riuscirci.*
- *Notare qualcosa di strano e non sapere cosa sia.*
- *Aver bisogno di qualcosa e non saper come ottenerlo.*

Tutte queste sono cose, per sua disgrazia, che possono succedere (e succedono) varie volte al giorno. Al contrario, le cose che fanno piangere noi adulti succedono solo ogni tanto. Per questo sembra che siamo meno piagnucoloni, ma non è così. Se la nostra squadra venisse retrocessa più volte al giorno, se ci licenziassero dal lavoro ogni mattina, se morissero ogni giorno molti dei nostri migliori amici, passeremmo anche noi il giorno piangendo.

Tuo figlio sa perdonare

Emilia e suo figlio Edoardo, di sei anni, hanno avuto un serio contrasto di opinioni. Per non perderci nei dettagli diciamo solo che Emilia avrebbe voluto che Edoardo si facesse una doccia, mentre quest'ultimo si sentiva molto pulito. Ci sono state grida, pianti, insulti e minacce. Un testimone imparziale riconoscerebbe

che la maggior parte dei pianti sono stati di una delle parti in conflitto, e la maggior parte degli insulti e delle minacce dell'altra.

Tutto questo un'ora fa. Quale di queste due persone pensi che sia ora contenta e felice, e continui con le sue occupazioni come se niente fosse successo, mostrandosi anche inusualmente allegra e giocosa? E quale, al contrario, è più probabile che sia ancora arrabbiata, stia borbottando e facendo rimproveri? "Guarda Mamma, guarda cosa faccio", "no. Mamma non ride", "andremo allo zoo domenica?", "vediamo: tu credi di meritartelo? Ti sembra di esserti comportato bene?"

Arturo, il padre, torna adesso dal lavoro. Quale delle seguenti frasi credi che sentirà:

a. "Mamma è stata tremenda questo pomeriggio, non sai che scenata mi ha fatto. Devi dirle qualcosa".

b. "Questo bambino è stato tutto il pomeriggio di un'impertinenza... non mi dà retta. Devi dirgli qualcosa".

I nostri figli ci perdonano, ogni giorno, decine di volte.

Perdonano senza resistenza, senza riserva, senza brontolii, fino a dimenticare completamente l'accaduto.

L'arrabbiatura passa loro molto prima che a noi.

Tuo figlio è coraggioso

Immagina di fare la coda alla tua banca e improvvisamente entrano alcuni individui armati a viso coperto. Se ti dicono di stenderti per terra, non ti stendi? Se ti dicono di stare zitta, non taci subito? Se ti dicono di stare ferma, non resti di pietra? Credi che un bambino di due anni avrebbe ubbidito? Impossibile. Nessuna forza, nessuna minaccia, nemmeno una pistola puntata contro, possono fare in modo che un bambino di due anni stia fermo per mezz'ora, o smetta di chiedere di fare pipì, o di piangere in piena crisi nervosa. Ammira il suo valore, invece di lamentarti per la sua "ostinazione".

Tuo figlio è diplomatico

Alberto e Sergio, due compagni di cinque anni, giocano al parco mentre i loro genitori chiacchierano seduti su una panchina. Ad un certo punto arriva Luigi, un altro bambino della classe, con la mamma. Luigi è molto soddisfatto con il triciclo che gli hanno appena regalato per il suo compleanno!

Tre bambini, un solo triciclo. Chi può stupirsi se sorge un conflitto, quando abbiamo già visto morire migliaia di persone per cose molto più brutte, come un pozzo di petrolio o una miniera di diamanti? Alberto e Sergio, come tutti gli spodestati, sono di sinistra, e ritengono che la ricchezza debba ripartirsi fra i compagni. Luigi, come tutti i nuovi ricchi, è diventato di destra, e sostiene che la proprietà privata è proprietà privata. C'è un malinteso, una lotta; Alberto (che è un poco più grande) afferra con violenza il triciclo, e Luigi cade col sedere per terra, piangendo sconsolato.

Ecco fatto! La madre di Luigi lo rimprovera perché non presta i suoi giochi e perché piange tanto. Lo rimprovera, bisogna dirlo, un po' per il "cosa diranno i presenti", infatti in fondo pensa che ha cominciato l'altro, e che suo figlio ha degli amici un poco teppisti. Il padre di Alberto è molto arrabbiato: è cosciente che suo figlio ha iniziato "l'aggressione" e, probabilmente, si sente obbligato per il solito "cosa diranno i presenti" a esagerare il rimprovero. Redarguisce suo figlio, lo sgrida, lo pressa con domande retoriche "ma cosa credi?", di quelle che lasciano il bambino completamente inerme (il bambino sa infatti che, se non dice niente, gli faranno altre domande: "avanti, dimmi, ti sembra carino spingere la gente?"; ma se dice qualcosa sarà peggio: "non replicare!"). La filippica assume tali proporzioni che ormai Luigi ha smesso di piangere e osserva, più spaventato che soddisfatto, mentre Alberto, da parte sua, comincia a piangere e Sergio contempla la scena stupito. Alla fine Sergio sembra avere un'idea. Richiama l'attenzione di Luigi e lo fa ridere con la sua migliore imitazione di un personaggio della televisione. Una volta rotto il ghiaccio, gli propone di fare una corsa, "fino alla fontana", Luigi accetta. "Andiamo Alberto, l'ultimo è scemo!" e i tre scappano di corsa.

Che manovra sofisticata! Sergio ha ideato una elaborata strategia per sbloccare la situazione, e Luigi, nonostante fosse la parte offesa, lo ha capito immediatamente e lo ha assecondato per liberare l'amico dal furore paterno. Ormai i tre giocano in perfetta armonia, hanno dimenticato l'incidente, hanno abbandonato il triciclo e i genitori ancora arrabbiati. È persino possibile che la madre di Luigi reclami "e mi fa portare il triciclo per questo? Guarda adesso, gioca in un altro modo, e il triciclo qui inutilizzato!". Il padre di Sergio sta zitto, ma è molto orgoglioso di suo figlio.

Tuo figlio è sincero

E come ci infastidisce la sua sincerità! Abbiamo inventato parole offensive e denigranti per qualificarlo ogni volta che dice quello che pensa: "perché questo signore è nero?" (Non essere impertinente!); "voglio cioccolato!" (non essere noioso!); "guarda che donna grassa!" (non essere insolente!); "non mi piacciono i piselli!" (non essere capriccioso!); "perché mi devo lavare? Non sono sporco" (non essere sfacciato!), Quando impareranno le utili virtù dell'adulto: l'imbroglio, l'astuzia, l'inganno...? **Le impareranno quando si renderanno conto che si risparmiano molti rimproveri dicendo bugie, o tacendo verità.**

Il maestro deve assentarsi un momento, e ordina a Carlo, di sette anni, nella sua qualità di capoclasse, di rimanere a vigilare. Il prestigioso compito del vigilante consiste nel girare fra i banchi con le braccia incrociate, richiamando i bambini che parlano. Uno dei bambini si alza senza motivo. Carlo, nell'esercizio delle sue funzioni, gli dice di sedersi; l'altro non obbedisce. Carlo avanza con le braccia incrociate verso il trasgressore, con la vaga idea di farlo tornare al suo posto con la forza. Si spingono l'un l'altro con le braccia incrociate, scappa loro da ridere, ride tutta la classe.

Nel bel mezzo del divertimento torna il maestro, molto arrabbiato. Carlo cerca di giustificarsi, ma il maestro non vuole spiegazioni. Fa solo una domanda in tono minaccioso:

-Tu credi che si possa ridere mentre si vigila?

- Sì - Risponde Carlo, e riceve un sonoro schiaffo.

Il maestro torna a domandare, gridando:

-Tu credi che si possa ridere mentre si vigila?

Questa volta Carlo impiega qualche istante per risponde, è spaventato, paralizzato dal terrore. Cerca di capire il motivo dell'ira, cosa ha fatto di male per meritare quel trattamento. Perché non lo stanno picchiando per aver giocato in classe, ma per aver risposto a una domanda. E lui ha risposto correttamente: ha detto la verità. Evidentemente il maestro vuole che risponda "no". Può rispondere "no" e salvarsi? Carlo tenta di giustificare a se stesso questo "no", cerca, disperatamente un motivo per cambiare la sua risposta. Non lo trova. Se la domanda fosse stata: "è permesso ridere mentre si vigila?", avrebbe potuto rispondere "no" immediatamente (lui non sapeva che non era permesso, ma adesso lo sa: l'arrabbiatura del maestro mostra chiaramente che non è permesso). Ma la domanda è stata: "tu credi che si possa...?", "sì, pensa Carlo, io credo proprio che si possa. **Questo è ciò che io credo, ed è la verità, non posso rispondere in altro modo**". Non vuole essere un eroe, **non vuole sfidare il maestro, vuole solo dire la verità**, e fra singhiozzi e singulti dice di nuovo: "sì!".

Il maestro gli da uno schiaffo ancora più forte, e con gli occhi rossi di furia, il viso congestionato e un tono terribilmente minaccioso, ripete la fatidica domanda:

-Tu credi che si possa ridere mentre si vigila?

Quanti schiaffi può sopportare un bambino di sette anni? Carlo vacilla, pensa di dire di sì, ha paura. Facendo uno sforzo inspira profondamente, contiene i suoi singhiozzi, pronuncia un "no" lamentoso e scoppia a piangere amaramente.

Questa scena ha avuto luogo trentacinque anni fa, e Carlo, lo avrete indovinato, ero io. Non ricordo il dolore dei colpi, non ricordo l'umiliazione. Ricordo solo la paura, lo stupore, lo sconcerto... e, soprattutto, la rabbia e l'impotenza; la violenza della costrizione a dire una bugia.

Tuo figlio è socievole

Osserva con quale facilità tuo figlio si mette a giocare con qualsiasi altro bambino. Non gli importa la classe sociale, la razza né il modo di vestire. Non sentirai mai tuo figlio piccolo esprimere pensieri razzisti ("sono stanco di questi neri, sbarcano in massa e ci tolgono il lavoro").

Gli adulti si negano il saluto per vecchi dissapori, i bambini si parlano senza pregiudizi. Non molto tempo fa era abitudine cercare di limitare questa socievolezza dei bambini ("non mi piace che giochi con Tizio, è cattivo /non è come noi /non ti conviene /è una cattiva compagnia").

Tuo figlio è comprensivo

Ho appena finito di fare un piccolo esperimento. Ho cercato su Internet la frase "i bambini sono crudeli", ed ho trovato 74 pagine che la contengono. La frase "i bambini sono affettuosi" appare soltanto tre volte nei milioni di pagine di Internet. "I bambini sono comprensivi" in nessuna.

Si accusano i bambini di abusare dei più deboli, di mettere nomignoli e di burlarsi di quelli che hanno qualche difetto. Ma questi comportamenti costituiscono l'eccezione e non la regola. È vero che, per mancanza di esperienza sociale, i bambini possono fare domande imbarazzanti, o guardare insistentemente una persona con qualche difetto fisico. Ma sono anche capaci di trattare con la massima naturalezza qualsiasi compagno e accettarlo così com'è, senza preoccuparsi del suo aspetto.

Conosco una famiglia con vari figli, il maggiore dei quali soffre di un grave ritardo mentale. Non cammina né parla. Per un periodo ebbe la cattiva abitudine di tirare con forza i capelli a tutti quelli che, bambini o adulti, gli capitassero a tiro. I suoi fratelli più piccoli capivano perfettamente che non era responsabile delle sue azioni, e mostravano una totale tolleranza. Se nei loro percorsi passavano troppo vicino al fratello e restavano impigliati, si limitavano a restare molto fermi (con una evidente espressione di dolore) e a chiamare dolcemente qualche adulto perché venisse a liberarli. Ovviamente se fosse stato qualcun altro a tirar loro i capelli, avrebbero risposto in maniera adeguata.

Numerosi ricercatori hanno provato che i bambini minori di tre anni solitamente mostrano empatia; cioè, preoccupazione per la sofferenza altrui. *Quando un compagno piange accade frequentemente che cerchino di consolarlo.*

Bowlby cita uno studio nel quale venne osservato attentamente il comportamento di venti bambini da uno a tre anni, in un asilo-nido. Dieci di loro avevano sofferto abusi, gli altri dieci provenivano da famiglie con problemi ma non avevano subito abusi. I bambini che erano stati maltrattati si azzuffavano il doppio degli altri e mostravano inoltre tre comportamenti che non si osservarono in nessuno dei bambini non maltrattati: aggredivano gli adulti; aggredivano altri bambini senza alcun motivo né provocazione, apparentemente solo per infastidire; sgridavano o picchiavano altri bambini che piangevano, invece di cercare di consolarli.

I bambini cresciuti con affetto e rispetto sono affettuosi e rispettosi. Non costantemente, è ovvio, ma sicuramente per la maggior parte del tempo. *Questa è la loro tendenza naturale, infatti nell'essere umano la cooperazione con altri membri del gruppo è naturale tanto quanto camminare o parlare. I bambini diventano aggressivi se gli adulti, in qualche modo, li hanno indotti a deviare dalla loro naturale inclinazione. I bambini "educati" a suon di grida, gridano. I bambini "educati" a furia di schiaffi, picchiano.*

Educazione o manipolazione?

Ormai lo avrete capito: Per me i bambini sono sostanzialmente buoni, che è come dire che noi, la nostra natura originaria, più autentica è buona, positiva. Quando guardo un bambino non vedo dietro alle sue azioni e ai suoi atteggiamenti l'intenzione negativa, cioè l'intenzione di ingannare, manipolare, di provocare una sofferenza o un danno. Quando guardo un bambino vedo un piccolo individuo che manca di esperienza e che si esprime così come può, con le risorse che ha appreso. Vedo una persona che risponde alle sollecitazioni e alle richieste dell'ambiente come riesce, ambiente per altro estremamente complesso, ancora poco conosciuto, che porta messaggi difficili e, a volte, molto contraddittori. Un bambino fin da quando nasce è costantemente impegnato nel dare un senso all'immenso caos in cui si ritrova. Vista l'impresa, difficoltosa e impegnativa, se capita che i suoi comportamenti non corrispondano alle nostre aspettative, forse possiamo concedergli un po' di comprensione in più. Possiamo provare a metterci un po' di più nei suoi panni e **cercare di capire che senso da lui al suo comportamento**. In poche parole penso che i nostri bambini meritino davvero più fiducia e più comprensione da parte nostra.

Se io a questo punto vi chiedessi: quale di queste due affermazioni condividete maggiormente?

- Vorrei che mio figlio/a diventasse un certo modo, (ho in mente un modello e mi piacerebbe che da adulto diventasse così).
- Vorrei aiutarlo a svilupparsi secondo le sue caratteristiche e predisposizioni.

E' evidente che siamo di fronte a due atteggiamenti profondamente diversi. Nel primo caso il mio impegno sarà di fare attenzione soprattutto a quanto mio figlio si avvicina al modello che io ho in mente, i miei interventi saranno rivolti a modificare ciò che si discosta dalle caratteristiche che io ritengo siano buone e

positive. Nel secondo caso il mio impegno e la mia attenzione saranno invece rivolte a conoscere chi è mio figlio, perché più lo conosco più posso aiutarlo a svilupparsi secondo le sue caratteristiche. Sarò attenta alle sue risposte, alle sue reazioni, cercherò di far in modo che lui si senta sostenuto ad esprimere e conoscere sempre meglio chi e come è.

Come genitore in un caso mi sentirò realizzato a seconda di quanto mio figlio da adulto si è avvicinato al mio modello, nell'altro mi sentirò realizzato tanto più mio figlio è soddisfatto di ciò che è, indipendentemente da ciò che è.

*Mangia, anche se sei sazio, anche con disgusto; v*à a dormire pur tra le lacrime, anche se aspetterai il sonno per un'ora. Perché devi, perché lo esigo, è per la tua salute.

Non giocare con la sabbia, porta pantaloncini attillati, non spettinarti, perché esigo che tu sia bello.

Non parla ancora...E' più grande di...e nonostante ciò ancora non...Non va bene a scuola...

Invece di osservare per conoscere e per sapere, si prende il primo esempio sotto mano di "bambino ben riuscito" e si pretende dal proprio: "ecco il modello al quale devi somigliare"⁵.

Non possiamo accorgerci di tutto questo, se ci accostiamo al bambino con un "farò di te un uomo" e non con un indagatore "che cosa puoi essere?"⁶ (e che cosa vuoi essere).

Se pensiamo a quanto riportato fin qui possiamo vedere l'intera questione come due mondi a confronto. Se ci mettiamo nel "mondo uno" il bambino (noi) siamo da educare/cambiare. Questo è il mondo dove così come siamo non andiamo bene, nella nostra natura ci sono infatti aspetti che a seconda dell'indole di nascita, possono evolvere in un modo che non va bene. Questo è il mondo che ha un modello di uomo adulto che deve avere delle caratteristiche ben precise e ogni bambino che nasce deve essere educato, quindi più o meno cambiato, per arrivare ad essere così come riteniamo giusto. Il "mondo uno" riconosce la diversità, la considera, l'analizza, ma sempre nell'ottica di un confronto con un modello. Ovviamente questo mondo tiene in gran considerazione le teorie che stabiliscono le tappe di sviluppo, i numeri e le misure, sia in termini di crescita fisica che di sviluppo di abilità cognitive, relazionali ecc. Tutto quello che mi fornisce informazioni relative a come dovrebbe essere il mio piccolo e successivamente il mio ragazzo, e poi l'adulto e forse anche il vecchietto che sarà, è materiale preziosissimo e tenuto in gran considerazione, perché ovviamente rende più ricco e più particolareggiato il modello.

Nel "mondo due", incredibile ma vero, noi andiamo bene così come siamo, **siamo molto meglio da piccoli che da grandi** e siamo veramente così come scrive la Montessori:

"Il bambino è la più grande e confortante meraviglia della natura, non un essere senza forza, quasi un recipiente vuoto da riempire della nostra saggezza, ma il costruttore della sua intelligenza, l'essere che, guidato da un maestro interiore, lavora infaticabilmente con gioia e felicità, secondo un preciso programma, alla costruzione di quella meraviglia della natura che è l'uomo. Noi insegnanti possiamo soltanto aiutare l'opera già compiuta" (Maria Montessori, La mente del bambino).

Non si tratta di pensare al bambino in un'ottica *buonista*, cioè di un bambino "tutto bianco" bello, buono e bravo; ma di pensarlo come un'entità ricca, complessa, unica nella sua specificità, portato per natura a svilupparsi verso il suo benessere. Bambino che ha bisogno però di un ambiente e di relazioni che non lo ostacolano ma che lo favoriscano. **L'idea è che nella nostra natura non ci sia nulla da cambiare radicalmente, e che siano proprio gli interventi troppo invasivi, che non rispettando ciò che siamo, a rendere difficile e problematico il percorso di crescita.** L'educazione dovrebbe avere il tocco leggero, attento e intelligente.

⁵J.Korczak, *Come amare il bambino*.

⁶J.Korczak, *Come amare il bambino*, p. 78

Il bambino ha dentro di sé tutte le potenzialità per crescere e crescere bene. Nostro compito di adulti è preparargli un ambiente favorevole con gli stimoli giusti ai quali possa attingere, il resto lo fa da solo...E senza volere torniamo a Socrate, all'arte della maieutica, a favorire la crescita del bambino più che a insegnargli come si fa a crescere (o a dormire).⁷

“Ogni individuo, ogni pianta, ogni animale, ha solo uno scopo innato, cioè quello di realizzarsi per quello che è.” (F.S. Perls La terapia gestaltica parola per parola)

I bambini ci amano incondizionatamente e ci prendono veramente sul serio

Ricordiamoci che i bambini amano i genitori incondizionatamente, comunque vengano trattati. Lo sviluppo dell'autostima in un bambino è importante non per il suo modo di valutare i genitori, ma nei termini in cui si piacerà e si vorrà bene⁸.

*Spesso siamo così impegnati a cercare di sviluppare la responsabilità sociale dei nostri figli che tendiamo a dimenticare quanto questi si sentano, fin dalla nascita, responsabili del benessere dei genitori. I bambini si sentono colpevoli quando i genitori hanno problemi coniugali o personali, quando li trattano male o li trascurano. In questa situazione arrivano sempre alla stessa conclusione emotiva: **che ad essere in torto sono loro.**⁹*

Una bambina picchiata o mandata a letto senza cena, si calma in un paio d'ore, o tutt'al più la mattina seguente, e riprende la sua relazione d'amore con i genitori. Gioca a palla con il papà, parla affettuosamente con la madre, e corre nel cortile con gli amici. Forse farà anche delle scuse rituali ai genitori, o magari saranno loro a fare il primo passo, dicendo: “dimentichiamoci di aver litigato; ora va tutto bene”.

La ragazzina non si è adirata con i genitori, e non li giudica in modo più critico di prima. Ma ha perso un po' di rispetto per se stessa; è un po' meno lei, e un po' più quella che vorrebbero i genitori. Come tutti i figli, lei ama i genitori senza porre condizioni, ed è pronta a dar loro la figlia che desiderano, senza tener conto del prezzo da pagare. E' così convinta che loro abbiano ragione e lei torto, che probabilmente cercherà di reprimere la sofferenza e l'umiliazione. Vent'anni dopo sarà lei a fare la stessa cosa con sua figlia.¹⁰

Da ragazzo la cena in famiglia era un momento della giornata che mi piaceva molto. Mi piaceva entrare nella sala da pranzo, sedermi davanti ai grandi piatti di porcellana e aspettare che la cameriera mi servisse la minestra. Una sera all'ora di cena scesi in sala da pranzo e la stanza era irriconoscibile. C'era stato un pogrom in Russia e molti ebrei erano fuggiti, varcando il confine e arrivando nella nostra città. Mio nonno era andato alla stazione e aveva portato a casa tutti gli ebrei che aveva incontrato. Io non avevo idea che cosa stesse succedendo, ma vedevo vecchi con la papalina in soggiorno, madri che allattavano bambini negli angoli della sala da pranzo, e feci una scenata. Mi misi ad urlare: “Voglio la mia cena! Voglio la mia cena!” Una cameriera mi portò un pezzo di pane. Io lo sbattei sul pavimento gridando: Voglio la mia cena! Mio nonno entrò nella sala in quel momento e mi udì. Si chinò, raccolse il pezzo di pane, lo baciò e me lo diede. E io lo mangiai.”

In una situazione del genere un padre di solito si arrabbia (a me è capitato spesso con i miei figli) e si mette a gridare: “Raccogli quel pane! In Africa i bambini muoiono di fame! o qualche idiozia del genere. Il nonno di George lasciò perdere tutto il dramma e si chinò lui stesso a raccogliere il pane, liberamente. E il gesto di baciare il pane lo trovo molto bello, non so perché. Non è un' accusa né verso il pane, né verso il bambino: è un gesto spontaneo, decisivo, pieno di vera autorità e di autentico dolore.

⁷C. González, *Bésame mucho*, p.14

⁸J.Juul, *Il bambino è competente*, p. 90

⁹J.Juul, *Il bambino è competente*, p. 121

¹⁰J.Juul, *Il bambino è competente*, p. 42

George Docsi mi ha detto in seguito: “Sai, credo che ora in me ci sia un po’ di mio nonno”.¹¹

Tutti i genitori conoscono la situazione in cui la rabbia esplode, molta più rabbia di quanto sia giustificata dal comportamento del bambino. Vi è capitato? Magari un bambino ha mancato ad un suo compito, o ha rotto un bicchiere e il genitore esplode. E il bambino che cosa può fare? **Ha Paura**. Questa paura l’ho vista negli occhi dei miei figli e ho provato orrore.¹²

La responsabilità del benessere della famiglia appartiene agli adulti

La responsabilità del benessere della famiglia appartiene agli adulti (non può essere delegata ai bambini). In famiglia i genitori si devono assumere la responsabilità dei conflitti. Nei rapporti tra adulti e bambini gli unici responsabili della qualità dello scambio reciproco sono gli adulti.¹³

Quando i bambini, ma anche gli adulti, sentono di non essere considerati importanti, diventano irritabili, aggressivi e frustrati. Far fronte a sentimenti così complessi è al di là della capacità e maturità di qualunque bambino. I bambini non hanno la prospettiva e la capacità linguistica necessarie ad esprimersi. Sperano e contano sul fatto che siano i genitori a esprimere quello che loro non sanno dire...ma anche se non sanno comunicare ciò che è necessario per loro, sanno perfettamente quando non riescono ad ottenerlo, e sono in grado di dare agli adulti i segnali giusti, talvolta mostrandosi frustrati (“difficili”) ovvero diventando rassegnati e passivi.¹⁴

La responsabilità di spezzare la spirale del conflitto distruttivo (il crescendo di rimproveri, minacce, e le conseguenti reazioni opposte) spetta agli adulti.

Nella maggior parte delle famiglie quando la relazione fra bambini e adulti fallisce i genitori (e come loro gli educatori e gli insegnanti) attribuiscono la colpa ai bambini...L’alternativa non è che i genitori attribuiscono la colpa a se stessi, perché non servirebbe né a loro né ai figli. Devono invece assumersi la responsabilità di quanto è accaduto, così da potersi adoperare il più possibile perché non si verifichi più.¹⁵

Come fare per non rovinare questa meraviglia? La guida che accompagna.

“In antitesi con l’opinione comune, e con buona pace dei pedagoghi, non posso attribuire al termine “educazione” alcun significato positivo. In essa intravedo l’autodifesa dell’adulto, la manipolazione dovuta alla propria mancanza di libertà e la propria insicurezza, un’autodifesa che naturalmente posso ben capire ma di cui non posso sottovalutare i pericoli...Nel termine “educazione” è racchiusa l’idea di determinate mete che l’allievo deve raggiungere...e questo riduce fin da principio le sue possibilità di sviluppo autonomo. Ma l’onesto rinuncia a ogni manipolazione e a queste mete preconcrete non significa affatto abbandonare il bambino a sé stesso. Egli ha infatti un enorme bisogno di trovare nell’adulto un compagno sia sul piano psichico che su quello fisico”¹⁶

L’educazione dovrebbe essere un accompagnamento attento, leggero e delicato che ha come obiettivo quello di essere un sostegno e un aiuto nel processo di crescita, che è un processo di *conoscenza e scoperta di sé* al fine di svilupparsi verso l’*autorealizzazione* e il *benessere* (nel senso di stare/sentirsi bene).

¹¹R. Bly, *Il piccolo libro dell’ombra*, p. 56-57

¹²R. Bly, *Il piccolo libro dell’ombra*, p. 46

¹³J. Juul, *Il bambino è competente*, p. 13

¹⁴J. Juul, *Il bambino è competente*, p. 47

¹⁵J. Juul, *Eccomi e tu chi sei?*, p. 22

¹⁶A. Miller, *La persecuzione del bambino*, p. 87

Benessere legato allo sviluppo, il più possibile armonico e integrato, di tutte le dimensioni che ci caratterizzano.

Non esistono metodi validi in assoluto; la relazione con i figli è costruzione e scoperta costante di noi e di loro attraverso la vita quotidiana, che è fatta di comprensione, vicinanza, distanza, scontri, conflitti che non hanno un punto di arrivo. Può sembrare molto impegnativo e frustrante e sicuramente lo è, in alcuni momenti più che in altri, ma vi invito a riflettere sull'aspetto stimolante: è un processo di crescita continua, di scoperta di nuovi aspetti nostri e di chi ci è più caro. Se accettiamo di stare attivamente in questo flusso ecco che accanto alle fatiche e alle frustrazioni troveremo anche energia e carica, stupore e sorpresa, in una parola: vita. La sentiremo noi ma anche i nostri figli.

Proseguiamo e aggiungiamo altri ingredienti: da soli non andiamo da nessuna parte. Per crescere infatti abbiamo bisogno che qualcuno ci prenda per mano. E adesso le cose si fanno interessanti. Ci sono infiniti modi per accompagnare, ognuno di noi ha avuto il suo particolarissimo, fatto di infiniti istanti di relazioni che dal concepimento ci hanno portato via via ad essere come siamo ora, in questo preciso momento e che continueranno a cambiarci fino alla morte e poi chissà... Ora il problema è: va bene qualsiasi accompagnamento? Ci sono delle differenze che dipendono da come si viene accompagnati? È possibile stabilire qualesia un buon accompagnamento?

Ecco una storia.....

Immagina di voler fare un'escursione in montagna, non essendo molto esperto ti affidi ad una guida. A questo punto si aprono due scenari:

- Nel primo la tua guida si chiama Giovanni. Giovanni è molto esperto e capace, vi incontra una domenica mattina e partite per la vostra escursione. E' una bella giornata di sole e mentre passeggiate Giovanni ti racconta la storia dei luoghi, si rivolge a te in modo educato e gentile. A un certo punto arrivate ad un passaggio un po' difficile e impegnativo, tu sei un po' preoccupato, Giovanni se ne accorge e ti rassicura, dicendoti che in effetti il passaggio non è semplice, ma aggiunge che ce la puoi fare e che lui è lì per aiutarti. Con fatica ed impegno e non senza difficoltà riesci finalmente a raggiungere il tuo obiettivo: il rifugio a 2000 metri. Ti senti carico, soddisfatto e capace; è probabile che avrai voglia di ripetere l'avventura e forse anche di sperimentarne altre più complesse.
- Nel secondo la tua guida si chiama Giuseppe, è ugualmente esperta del territorio ma ha uno stile differente. E' una bella giornata di sole, l'appuntamento è alle 8.00 ma sono le 8.20 e Giuseppe ancora non si vede. Quando arriva, sono già le 8.30, si scusa dicendo che ha avuto un imprevisto (e' stato trattenuto al telefono da un collega). Finalmente partite, Giuseppe ha un passo piuttosto veloce, ti sprona e sollecita ad andare più svelto e tu arranchi a distanza. Quando arrivate al passaggio difficile e impegnativo, alla stanchezza si aggiunge la preoccupazione/frustrazione di non riuscire a superarlo. Chiedi aiuto a Giuseppe il quale ti risponde, un po' seccato, che ti stai preoccupando per niente, che sono altri i passaggi difficili, che è tardi e bisogna andare. Forse avresti voglia di mandare a quel paese Giuseppe (un adulto potrebbe anche farlo, ma se lo fa un bambino?) ma ormai sei arrivato quasi in cima e decidi di proseguire. Finalmente dopo timori paure e difficoltà riesci a raggiungere la tua meta. A questo punto Giuseppe ti dice: "Vedi, avevo ragione, hai brontolato tanto per niente, c'era bisogno di fare tante storie?" Come ti senti? Ovviamente la risposta non è uguale per tutti, ma possiamo ragionevolmente ipotizzare che qualcuno sia irritato, arrabbiato, frustrato e forse deluso. Per alcuni forse sarà l'ultima escursione in montagna, altri riproveranno ma certamente non con Giuseppe come guida.

Possiamo spingerci anche oltre....che idea pensi si siano fatti di te Giuseppe e Giovanni? Che cosa racconteranno agli amici o a casa della giornata trascorsa e della persona che hanno conosciuto?

Questa storiella per dire che ogni tanto, soprattutto quando le reazioni dei nostri figli sono un po' difficili, è forse bene, prima di prenderli a male parole o partire con i sermoni, chiedersi che tipo di esperienza hanno appena vissuto e se noi (o chi era con loro) siamo stati una guida tipo Giovanni o tipo Giuseppe. Se siamo più vicini al secondo caso forse possiamo concedere loro un po' di comprensione in più.

III. Cosa fare: alcuni suggerimenti

Il linguaggio personale: l'erba voglio non cresce neanche nel giardino del re... ma è proprio vero?

Quante volte abbiamo sentito, o noi stessi abbiamo ripetuto, la frase: *“L'erba voglio non cresce neanche nel giardino del Re”*. Molti di noi sono cresciuti con l'idea che Voglio sia una sorta di parolaccia, e coerentemente insegnano ai figli che dire “voglio” non va bene. Ma è proprio così? Pensiamo ad una cosa curiosa che a volte accade: capita di sentire, da parte di genitori che hanno figli ormai grandicelli (dalle medie in su), lamentele rispetto al fatto che il o la figlioletto/a non sanno cosa vogliono, si fanno trascinare dal gruppo, non hanno idee chiare, desideri e aspirazioni. Questa spiacevole situazione potrebbe avere a che fare con *l'erba voglio...?*

Idee, convinzioni, pensieri, desideri, aspirazioni non spuntano magicamente da un giorno all'altro, fanno parte del processo di sviluppo: maturano e si consolidano mano a mano che cresciamo, ma perché siano veramente nostri, cioè espressione di ciò che siamo e vogliamo essere, devono essere riconosciuti dagli altri fin dalla nascita. **Dobbiamo cioè crescere con adulti che ci incoraggino ad usare il linguaggio personale.**

Il linguaggio personale, è quello attraverso il quale esprimiamo i nostri sentimenti, le nostre reazioni, le necessità e i limiti....

il nucleo del linguaggio personale è:

“Voglio. Non voglio”

“Mi piace. Non mi piace”

“Sì. No.”¹⁷

Consentire ai bambini fin da piccoli di poter esprimere liberamente e serenamente ciò che vogliono è fondamentale, **il nostro compito in questo caso è quello di spiegare perché sì e perché no**; accogliere le richieste per noi sensate e respingere, motivando, quelle che non possiamo o vogliamo soddisfare. Dovremmo incoraggiare i bambini ad esprimersi con il voglio o, se vi piace di più, il vorrei. **E' importante che sappiano che è giusto per una crescita sana esprimere ciò che sentono e desiderano.** E' ovvio che il nostro intervento di mediazione deve essere proporzionato all'età: è massimo quando il bambino è molto piccolo; si dovrebbe poi allentare in modo progressivo mano a mano che cresce. Questo consente ai bambini di sviluppare una sempre maggior autonomia decisionale ma in modo proporzionato al loro sviluppo e alle loro capacità.

Non pensiamo quindi al IO VOGLIO come ad una parolaccia, perché è invece una frase importantissima. Dovremmo educare i nostri figli ad usarla di più.

*Non è vero che il bambino voglia la luna nel pozzo, che si lasci comprare con l'indulgenza e la remissività, che sia un anarchico nato. No, il bambino ha il senso del dovere, se non viene imposto con la prepotenza; rispetta i programmi e ama l'ordine, non rinnega regole e doveri. **Esige soltanto di non essere caricato di un fardello troppo pesante, di non rovinarsi la schiena, di trovare comprensione là dove esita, scivola o affaticato fa una sosta per riprendere fiato...Il bambino vuole essere trattato con serietà, esige fiducia, direttive e consigli. Noi ci riferiamo a lui con un atteggiamento burlone, lo sospettiamo di continuo, lo respingiamo con l'incomprensione, gli neghiamo il nostro aiuto.**¹⁸*

Un suggerimento: essere diretti e chiari nell'esprimere bisogni e desideri, in questo modo si è un esempio. I bambini lo sono per natura, se noi non abbiamo un linguaggio personale anche loro smetteranno di averlo.

¹⁷J.Juul, *Il bambino è competente*, p. 105

¹⁸J.Korczak, *Come amare il bambino*, p. 136

Un Esempio: Ruth e Lena¹⁹

Se vogliamo veramente salvaguardare l'integrità di genitori e figli, aiutandoli a sviluppare l'autostima e la responsabilità personale e sociale (questi tre concetti integrità, autostima e responsabilità sono inseparabili), dobbiamo introdurre un nuovo concetto. E cioè, prendere con serietà in considerazione noi stessi e i nostri figli.

Per prendere seriamente in considerazione un'altra persona è necessario:

- non negarle il diritto di avere necessità, desideri, esperienze, sentimenti e **diritto di espressione** che di fatto sente di avere;
- considerare i bisogni dell'altro dal suo punto di vista;
- concentrarsi sull'altra persona e poterla conoscere per valutare lei o le sue aspirazioni;
- replicare con comprensione alle sue azioni, e **considerare con serietà le sue posizioni**.

Esempio. Osserviamo una coda davanti alla cassa di un grande magazzino. Una bambina di quattro anni si rivolge alla mamma, ultima della fila, la tira per la manica e le dice con voce disperata, mentre si asciuga gli occhi dalle lacrime: "Mamma, non ce la faccio più a stare qui, possiamo andare a casa? Voglio andare via!" Come deve rispondere una madre? Se viene da una famiglia all'antica, si sente costretta a dare le solite istruzioni di comportamento; per esempio: "No, stai buona, quando si è nei negozi bisogna aspettare il proprio turno, educatamente".

Invece una madre moderna, di famiglia democratica, cercando di far leva sulla comprensione della figlia, risponderebbe con un'osservazione oggettiva e un diversivo tattico: "No, non possiamo; capisco che sei stanca, ma vedi, c'è molta gente prima di noi. Oh, guarda che bei vestitini lì sopra!". Nessuno di questi commenti è "sbagliato", e nessuna madre ha violato direttamente l'integrità della bambina. Eppure in entrambi i casi il messaggio è stato che i sentimenti e i bisogni della bambina non sono importanti quanto quelli della madre, anzi non sono affatto importanti. La prima delle due madri ignora sentimenti e bisogni della figlia; la seconda offre una distrazione per compensarla; ma tutte e due la invitano ad accettare il modo nel quale i genitori giudicano la realtà, senza offrire alcuna reciprocità.

Ora osserviamo le diverse reazioni di due madri nella stessa situazione.

Quando la figlia di Ruth la tira per la manica, lei si scosta, prende la piccola per il braccio e le dice, adirata: "Adesso basta, stai un po' ferma! Hai capito?".

Mentre la bambina la guarda, come se stesse per rispondere, la madre cerca di alzarla per metterla sul passeggino. Ma la piccola cade, rimane per terra e continua a lamentarsi: "No, no, voglio andare via. Non voglio restare qui!". Con una certa difficoltà, e cercando di reprimere la rabbia, la madre riesce a tirarla su, ma la piccola è così rigida che non si riesce a farla sedere nel passeggino. Allora la madre si dispera, e le sibila sottovoce: "Adesso ne ho abbastanza, stupida. Siediti subito, se no...". In quel momento il pianto della bambina diventa un lamento sommesso, e il suo corpo si rilassa, privo di forze, cosicché la madre può finalmente metterla sulla carrozzina senza difficoltà; e mentre lei continua a piangere, la mamma paga ed escono dal magazzino.

Anche Lena e la sua piccola di quattro anni sono in piedi ad aspettare in una lunga coda. La figlia si avvicina alla madre, e le dice: "Mamma, che noia qui. Non possiamo andare via subito?".

Lena le risponde gentilmente, "Hai ragione. Qui fa troppo caldo, e guarda la gente che c'è! Dobbiamo solo pagare, e poi possiamo andarcene. Intanto tu e tua sorella potreste rimettere a posto quei calzini?" chiede, indicandole una pila di calzini caduti da uno scaffale.

La figlia prende per mano la sorella piccola, e insieme rimettono i calzini a posto. Quando hanno finito, tornano dalla mamma, la più piccola si siede nel passeggino, e la grande chiede il suo ciuccio.

Qual è la differenza nei due casi? Lena prende sua figlia seriamente in considerazione, Ruth non lo fa. La figlia di Ruth si rivolge alla madre con un tono e un linguaggio dai quali è evidente che non è abituata a essere presa sul serio. Fin dalle prime parole si lamenta e si tiene sulla difensiva, ed è sufficiente ascoltarla per capire quanto sia irritante e concentrata su di sé. Significa che a tre anni ha già imparato che i suoi desideri e le sue necessità non hanno importanza, disturbano la madre, o entrambe le cose. La piccola

¹⁹J. Juul, *Il bambino è competente*, p. 101-104

continua a insistere per il suo diritto di essere di valore, ma nella maggioranza dei casi senza successo. E lo conferma anche la risposta di Ruth nel negozio.

Ma neppure la stessa Ruth è abituata a essere considerata seriamente, ed è per questa ragione che considera le necessità di sua figlia solo come un fastidio.

Ne risulta una lotta di potere, nella quale l'integrità della bambina è violata mentalmente e fisicamente. In apparenza la madre sembra uscirne vincente, ma in realtà sono entrambe sconfitte; nessuna delle due riesce a ottenere ciò che desidera. Vengono a mancare, o si riducono, sia l'autostima di entrambe, sia la fiducia della figlia verso il prossimo, e quella di Ruth nel proprio ruolo materno. E per di più si deteriora la relazione tra loro.

Tornando a Lena, il modo in cui la figlia si rivolge alla madre rivela la provenienza da una famiglia nella quale **si accetta che vengano espressi i propri desideri e bisogni, e nella quale si può contare di essere trattati con serietà**. La risposta di Lena lo conferma. Lei è consapevole del desiderio di collaborare da parte della figlia, e anche del suo sentirsi un valore per la madre. E perciò risolve il dilemma chiedendo alla piccola di fare qualcosa di utile mentre sono in attesa di pagare. La figlia non riceve quello che veramente avrebbe voluto, ma quanto meno una conferma dei suoi sentimenti. Anche se i suoi bisogni sono in conflitto con quelli della madre, impara a fidarsene. E inoltre, per il suo bene, può assumersi una responsabilità durante l'attesa obbligata.

La questione di quale sia la madre migliore è di scarso interesse. In questa situazione fanno entrambe del loro meglio, a seconda di quello che hanno imparato, ed è irrilevante giudicarle. In questo scenario ciò che importa è che il rapporto di Ruth con la figlia è penoso per entrambe, ma che per evitare questa sofferenza un modo c'è; e si può imparare.

Nessuna delle due bambine ha ottenuto ciò che voleva, né è stata autorizzata a farlo o a comportarsi "a modo suo", ma solo Lena ha considerato con serietà sua figlia e la sorellina, riconoscendo i loro bisogni come li si riconosce a esseri di uguale valore, e assumendo il suo importante ruolo di genitore senza violare l'integrità delle bambine.

Ciò che distingue Lena dalle madri delle generazioni precedenti è che lei dimostra alla figlia una responsabilità sia personale che sociale anziché insegnargliela. Diventa un modello con il quale la figlia può collaborare, e non si comporta come un'autorità che predica qualcosa che lei stessa non fa. Sa che non si tratta di una questione di "così/o così" (che poi significa: o io faccio quello che vuoi, o tu fai quello che voglio io). Sua figlia impara, e senza che sia necessario insegnarglielo, che quando si è in coda si deve aspettare il proprio turno. Impara anche che sua madre considera con serietà i suoi bisogni.

L'esperienza di essere presi sul serio non è facile da esprimere in termini concreti, ma piuttosto "musicali"; ed è difficile da spiegare per dei ragazzi che non l'hanno vissuta. Quando questi ragazzi sono eloquenti, e hanno dei genitori comprensivi, cercano di definire questo concetto, spesso esprimendosi così: "La mamma e il papà decidono tutto. Io non posso mai decidere niente". Nessuna delle due affermazioni è oggettivamente vera, ma ben pochi bambini possono esprimere l'esperienza di non essere presi seriamente dai genitori. E quindi lamentano di essere tagliati fuori dal processo decisionale.

I bambini meno eloquenti, che vengono da famiglie meno comprensive, sono obbligati a ricorrere a un comportamento sintomatico: fanno richieste assurde, diventano testardi, maniacali, addirittura assetati di potere e autoritari. Ma è difficile interpretare questi comportamenti per i genitori, e quindi il problema di fondo e cioè che il bambino sente di non essere considerato seriamente rimane inesperto. I bambini hanno bisogno di un linguaggio personale con il quale esprimere i loro sentimenti più profondi.

Solo quando sentiamo che possiamo dire anche no e che il nostro no viene rispettato possiamo dirci sì l'un l'altro di tutto cuore...Il no di cui parliamo non è un no alla comunità ma un sì se stessi all'interno della comunità. Il vantaggio è che ciascun membro della famiglia impara ad assumersi la propria responsabilità.²⁰

E' responsabilità dei genitori prestare ascolto attentamente ai figli quando dicono di che cosa hanno voglia e di che cosa no. Quando una bambina chiede il gelato o una nuova Barbie la psicologia ha poco da dire; è

²⁰J.Juul, *Eccomi e tu chi sei?*, p. 78

*semplicemente normale che sia così. Ma se comincia a fare i capricci e a creare continuamente lo scontro non è il gelato o la bambola che le manca, ma qualcos'altro, e sta ai genitori scoprire di che cosa si tratta.*²¹

I limiti: Bianca e il vaso rotto²²

Chiaramente, è importante porre limiti ai bambini perchè, altrimenti, non ne avrebbero. Riesci a immaginare che situazione terribile? Un bambino senza limiti farebbe uscire gli occhi di fuori a tutti i suoi amici, si butterebbe dal balcone, mangerebbe duecento caramelle in cinque minuti. Un bambino senza limiti sarebbe qualcosa di così terribile, insostenibile, raccapricciante, che..., che... Com'è possibile non averne mai visto uno? Come sarebbe un bambino senza limiti?

Una bambina senza limiti

Bianca rimarrebbe molto volentieri a letto, ma la mamma l'ha chiamata e deve alzarsi. Perché non può restare a letto ancora per mezz'ora? O meglio, perché non può non andare a scuola? Dovrebbe essere sempre in vacanza per poter andare tutti i giorni al mare o in bicicletta. Oppure per andare a cavallo. Se avesse un cavallo gli darebbe dello zucchero e delle carote, e cavalcherebbe da sola scoprendo nuovi paesi. Beh, non da sola, andrebbe con Isabella che è una tipa "giusta" . . .

Un grido della madre la sveglia dal suo sogno. "Sì, adesso mi alzo...Che scocciatura doversi lavare con questa acqua così fredda. Questo sapone poi ha un odore terribile. A casa di Isabella hanno un sapone che fa un buonissimo profumo. Questo vestito non mi piace per niente e le mie scarpe da tennis, che vergogna, tutte le bambine indossano scarpe di marca; ma papà ha deciso di non comprarmi altre scarpe se prima non si consumano queste..."

È un po' di tempo che Bianca ha rinunciato a chiedere più cacao nel latte: "non c'è modo di far capire a mamma che il latte deve diventare ben nero. Biscotti rotondi! Quelli buoni sono quadrati. Lavarsi i denti dopo colazione? Ma mamma, le mie amiche si lavano i denti solo prima di andare a letto. Va bene, adesso me li lavo... il dentifricio ha un sapore forte: in questa casa non si compra mai il dentifricio alla fragola?"

Bisogna portarsi lo zaino con i libri. Bisogna camminare fino a scuola. "Mamma non vuole andare in auto perché come lei dice non vuole tirarla fuori per soli duecento metri". Bianca si ferma a guardare la vetrina del negozio di giocattoli, chiede alla mamma di comprarle un trenino elettrico, "chiedilo a Babbo Natale" dice la mamma tirandola per il braccio. Bianca si ferma in equilibrio sul bordo del marciapiedi, altra tirata di braccio. Da un calcio ad una pietra, ancora tirata di braccio. Si ferma a guardare un cane che fa pipì sul muro, di nuovo tirata di braccio. Mette il piede in una pozzanghera, tirata e, questa volta, sgridata.

"La scuola poi è una scocciatura. Non puoi alzarti quando vuoi, non puoi sederti accanto a Isabella, non puoi parlare, non puoi ridere, devi guardare la professoressa".

"Consegna i compiti, apri il libro, prendi un foglio, dettato, non sederti con la schiena incurvata, non vedi che devi temperare la matita. Fate gli esercizi di pagina 30, disegnatte una mucca, per domani il resto di pagina 42, vediamo, Bianca, ripetimi la tabellina del 3... da quando 3 per 6 fa 19? Vediamo, qualcuno sa dire a Bianca quanto fa 3 per 6?" . "Isabella dice che ormai non è più amica tua, perché ti ha visto giocare con Viola", "allora dì a Isabella che è stupida, che io gioco con chi voglio". "Guarda queste bambine, cosa avranno da dire di così importante da non poter aspettare la fine della lezione; perché non lo dite a voce alta così tutti lo sentiamo".

"Ancora piselli a pranzo! E quella scema di Isabella che non vuole sedersi con me. Guarda come parla con Elena solo per farmi arrabbiare. Bleah, pesce per secondo!"

Il ritorno a casa non può essere più animato. Bianca riceve tirate di braccio davanti al panificio (niente cornetti al cioccolato!), davanti al negozio di giocattoli (niente trenino elettrico!), davanti al negozio di computer (niente gioco nuovo!), davanti all'edicola (niente gomme da masticare!). "Bianca, basta! Oggi davvero mi stai facendo innervosire!" (sì, oggi, ieri e sempre).

²¹J. Juul, *Eccomi e tu chi sei?*, p. 81

²²C. González, *Bésame mucho*, p. 174-185

Bisogna cambiarsi le scarpe prima di giocare. Bisogna fare i compiti prima di guardare la televisione. Bisogna spegnere la tele adesso, anche se è molto interessante, perché la cena è pronta. Bisogna aiutare ad apparecchiare la tavola prima di cenare. Bisogna lavarsi le mani prima di apparecchiare la tavola. "Ti ho detto venti volte che devi lavarti le mani. Guarda che mani hai!". "Oh no! Ancora piselli! Sembra si siano messi d'accordo. Mamma, hai cucinato uova fritte? Cosaaa? Merluzzo!?"

"C'è del budino al cioccolato?", "prima devi mangiare la frutta", "non voglio la frutta", "la frutta fa bene", "non ne voglio", "devi mangiare una pera", "no, pera no, non c'è una banana?", "no, o pera o mela", "non ne voglio, voglio il budino", "bambina non rispondere così a tua madre", "buaaaah!" E giù lacrime. "Va bene, mangia il budino e sta' zitta!"

Fermate l'immagine. Avvisate la polizia. Avete visto cosa è appena successo? Bianca l'ha avuta vinta. Le è bastato piagnucolare un pochino per intenerire la madre. È la tipica bambina che l'ha SEMPRE vinta. Totalmente maleducata. E tutto questo perché i suoi genitori non hanno saputo stabilire dei limiti. Le danno TUTTO quello che chiede! Questa bambina avrà gravi problemi comportamentali:

No, non spaventarti. Bianca non avrà conseguenze negative sulla sua salute per "averla avuta vinta". Invece, probabilmente, averla vinta ogni tanto, verificare che in alcune occasioni non si è dei semplici giocattoli nelle mani del destino ma si può fare qualcosa, desiderare qualcosa, ottenere qualcosa, influire sugli altri, è un'esperienza necessaria per lo sviluppo della personalità. Perché Bianca, come tutti i bambini, sta cedendo e obbedendo decine, centinaia di volte al giorno.

*Pretendendo il suo budino, Bianca impara a esporre con chiarezza il suo punto di vista e ad esigere rispetto; fra qualche anno lo saprà fare senza piangere o gridare. E quando sarà adulta riconosceremo che queste qualità sono positive. Sua madre le ha dimostrato che le vuole davvero bene; **cioè che la tiene in considerazione e che ascolta le sue opinioni e le sue parole.** Col suo esempio la madre sta insegnando a Bianca a cedere. Per farlo alla perfezione, avrebbe potuto insegnarle a cedere con eleganza, e invece di gridare "e va bene! Mangia il budino e sta' zitta!" avrebbe potuto dire, senza alzare la voce, "bene, se preferisci il budino vada per il budino".*

Dobbiamo quindi dare ai nostri figli tutto ciò che chiedono? Certamente no. E non perché questo li diseduca, ma semplicemente perché questo è impossibile.

Non esistono bambini senza limiti. Fattori reali che né il bambino né i genitori possono modificare già impongono dei limiti considerevoli. Tuo figlio non può volare, né vincere sempre quando gioca con i suoi amici; né può evitare che la pioggia mandi all'aria una giornata in spiaggia.

Altre volte, tu lo obblighi a fare alcune cose, o gli proibisci di farne delle altre, per motivi più che giustificati (o che almeno a te sembrano giustificati, sebbene in altre famiglie possano pensarla in modo diverso). Bisogna andare a scuola, bisogna fare i compiti, bisogna venire a cena, bisogna lavarsi le mani. Non si possono mangiare troppe caramelle, basta adesso con i gelati. Non abbiamo soldi per andare in vacanza a Parigi. Il videoregistratore è molto caro. Non mi piace che tu stia tante ore a guardare la televisione. Non si può andare in giro per la città perché ci sono troppe automobili. Conserva il "piccolo meccanico" perché ora dobbiamo andare a trovare i nonni. Devi farti la doccia. Raccogli la tua roba sporca. Non toccare la manopola del gas. Non possiamo tenere un cane in appartamento...

Se veramente i limiti fossero necessari per la felicità dei bambini e per la formazione della loro personalità e del loro carattere, non c'è dubbio che tutti i bambini, ricchi o poveri, educati in modo rigido o "viziati", avrebbero ogni giorno cento opportunità per godere di tali limiti. A proposito, perché supponiamo che proprio i bambini abbiano bisogno di limiti per essere felici, che godano di questi, e siano disgraziati se non li hanno? Com'è possibile che per i nostri figli le cose stiano esattamente all'opposto di come stanno per noi? A noi adulti, infatti, solitamente succede il contrario: i limiti ci fanno soffrire (l'amore non corrisposto, le vacanze che non possiamo fare, l'auto che non possiamo pagare, la dieta senza colesterolo, la casa troppo piccola, la partita persa dalla nostra squadra del cuore...), mentre quello che otteniamo e gli obiettivi che raggiungiamo contribuiscono alla nostra felicità.

Cosa ci può essere di vero nell'idea secondo la quale la mancanza di limiti rende i bambini infelici?

No, non sto dicendo di non porre limiti ai nostri figli, per la semplice ragione che ciò è impossibile. Quello che propongo è di non porre loro limiti artificiali e artificiosi. Se nostro figlio ci chiede qualcosa che non

danneggia la sua salute, che non distrugge l'ambiente, che possiamo comprargli, che richieda un tempo che possiamo dedicargli... non proibiamoglielo soltanto "per imporre dei limiti" o "perché si abitui ad ubbidire".

Se gli abbiamo negato qualcosa e vediamo che la sua reazione è "sproporzionata", può darsi che abbiamo valutato male la situazione, può darsi che quello che gli abbiamo appena negato, per lui, è molto più importante di quello che pensavamo. **Rivalutiamo la nostra decisione alla luce di questa nuova conoscenza:** gli verrà davvero la lebbra se si fa il bagno domani e non oggi? Il mondo sprofonderà se invece di uscire per andare a fare una passeggiata adesso, aspettiamo che finiscano i suoi cartoni preferiti? Morirà di freddo se non si mette il cappotto?

Se infine, nonostante tutto, decidiamo di non cedere: se bisogna andare a scuola, bisogna completare i compiti, bisogna spegnere la televisione proprio adesso, saremo capaci di usare la nostra autorità senza prepotenza? Di non aggiungere grida e minacce ai nostri ordini? **Di tollerare la frustrazione dei nostri figli e accettare che ubbidiscano borbottando, invece che col sorriso sulle labbra come i bambini buoni dei film?** È noto che i granatieri di Napoleone "borbottavano, e lo seguivano sempre"; neppure lui ha ottenuto che gli ubbidissero senza aprire bocca.

Legata al tema dei limiti è la diffusa credenza che i bambini piccoli si dedichino a una strana ed esclusiva attività, conosciuta come "provare i limiti". Esclusiva perché, che io sappia, nessun adulto la pratica.

Per esempio, immagina che una tua amica venga a farti visita un pomeriggio. "Oh, che bel vaso!" lo prenda in mano, lo ammira, le scivoli. Ed ecco **il vaso** (porcellana cinese antica, ricordo di tua nonna) fatto a pezzi. Perché l'ha fatto la tua amica? Sta provando i limiti. Se tu non la punisci adesso, d'ora in avanti si impegnerà a rompere tutti i vasi che vede, e probabilmente anche a scrivere sui muri e ad aprire il rubinetto del gas, perché avrai perduto il suo rispetto.

Ma cosa stiamo dicendo! La tua amica ha rotto il vaso senza volerlo, è molto dispiaciuta, chiederà mille volte scusa, nonostante tu le dica che non è un problema. E non si azzarderà ad avvicinarsi a nessun altro vaso per molti anni.

E se il vaso lo rompe tua figlia? Cosa ti fa pensare che la sua situazione sia diversa?

Ciò che sicuramente è diverso, è la conoscenza e l'esperienza. Una bambina di due anni non sa ancora che la porcellana si rompe e la plastica no, inoltre è fisicamente incapace di stare ferma, ed è più maldestra. Ovviamente tu devi ricordarle con pazienza con quali cose può giocare e con quali no, e come trattare con cura gli oggetti fragili. Ma tua figlia non ha pensato in nessun momento: "vediamo fino a dove posso arrivare. Adesso rompo un vaso e se va liscia, bene". Sei tu che hai commesso un'imprudenza, lasciando un vaso di grande valore alla portata di una bambina di tre anni. Quando ci sono bambini per casa, tutti gli oggetti di valore si mettono in alto o sotto chiave, e non si tirano fuori finché il più piccolo non sarà cresciuto abbastanza. Una buona occasione, quindi, per lasciare a portata di mano tutti gli orribili regali che hai ricevuto e dei quali non sai come disfarti.

Cosa faresti se tua figlia ha appena rotto un vaso di grande valore? Scegli una delle seguenti opzioni:

- a. Le daresti un colpo sulla mano.
- b. Le diresti: "ma guarda cosa hai fatto! Ti ho detto venti volte di fare attenzione! Non ce la faccio più con te!".
- c. Non la faresti andare al parco per punizione.
- d. Diresti: "questo vaso mi piaceva molto, era di gran valore ed era l'unico ricordo che mi restava di mia nonna. Adesso soffrirò molto per colpa tua, immagino tu sia contenta".
- e. Le diresti: "dovrai pagare almeno una parte del vaso quindi riceverai soltanto mezza paghetta da adesso fino a Natale".
- f. Diresti: "oh che pena, si è rotto il vaso! Bisogna fare molta attenzione, i vasi non servono per giocare. Vieni, adesso dobbiamo raccogliere i pezzi con scopa e paletta".
- g. -Le diresti: "Non importa; in fin dei conti era solo un vecchio vaso".

Noterai che, se il vaso è stato rotto dalla tua amica, dalla tua vicina o da tua cognata, non c'è il minimo dubbio: sceglierai sempre l'opzione G. Insisterai ripetendola una volta e un'altra ancora, mentre la persona si profonde in scuse. Ebbene, penso che sia l'opzione adatta anche per tua figlia di otto anni. Lei già sa che il vaso era molto importante, che bisognava fare attenzione, che tu sei in pena, e che stai dissimulando per

educazione. Lei è triste, si vergogna, e darebbe qualsiasi cosa per non averlo rotto. Non ha bisogno di rimproveri né di prediche.

L'opzione E è molto utilizzata nei confronti di bambini più grandi, ma mi sembra un poco fiscale. Tu non chiederesti mai del denaro alla tua amica, né lo accetteresti se lei te lo offrisse, anche se avesse un buono stipendio. Come puoi chiedere denaro a tua figlia che è più giovane e non guadagna neppure quanto basta per comprarsi i gelati?

Se è tua figlia di due anni che rompe il vaso, l'opzione G può essere poco adeguata. Potrebbe crederti e pensare che davvero non c'è differenza fra rompere un vaso cinese e scoppiare un palloncino. A questa età, una risposta simile alla F risulta rispettosa, comprensibile e informativa. E dopo ricordati di mettere il resto dei cimeli e dei soprammobili in un luogo sicuro, perché un bambino così piccolo non sempre capisce le cose a primo acchito.

I Bambini di sei o sette anni che violano in continuazione i limiti degli adulti lo fanno perché, durante i loro primi anni di vita, i limiti decretati hanno violato il loro senso di integrità. I genitori che continuano a ripetere: "Sapessi quante volte gliel'ho detto!", oppure "Gliel'abbiamo detto un centinaio di volte, ma non serve a niente!" si dimenticano allegramente di essere stati loro a creare il problema.²³

Rispetto e pari dignità

Gli esseri umani di ogni età agiscono in base agli stessi identici principi: si comportano bene se vengono trattati bene e in cambio rispondono desiderando trattare bene gli altri. Reagiscono male, invece, quando vengono feriti intenzionalmente da qualcuno, provando dolore e rabbia e desiderio di fare del male a quella persona. Non fa nessuna differenza se i maltrattamenti vengono razionalizzati nella testa dei genitori "per il bene" dei figli. Tale giustificazione è irrilevante e i bambini recepiscono solo l'azione in sé. Se comprendiamo che i bambini hanno gli stessi principi comportamentali, la stessa natura umana di ognuno di noi, è facile prevedere come reagiranno alle nostre azioni: **dobbiamo solo chiederci come reagiremmo noi se ci trovassimo nella loro stessa situazione.** A quel punto fare i genitori diventa un compito relativamente semplice, come applicare la regola d'oro: tratta gli altri come vorresti essere trattato tu... **Essere bambini non significa essere meno umani di noi adulti. I bambini meritano di essere trattati con rispetto, dignità, comprensione e compassione.** Se vengono trattati in questo modo, tutti ne traiamo beneficio.²⁴

Un esempio di rispetto.....Le scuse

A proposito di scuse... quante volte ci capita di dire: *Chiedi scusa!* è una frase che molti di noi pronunciano quasi quotidianamente, non c'è nulla di sbagliato in questo, ma quante volte noi chiediamo scusa ai nostri figli? Molti pensano che chiedere scusa equivalga ad una dimostrazione di debolezza, hanno l'idea che i bambini possano perdere il rispetto dell'adulto, ma è proprio così? Come sempre dipende ovviamente dalla situazione: non fatevi prendere dallo sconforto perché esiste un sistema che può aiutarci ad orientarci, a capire come è meglio muoversi. Si tratta della solita regola, quella che ritrovate continuamente in queste pagine, una regola molto semplice, quasi banale: provare a capire come si sente il vostro bambino in quella situazione. Non è difficile. Immaginate di trovarvi voi in quella situazione e chiedetevi: come mi sentirei io se....

Se sentite di aver esagerato, di aver buttato addosso al vostro bambino roba che è di altri è non sua, ecco sareste veramente molto vili e gli fareste un grosso torto a non chiedergli scusa.

Ammettere di avere sbagliato è un atto molto maturo, di grande coraggio e correttezza. E' un esempio di vita importantissimo.

Non dobbiamo insegnare ai nostri figli che essere adulti vuol dire essere "duri e puri", eroi senza macchia che non hanno mai incertezze, debolezze, timori e che soprattutto non commettono mai errori. Il modello del super-uomo/donna porta solo infelicità, frustrazioni e un costante sentimento di inadeguatezza e insoddisfazione. Dobbiamo invece aiutarli a riconoscere ed accettare le diverse sfaccettature e sfumature

²³J.Juul, *Il bambino è competente*, p. 152

²⁴J.Hunt, *Genitori con il cuore*, p. 16-17

che li e ci caratterizzano. **A volte siamo coraggiosi, altre vili, sappiamo essere generosi, ma non sempre e..... quando ci accorgiamo di aver sbagliato e/o esagerato sappiamo chiedere scusa.**

No, quando cediamo, quando negoziamo, quando riconosciamo i nostri errori, non perdiamo il rispetto dei nostri figli. Anzi, è proprio in quel momento che lo guadagniamo maggiormente. Quando cediamo, gli stiamo insegnando a cedere.

Molto tempo fa, avrò avuto tredici o quattordici anni, mio padre mi rimproverò senza motivo. O, almeno, non ricordo più il perché, è passato molto tempo. Tuttavia ricordo chiaramente la mia profonda indignazione di fronte a una così grande ingiustizia. Me ne andai a dormire addolorato e piangente. E avvenne allora il miracolo: mio, padre venne a darmi la buona notte, e mi chiese scusa. Chiedere scusa a un bambino! Non è questa la maniera migliore di perdere l'autorità e il rispetto? Al contrario. In quello stesso momento tutti i suoi peccati, passati, presenti e futuri gli furono perdonati.²⁵

Non siamo poi così male, lo diventiamo se nel nostro cammino di crescita veniamo continuamente bombardati da messaggi negativi su noi stessi. Ricordate sempre: i bambini credono a quello che noi gli diciamo, sempre!!!

La cura per le emozioni: non siamo solo testa, abbiamo anche un corpo....per non diventare dei testoni dal corpo sottile.

Ed eccoci arrivati ad un tema a me molto caro: le emozioni

Ogni istante della nostra vita è caratterizzato da pensieri ed emozioni, da quando nasciamo fino alla morte siamo infatti costantemente immersi appunto in un flusso non solo di pensieri ma anche di emozioni. Anche qui però c'è un piccolo problema: per una complessità di ragioni la nostra cultura è molto sbilanciata nel sostenere, nei bambini, lo sviluppo della componente razionale (i pensieri), e poco attenta allo sviluppo di quella emotiva. Cioè a dire che i nostri sistemi educativi non si occupano e preoccupano di aiutare i bambini a conoscere una parte fondamentale di sé (da notare che conoscere significa anche controllare).

Se torniamo all'idea dichiarata all'inizio di queste pagine che il benessere (lo stare bene) è legato allo sviluppo armonico delle diverse dimensioni che ci caratterizzano ecco che non possiamo crescere bene se non ci occupiamo fin dalla nascita dello sviluppo e della conoscenza del nostro mondo emotivo. L'idea è che accompagnare i bambini nel percorso di crescita debba includere anche l'accompagnarli alla scoperta di ciò che sentono. Le emozioni, al pari delle altre dimensioni, hanno bisogno di "attenzioni educative" che ne favoriscano lo sviluppo e la conoscenza. Anche in questo caso non dobbiamo inventarci nulla, non dobbiamo creare nessun sistema complesso o macchinoso; dobbiamo solo accompagnare i bambini nelle loro esperienze quotidiane aiutandoli a dare un nome e parole a ciò che naturalmente sentono e provano vivendo. Questo permette loro di conoscere ciò che gli sta accadendo, di capire che un'emozione ha un percorso di inizio durata e fine e che non c'è nulla di brutto o sbagliato nel sentire (neanche nel sentire rabbia o odio).

Se fin da piccolo mi hanno accompagnato aiutandomi a riconoscere ciò che naturalmente gli eventi e le persone mi suscitano, senza aggiungere giudizi, senza creare sensi di colpa, allora potrò permettermi di sentire odio o rabbia per una persona senza il desiderio di attaccarla o distruggerla. Se invece mi hanno insegnato che se sento odio sono cattivo, se mi arrabbio non sono un bravo bambino, ecco che tenderò a schiacciare e a non voler sentire certe emozioni.

"...quando le nostre emozioni vengono attaccate -"Sei ridicolo!"....il risultato è che vengono soffocate... Cosa accade se la reazione del vostro compagno, genitore o amico è: "Stai facendo lo stupido!". A questo punto la nostra tristezza si contrae in una sensazione di vergogna. Vogliamo nasconderci. E quando siamo arrabbiati? "Sei fuori di testa! Stai rovinando tutto!".....

²⁵ C. González, *Bésame mucho*, p. 192-193

Il risultato? Questi commenti bloccano le nostre menti e le nostre emozioni. Un processo dinamico che si stava svolgendo al nostro interno diventa fermo, stagnante....Le emozioni diventano dure e spiacevoli, non se ne vanno.²⁶

Queste attenzioni per il mondo emotivo sono importantissime perché ci permettono di riprendere possesso e controllo di un altro grande dimenticato: il **nostro corpo**. Pensate che alcuni autori sostengono che siamo così spostati e concentrati sulla nostra mente/ragione da essere diventati incapaci di decifrare i messaggi che il nostro corpo ci invia, con gravi conseguenze per il nostro benessere e la nostra salute.

*“il corpo è il custode della nostra verità, poiché porta dentro di sé l’esperienza di tutta la nostra vita e fa in modo che ci sia possibile vivere con la verità del nostro organismo. Con l’aiuto dei sintomi, ci costringe ad ammettere tale verità anche a livello cognitivo.”*²⁷

*“Il corpo sembra essere incorruttibile e ho l’impressione che conosca la mia verità molto più precisamente del mio io cosciente....Pertanto non mi consente di piegarmi alle norme della convenzione. Finché prendo sul serio i suoi messaggi e li seguo, non soffro più di emicrania e nemmeno mi sento isolata.”*²⁸

*“Dopo che abbiamo imparato a vivere con i nostri sentimenti, rinunciando a lottare contro di essi, le manifestazioni del corpo non ci appaiono più come una minaccia bensì come **messaggi preziosi** che illuminano la nostra storia.”*²⁹

*“Capisco perfettamente il desiderio di essere diversi da quello che siamo per agevolare la vita dei genitori e ricevere finalmente il loro amore, ma troppo spesso ciò è in contraddizione con il bisogno espresso dal corpo, di essere fedeli a se stessi. Sono convinta che, non appena quel bisogno è appagato, la stima di se si manifesta da sola.”*³⁰

*Tutti noi siamo nati con la consapevolezza che ogni emozione che proviamo è legittima. A poco a poco perdiamo questa convinzione se solamente il lato “buono” di noi riceve una risposta positiva.*³¹

Pensieri ed Emozioni: i bambini sentono

*Nella sfera dei sentimenti – cui egli ancora non sa porre dei freni – ci è di gran lunga superiore. Nella sfera dell’intelletto non si differenzia da noi, gli manca soltanto l’esperienza.*³²

“Il bambino pensa non meno, non in maniera più povera, non peggio degli adulti, egli pensa in maniera diversa... Il bambino pensa con il sentimento non con l’intelletto. Per questo è così difficile comunicare con i bambini, per questo non c’è un’arte più difficile che parlare ai bambini. Ai bambini bisogna parlare con il cuore”³³

Tornando al primo paragrafo io sono convinta che noi nasciamo “sostanzialmente buoni”, e che se facciamo azioni negative il motivo va ricercato nel fatto che, durante il processo di crescita, a causa del nostro sistema educativo, perdiamo dei pezzi per strada. Che è come dire che il nostro sistema educativo non ci consente di svilupparci così come è nella nostra natura, è un sistema che ostacola e devia la nostra crescita, ci porta lontano dalla nostra essenza. Questo può produrre in noi disagio (se ci va bene), sofferenza e dolore (se ci va peggio) ed è abbastanza comprovato che quando non stiamo bene possiamo arrivare a dare il peggio di

²⁶L’ascolto profondo. J Liss p. 26

²⁷Miller A, *La rivolta del corpo*, p. 19

²⁸ Miller A, *La rivolta del corpo*, p. 79

²⁹Miller A, *La rivolta del corpo*, p. 82

³⁰ Miller A, *La rivolta del corpo*, p. 87

³¹J.Hunt, *Genitori con il cuore*, 34

³²J.Korczak, *Come amare il bambino*, p. 89

³³J.Korczak, *Ascoltare la luce*, p. 75

noi. Questo sistema è inoltre la causa dei pregiudizi, dei fraintendimenti, delle difficoltà che a volte (spesso) caratterizzano le relazioni tra noi adulti e i bambini.

Dove nascono molti problemi e fraintendimenti quando cerchiamo di capire perché nostro figlio si comporta in un certo modo? Io penso che molto dipenda dal fatto che noi come adulti siamo molto spostati sul linguaggio verbale che esprime ciò che pensiamo, i bambini al contrario parlano con il linguaggio non verbale **e parlano di ciò che sentono**.

Quando un bambino nasce non sa parlare, non sa ancora usare le parole per comunicare, non esprime i suoi pensieri, comunica con noi esprimendo ciò che sente. Si può dire che la sua comunicazione è tutta centrata sulle emozioni. E che cosa possiamo dire di che cosa arriva ad un neonato della nostra comunicazione verso di lui? E' presumibile che non riesca a capire il senso delle parole (è un linguaggio che deve apprendere, completamente sconosciuto), ma è abilissimo a cogliere la parte non verbale, coglie e sente perfettamente quello che sentiamo noi quando ci relazioniamo con lui. In questo è probabilmente più abile di qualsiasi adulto. Per una questione di sopravvivenza siamo programmati per nascere con questa importantissima capacità. Vi faccio un esempio:

Immaginate di aver partorito da poco, primo figlio, siete a casa da pochi giorni e viene a trovarvi una zia che non vedete da anni e che non vi è mai stata particolarmente simpatica. Può capitare che mano a mano che si avvicina il momento della visita Mattia, vostro figlio, che fino a poco prima era discretamente tranquillo, cominci ad agitarsi, e che a differenza di altre volte i vostri tentativi di tranquillizzarlo non funzionino. Può anche capitare che cominciate a pensare irritandovi: "ma proprio oggi, sembra che me lo fai apposta" e così può succedere che cominciate a girare per casa cullando Mattia sempre più nervosamente nella speranza che si calmi, che vi sforziate di parlargli con tono tranquillo, in modo dolce, ma che nulla funzioni. Poi arriva la zia e dopo le frasi di circostanza partono quelle di giustificazione del tipo: non capisco, di solito è tranquillo, forse ha mal di pancia o qualche altro malanno, è stanco o ha fame. La Zia finalmente toglie il disturbo e dopo un po' il vostro bambino si addormenta sfinite.

Che cosa è successo? Mattia si è semplicemente messo in allarme, ha sentito che la mamma e/o il papà non erano tranquilli.

La natura, che lavora bene, ci fa nascere con questa straordinaria capacità, quella **di sentire in modo diretto limpido e chiaro cosa sente l'altro, e in particolare l'altro che si occupa di noi. E' come se i bambini avessero un collegamento diretto, quasi un filo che collega la loro sfera emotiva a quella delle altre persone**. Lo ripeto è una competenza straordinaria, che nel corso della crescita, a causa del processo educativo, in buona parte purtroppo perdiamo. Secondo me molti problemi di incomprensione con i neonati e con i bambini piccoli in generale nascono dal fatto che **il linguaggio delle emozioni che è il loro canale principale di comunicazione è purtroppo per la maggior parte di noi adulti un linguaggio dimenticato**. Siamo poco attenti alla nostra sfera emotiva, non ci conosciamo poi tanto rispetto al nostro mondo emotivo, ovviamente sentiamo le emozioni che viviamo, ma molto spesso non sappiamo da cosa sono originate. E' un mondo estremamente ricco che conosciamo solo in superficie ed è proprio a causa di questa scarsa consapevolezza che spesso ci sfugge di mano.

Cercherò ora di farvi capire che cosa succede secondo me durante la crescita dei bambini rispetto alle considerazioni fin qui riportate:

Crescendo il bambino comincia ad imparare a parlare, impara ad esprimersi a parole e impara a comprendere il senso delle parole espresse dagli altri. Crescendo il linguaggio verbale, come è giusto che sia, diventa sempre più ricco e articolato, ma come ho già detto, per una questione squisitamente culturale, si specializza sempre più nell'espressione del pensiero. Tutta la parte di educazione relativa alla sfera emotiva, come mi sento, cosa provo...tutto questo non viene considerato.

Ecco perché a volte è così difficile relazionarsi con i bambini, ed ecco perché spesso i nostri interventi hanno dei risultati così diversi da quelli attesi: perché ci relazioniamo utilizzando linguaggi diversi e la comunicazione rischia di diventare un grande fraintendimento, ed il prezzo più alto lo paga il bambino.

Come detto prima un neonato coglie solo il linguaggio emotivo, lui sente se siete nervosi o in ansia e tentare di rassicurarlo usando parole dolci e toni pacati non funziona, perché lui legge solo l'emozione. Mano a mano che cresce le cose però cambiano, la situazione si complica un po'. Il linguaggio emotivo

rimane ma il bambino diventa sempre più capace di capire e utilizzare il linguaggio verbale. Qui diventa fondamentale la **coerenza tra ciò che sento e ciò che esprimo a parole**. Se il bambino si trova in relazione con un adulto che ad esempio si sente molto triste o arrabbiato ma a parole (a volte si fa con l'idea di proteggere il bambino) si dice tranquillo e sereno, ecco che il nostro bambino va in confusione: sente una cosa e le parole ne comunicano un'altra. In questo caso due sono gli effetti principali:

- Primo: il bambino non ha le risorse, la capacità di chiedere spiegazioni (sento una cosa ma tu me ne dici un'altra puoi aiutarmi a capire come stanno le cose realmente? Ovviamente assurdo, neanche da un adulto ci aspettiamo un discorso di questo tipo), non capendo più niente va in confusione e i bimbi manifestano disagio piangendo o esprimendo la rabbia, cioè facendo i capricci.
- Secondo: comincia ad attivarsi quel processo che porta, purtroppo in breve tempo, a perdere quel bel pezzo di noi. Cominciamo infatti ad abbandonare il contatto con il mondo delle emozioni e ci sbilanciamo sempre più verso lo sviluppo del pensiero e della ragione; con tutte le conseguenze che questo mancato sviluppo di conoscenza e consapevolezza purtroppo comporta in termini sia di benessere personale che di problematiche sociali.

Nasciamo con la capacità di sentire, nasciamo sbilanciati sul sentire, i bimbi sono emozioni che parlano. **Il nostro processo educativo ha come obiettivo quello di insegnare ai bambini che cosa sentire, andiamo contro natura, per noi educare è insegnare a manipolare le emozioni perché pensiamo che ci siano emozioni buone e emozioni cattive**. E da qui cominciano i problemi. Dobbiamo fare un passo in dietro, il nostro compito come genitori ed educatori è semplicemente aiutare i bambini a riconoscere, a dare un nome a ciò che sentono, dobbiamo rassicurarli sul fatto che ciò che sentono non è un problema, che anche le emozioni che fanno stare male poi passano, che noi dobbiamo solo fare spazio e non contrapporci.

A proposito di emozioni dove vanno a finire quelle non viste e non ascoltate?

L'ombra

*"All'età di uno o due anni avevamo una personalità, diciamo così, a 360 gradi. L'energia si irraggiava da ogni parte nel nostro corpo e della nostra psiche. Un bambino che corre è un globo vivente di energia. Avevamo una palla di energia; ma un giorno ci siamo accorti che ai nostri genitori certe parti di quella palla non piacevano...Quando incominciamo ad andare a scuola, il nostro sacco è già piuttosto grosso. Poi viene il turno degli insegnanti...Perciò, a partire da un globo rotondo di energia, al ventenne resta di quel globo solo una fettina..... Passiamo i primi vent'anni della nostra vita a mettere nel sacco parti di noi stessi e passiamo il resto della vita a cercare di tirarle fuori."*³⁴

*"Ogni parte della nostra personalità che non amiamo ci diventa ostile. Possiamo anche aggiungere che la parte negata tende ad allontanarsi da noi e a scatenare una rivolta contro di noi."*³⁵

Che cos'è allora l'ombra? È ciò che non ci piace, è ciò che non piace alla nostra cultura, è ciò che non piace ai nostri genitori, è ciò che abbiamo imparato non piace agli altri di noi e che non piace neanche più a noi di noi stessi.

*"Parliamo ora dei vari tipi di sacco. Se abbiamo riempito molto il nostro sacco, ci resta poca energia. Più grosso è il sacco, meno energia abbiamo....Perciò possiamo concepire il nostro sacco personale come pieno di energia che non ci è più disponibile."*³⁶

Il processo educativo ci porta ad espellere parti di noi (che finiscono nel sacco nero) perché non è rispettoso di ciò che siamo. La sfida allora è cercare di capire come dovrebbe essere questo accompagnamento perché il nostro sacco non diventi eccessivamente pesante e per non dover poi passare la vita a recuperare.

³⁴ R. Bly, *Il piccolo libro dell'ombra*. p. 27

³⁵ *Il piccolo libro dell'ombra*. R. Bly. p.30

³⁶ R. Bly, *Il piccolo libro dell'ombra*. p.38

IV. Altri aspetti

Quando un bambino fa i capricci³⁷

John Donne scrive: "Nessun uomo è un'isola". Reagiamo in continuazione al mondo circostante come a quello che succede dentro di noi. Eppure si guarda facilmente al comportamento infantile come se fosse legato da ogni cosa, come se un bambino vivesse isolato dal mondo che lo circonda.

Dobbiamo renderci conto che il comportamento di un bambino è una reazione alle circostanze di quel momento. Possono essere cause esterne, come l'eccesso di stimoli, eventi stressanti, conflitti tra fratelli, o possono essere interne, come la dentizione, le allergie alimentari, la carenza di sonno o una malattia in fase di sviluppo.

Sappiamo tutti che ci possono essere molte ragioni dietro a un "cattivo comportamento", ma è sorprendente come si guardi con tanta superficialità al solo comportamento senza chiedersi che cosa possa averlo provocato. Un giorno, per esempio, mio figlio, all'età di due anni, mentre eravamo sul punto di entrare in casa, si è messo a gironzolare nel giardino del vicino, fatto per me snervante, perché avevo molte faccende da sbrigare in casa. Ho cercato di convincerlo a venire via ma lui sembrava deciso a restare lì e continuava a guardarsi intorno. Più mi sentivo in difficoltà e più lui insisteva: era una vera prova di forza. Poi mi sono fermata un attimo a riflettere e mi sono resa conto che eravamo appena arrivati da un viaggio molto lungo e stancante per tutti noi e stavamo traslocando in una nuova casa! Oggi mi sorprende ancora ricordando quel fatto: come avevo potuto ignorare un particolare così importante! E facile per noi adulti guardare solo al comportamento del bambino e alla nostra frustrazione, anche quando c'è una spiegazione evidente. Infatti mio figlio stava facendo una cosa intelligente e comprensibile: familiarizzava con il nuovo vicinato.

Quando un bambino fa i capricci ci interroghiamo sulle ragioni di questo comportamento, specialmente se abbiamo soddisfatto con diligenza i suoi bisogni. Malgrado tutte le rassicurazioni dei libri e le raccomandazioni degli psicologi sul legame tra genitori e figli, è facile che ci venga in mente che tutti loro si possano sbagliare e che in realtà i bambini crescano "viziati" e che il comportamento di un figlio dimostri che abbiamo sbagliato a fidarci dell'idea che potesse crescere e diventare una persona adulta e responsabile senza castighi e misure disciplinari.

In quei momenti è utile smettere di interrogarci su tutte le ragioni per cui un figlio non dovrebbe comportarsi in un certo modo, non pensare a tutto l'amore e le attenzioni che gli abbiamo dato negli anni, e focalizzarci invece sul presente. Perché è nel presente che ogni bambino vive la sua vita. Che cosa è successo quel giorno, in quell'ora o negli ultimi minuti? Come quando mi sono dimenticata che stavamo traslocando, potremmo aver dimenticato altri fattori simili: un giocattolo che si è rotto, un altro bambino che riceve più attenzioni da noi, un ambiente troppo rumoroso, un lungo giro per fare la spesa, un ospite che monopolizza la nostra attenzione, una brutta nottata, i dentini che iniziano a spuntare, un'influenza che non ha ancora rivelato sintomi visibili e così via.

Dobbiamo considerare anche l'effetto delle nostre risposte: stiamo contribuendo a risolvere la situazione confermando i suoi sentimenti ("ti piace guardare tutte queste cose nuove! Fermiamoci solo qualche minuto adesso, poi ci ritorneremo presto"), oppure rispondiamo solo con la nostra frustrazione ("Andiamo! Dobbiamo entrare. Forza!")?

Oltre che dalle situazioni che precedono i "capricci", si impara anche dalle situazioni in cui un bambino è tranquillo e contento. Che cosa è successo prima di quel comportamento? Ha trascorso una giornata serena, dopo un buon riposo? I genitori hanno risolto un problema? Non siete usciti e avete ricevuto poche telefonate? Ha mangiato un pasto molto nutriente? O semplicemente ha trascorso abbastanza tempo a tu per tu con i suoi genitori?

E una questione di attenzione. Tendiamo a concentrarci sul nostro passato di genitori ("Sono stata una buona mamma, gli ho dedicato tanto tempo, attenzione, amore, allora perché si comporta così?"), ma

³⁷J.Hunt, *Genitori con il cuore*, p. 49-52

questo modo di pensare è fuori dalla realtà. Nessun bambino si comporta sempre bene in ogni occasione, e nemmeno gli adulti. E anche inutile perché non si risolve nulla.

Se proviamo a concentrarci sulla situazione del presente: la costruzione di Lego caduta per terra, il rumore, lo stress della spesa, molte telefonate ricevute in quel giorno, i dentini, allora possiamo capire il "perché" e superare il problema, confermando la sua situazione con sensibilità: "Capisco che è molto difficile per te sopportare tante telefonate, e adesso, per giunta, la tua sorellina ha fatto cadere la casetta! Sarai molto dispiaciuto!"

Se rispondiamo con rabbia, castighi o rifiuto, peggioriamo solo le cose e il bambino avrà un ulteriore motivo di "sentirsi arrabbiato e frustrato proprio nel momento in cui è meno capace di affrontare la situazione. L'approccio migliore sta nell'esprimere comprensione mentre confermiamo i suoi sentimenti: "Oh tesoro, la piccola ha fatto cadere di nuovo la tua bella casetta di Lego, come mi dispiace!" oppure: "So che per te è difficile dividermi con la tua sorellina, e vorresti avermi tutta per te!"

Mettere in castigo i bambini può apparire una soluzione pratica sul momento, ma allontanare il bambino dal resto della famiglia può comunicare un distruttivo messaggio di amore condizionato: "Ti vogliamo bene solo se ti comporti bene, se ti comporti male non sei più benvenuto in questa famiglia".

La definizione giusta di quando un bambino fa i capricci è "impotenza": il capriccio si manifesta quando un bambino percepisce di non avere il controllo della situazione; vorrebbe che le cose andassero diversamente ma è incapace di cambiare la situazione. L'impotenza fa paura al bambino, che si trova nelle mani degli altri. Influenza anche l'autostima: se si sente impotente nel cambiare le cose potrebbe incominciare a credere di non essere capace, o non meritare, di soddisfare i propri desideri.

In un certo senso è buon segno che il bambino insista per soddisfare i suoi bisogni. Vuol dire che si fida che i suoi genitori lo ascoltino, che crede in se stesso, di avere diritto a essere ascoltato e di dire la sua su come va la sua vita. Se un bambino è troppo ostacolato smetterà di essere assertivo del tutto.

*Purtroppo l'accettazione passiva viene spesso fraintesa come una risposta sana, mentre il bambino si è solamente arreso, reprimendo i sentimenti di rabbia e frustrazione. Ma questo dura solo fino a quando non si sentirà abbastanza forte per ribellarsi, di solito da adolescente. **Il capriccio è il tentativo di un bambino di comunicare come può in un dato momento. Ricordiamoci sempre che è un segnale di impotenza e paura anche quando dà l'impressione opposta, che cerchi cioè di essere più forte di noi.** Purtroppo sono pochi coloro che hanno ricevuto parole giuste di comprensione e conferma dei sentimenti quando erano piccoli, così è facile, specialmente quando siamo noi a sentirci stanchi, turbati o impotenti nella nostra vita, focalizzarci solo sul comportamento del bambino, invece che sui suoi sentimenti. In fin dei conti corrisponde all'esempio che molti di noi hanno ricevuto.*

Può essere molto difficile per i genitori comprensivi che perdono le staffe nei momenti di crisi, perché si aspettano di più da se stessi e dai figli. Forse pretendono troppo da se stessi, in base alla loro educazione e difficoltà del momento, o troppo dai loro figli, considerando la loro età e la mancanza di esperienza. In quei momenti è meglio fermarsi a riflettere sul fatto che i genitori fanno quello che possono in tutte le circostanze della vita. E lo stesso vale per i figli.

I bambini non devono soffrire³⁸

L'uso della verga scaturisce dall'ira e dalla debolezza, essendo la verga un castigo servile che degrada l'animo, e anche quando corregge, se mai corregge, ha come effetto l'indurimento.

San Giovanni Battista De La Salle, Sulla condotta nelle scuole cristiane (1570)

Alla fine del 2007 sono già 24 i paesi in cui è illegale per genitori, insegnanti o chiunque altro picchiare un bambino: Svezia, Finlandia, Norvegia, Austria, Cipro, Italia, Danimarca, Lettonia, Croazia, Bulgaria, Germania, Israele, Islanda, Romania, Ucraina, Ungheria, Cile, Grecia, Olanda, Nuova Zelanda, Portogallo, Spagna, Uruguay e Venezuela. In alcuni stati e province del nord America picchiare è illegale per gli insegnanti, ma in tutto il resto del continente le punizioni corporali da parte dei genitori quando non

³⁸J.Hunt, *Genitori con il cuore*, p. 69-77

cruente, vengono ancora viste da molte persone come una disciplina necessaria e tollerata, se non addirittura incoraggiata.

Da decenni tuttavia molti psichiatri, sociologi e genitori raccomandano di mettere al bando le punizioni corporali dei bambini. La ragione più importante secondo il Dr. Peter Newell, fondatore dell'organizzazione End Punishment Of Children (EPOCH), è che "tutti i cittadini hanno uguale diritto alla protezione della propria integrità fisica, e anche i bambini sono cittadini". Ci sono molte altre ragioni per mettere al bando scapaccioni e punizioni corporali:

- **Picchiare i bambini insegna loro a diventare adulti violenti.** Da numerosi studi e ricerche è emersa una diretta correlazione tra le punizioni corporali subite nell'infanzia e il comportamento violento o aggressivo di giovani e adulti. Praticamente tutti i peggiori criminali sono stati regolarmente minacciati e percossi quando erano piccoli. E' nell'ordine naturale delle cose che i bambini imparino atteggiamenti e comportamenti attraverso l'osservazione l'imitazione dei loro genitori, nel bene e nel male, e le punizioni corporali suggeriscono che picchiare sia un modo lecito di esprimere i sentimenti e risolvere i problemi. Se un bambino non vede che il genitore sa risolvere i problemi in un modo più umano e costruttivo sarà difficile per lui imparare a fare altrettanto. Di conseguenza l'incapacità educativa si tramanderà alla generazione successiva. È quindi responsabilità dei genitori dare un esempio di empatia e saggezza.
- **I castighi impediscono a un bambino di imparare a risolvere i conflitti in modo umano e costruttivo.** Un bambino castigato è completamente assorto nei propri sentimenti di dolore, rabbia e vendetta, quindi privato della possibilità di risolvere i problemi in maniera creativa e imparare come affrontare o prevenire quelle situazioni in futuro. Non esiste nessun insegnamento nelle percosse e nessuna parola di spiegazione più o meno costruttiva può essere recepita da un bambino impaurito, arrabbiato e risentito. Il momento adatto per imparare qualcosa è andato perduto.
- La massima "Chi non usa la verga, vizia suo figlio", malgrado sia citata spesso, è un'interpretazione distorta dell'insegnamento biblico. Sebbene la verga sia citata molte volte nella Bibbia, solo nel libro dei Proverbi questo termine è associato a un genitore. In realtà i severi metodi disciplinari di re Salomone condussero suo figlio Roboamo a diventare un tiranno oppressore, a stento sfuggito alla lapidazione e alla morte per colpa della sua crudeltà. Nella Bibbia nessuna disciplina severa è approvata, tranne che nei Proverbi di Salomone. Gesù diceva che i bambini sono vicini a Dio e hanno bisogno di amore, mai di castighi. La Bibbia descrive l'amore come indulgenza e gentilezza; picchiare un bambino non è indulgente né gentile.
- Le punizioni interferiscono con il legame tra genitori e figli perché è contro natura provare amore per chi ci ferisce. L'autentico spirito di collaborazione che tutti i genitori vorrebbero può scaturire solo da un profondo legame di amore e comprensione reciproca. **I castighi anche quando sembrano funzionare, producono solo un buon comportamento esteriore basato sulla paura che può durare solo fino al giorno in cui il bambino sarà abbastanza cresciuto per riuscire a ribellarsi.** Al contrario, la collaborazione basata sul rispetto dura per tutta la vita, regalando anni di felicità reciproca mentre il bambino diventa grande e i genitori più anziani.
- I castighi non conseguono gli obiettivi preposti; producono sentimenti d'ira, rancore, e scarsa autostima, non la collaborazione autentica che il genitore si aspetta. Anche gli adulti è possibile che collaborino con chi li minaccia o li picchia, ma lo fanno per paura e solo se l'altro dispone di una forza maggiore. La collaborazione autentica viene dal cuore. **La sola collaborazione che vale è quella spontanea, non perché il bambino è intimidito dall'ubbidienza, ma perché si sente amato, rispettato e capito e quindi desidera trattare i suoi genitori con lo stesso amore e rispetto.**
- Molti genitori non hanno imparato nella loro infanzia che ci sono modi positivi di trattare con i bambini. Quando non sortiscono gli effetti voluti e il genitore non conosce altri metodi, le punizioni possono crescere di livello, fino a portare ad atti sempre più gravi e frequenti contro il bambino. A volte i genitori si giustificano dicendo che picchiano solo quando "sono calmi". Pur non auspicando certamente mai che un genitore colpisca un bambino, preferirei che dicessero che picchiano solo quando sono arrabbiati; almeno la cosa avrebbe un minimo senso logico per il bambino, essendo più coerente con quello che sta imparando sulla natura umana. Infatti un genitore calmo dovrebbe

riuscire a pensare in modo abbastanza lucido per trovare modi migliori e più costruttivi di risolvere un problema.

- **Se un bambino non può esprimere rabbia e frustrazione in modo sicuro, questi sentimenti vengono repressi interiormente.** La rabbia accumulata per anni sarà uno shock per i genitori quando il figlio si sentirà abbastanza forte per esternare la sua collera. I castighi sembrano produrre un buon comportamento nei primi anni di vita, ma sempre a caro prezzo, pagato da genitori e dalla società quando un figlio sarà adolescente e non appena diventerà adulto.
- Tutte le punizioni sono emotivamente dannose e mentalmente fuorvianti. Associare "amore" col dolore inflitto intenzionalmente ha l'effetto di confondere profondamente il bambino, che dentro di sé sa che amore e dolore sono opposti tra loro. Se un bambino riceve poca attenzione dai genitori se non quando viene punito, nella sua mente questo atteggiamento confonderà ancora di più i concetti di dolore e piacere. Un bambino che si trova in una tale situazione avrà poca stima di sé e penserà di non meritare niente di meglio.
- **Le punizioni corporali affermano il vigliacco e pericoloso principio della "Legge del più forte": è ammesso fare del male agli altri purché siano più piccoli e indifesi di noi.** Il bambino concluderà che è tollerabile maltrattare i più piccoli. Quando sarà adulto avrà poca compassione per quelli meno fortunati di lui, ma temerà i potenti. Sarà difficile per lui instaurare relazioni significative, così importanti perché la vita sia emotivamente appagante.
- I castighi comunicano un messaggio di rifiuto del bambino. Il dolore insopportabile nell'essere respinti da quelle persone che sono tanto importanti per la sua sopravvivenza lo porterà a rinnegare i suoi veri sentimenti. Poiché è troppo doloroso pensare che il genitore che ama gli voglia fare del male intenzionalmente, il bambino preferirà credere che la punizione sia un comportamento buono e giusto per un genitore, e che lui si comporta male perché è "cattivo", e che i "bambini cattivi" meritano di essere trattati male. **E' in questo modo che l'incomprensione del comportamento infantile e di tutti i modi giusti di rispondere a quel comportamento si tramanda di generazione in generazione.**
- In molti casi il cosiddetto cattivo comportamento è il solo modo in cui un bambino è in grado di rispondere in base alla sua età, alla sua esperienza e al mancato soddisfacimento dei suoi bisogni fondamentali. E' certamente sbagliato e sleale punire un bambino che reagisce solamente in modo naturale alla disattenzione nei confronti dei suoi bisogni importanti. Per questa ragione alla fine non solo la punizione è inefficace, ma è anche evidentemente ingiusta.

È bene riflettere sulle ragioni più comuni per cui un bambino si "comporta male":

1. **IL BAMBINO CERCA DI SODDISFARE UN BISOGNO LEGITTIMO A LUNGO TRASCURATO.** Può aver fame, sete, essere stanco, o aver solo bisogno di un abbraccio tranquillizzante o di attenzione da parte di un genitore senza altre distrazioni. Questi bisogni si possono soddisfare molto facilmente se il bambino non è costretto ad aspettare troppo a lungo (difatti la maggioranza dei bambini è fin troppo paziente), ma se vengono continuamente rimandati possono sfociare in un conflitto prolungato frutto di strilli, pianti, pugni e calci e simili comportamenti problematici. Il detto "Un punto in tempo ne risparmia cento" è azzeccatissimo per i genitori.
2. **IL BAMBINO NON È INFORMATO.** Il piccolo allungala mano verso un oggetto che scotta perché non è ancora cosciente del pericolo; un bambino prende un oggetto in un negozio perché è ancora troppo piccolo per capire cosa vuol dire rubare. Un bambino corre in mezzo alla strada perché non ne comprende pienamente i pericoli. Se un bambino si comporta in modo sbagliato per mancanza di informazioni è nostra responsabilità fornirgli tali informazioni. Non è responsabilità del bambino sapere quello che non sa. E inutile e ingiusto punire un bambino perché non è informato, e un bambino punito sarà troppo distratto da risentimenti e fantasie di vendetta per imparare la lezione. In questo modo il castigo svia l'attenzione del bambino dall'argomento in oggetto e interferisce con l'apprendimento, proprio quando sarebbe il momento migliore per imparare.
3. **IL BAMBINO STA SOFFRENDO EMOTIVAMENTE O FISICAMENTE.** Potrebbe aver paura, essere confuso, geloso, deluso o provare altri sentimenti intensi. Potrebbe "comportarsi male" per cause nascoste come il malessere derivante da una malattia incombente o alti livelli di istamina associati

*a qualche allergia. Non è molto difficile capire le ragioni del comportamento di un bambino (come di un adulto) se ci mettiamo nei suoi panni. **I bambini non sono una razza aliena, come gli adulti, si comportano così come vengono trattati.***

Cercare di modificare il comportamento di un bambino senza badare a questi sentimenti e bisogni universali, comprensibili e naturali, non aiuta il bambino perché i problemi latenti non vengono affrontati. Limitarsi a costringere il bambino, grazie al fatto che siamo più grandi e più forti di lui, per soddisfare i nostri bisogni, non risolve i problemi legati al suo comportamento. Di qualunque comportamento si tratti, continuerà a ripetersi fino a quando non saranno soddisfatti i suoi bisogni legittimi, i suoi sentimenti non saranno accolti e compresi e si sentirà veramente amato e protetto.

E' inevitabile che talvolta i bisogni del bambino siano in conflitto con i nostri, ma questo non è colpa sua più di quanto non lo siano i bisogni di un adulto in conflitto con un altro adulto. La differenza è che i genitori sono in una posizione di superiorità di cui possono, ma non dovrebbero, abusare.

*È ingiusto e sleale che il più potente vinca sul più debole con la forza. Difatti ogni atteggiamento negativo o l'uso della forza nella risoluzione di qualsiasi conflitto crea solo un maggior conflitto. **Per questo motivo i comportamenti problematici e le punizioni possono crescere rapidamente in un circolo vizioso che vede genitori e figli intrappolati in una continua prova di forza.** Il genitore, forte della sua statura, del ruolo parentale e delle leggi a senso unico che proteggono l'adulto, ma non i bambini, dalle aggressioni fisiche, ne esce sempre vincitore, almeno fino a quando il figlio non raggiungerà la pubertà e sarà diventato fisicamente più forte per ribellarsi.*

*Dato che **i bambini imparano meglio attraverso gli esempi, la vera educazione consiste nell'esprimere amore, pazienza, fiducia approvazione e comprensione.** I genitori sensibili che trattano i propri figli con rispetto e comprensione, che spiegano le cose con pazienza, si accorgono che questo "metodo" continua a funzionare per tutta l'infanzia, la fanciullezza, la pubertà e oltre fino all'età adulta.*

"Anch'io le ho prese e sto bene!"

Lo sentiamo ripetere tutte le volte che si parla di percosse. Qualcuno si fa avanti e dice: "E allora? cosa sono tutte queste storie?! Anch'io le ho prese e sto bene. Sappiamo tutti che a volte le botte sono necessarie per risolvere i problemi con i ragazzini. E dal momento che sono necessarie e innocue andrebbero permesse, anzi incoraggiate!"

Sembra un argomento inattaccabile, una perfetta giustificazione dialettica delle percosse come strumento necessario per la disciplina dei figli. Ma è proprio così logico? Così necessari e innocuo come molti pensano?

Esaminiamo un po' l'argomento:

- "Io le ho Prese" (fatto).
- "Io sto bene" (opinione).
- "A volte le botte sono necessarie per risolvere i problemi con i ragazzini" (falso).
- "Dal momento che sono necessarie e innocue andrebbero consentite e anzi incoraggiate" (conclusione errata).

Ora applichiamo la stessa logica provando a giustificare il fumo:

- "Il comico George Burns ha iniziato a fumare da ragazzo e ha fumato per tutta la vita" (fatto).
- "È stato in buona salute per tutta la vita e ha vissuto fino a cent'anni" (fatto).
- "A volte fumare è necessario per risolvere i problemi della vita" (falso).
- "Dal momento che fumare è innocuo e talvolta necessario, andrebbe consentito e anzi incoraggiato" (conclusione errata).

*Questo paragone spiega in che modo la giustificazione delle percosse, come quella del fumo, si basi su false premesse che portano a conclusioni errate. Alcuni bambini, come alcuni fumatori, sono meno influenzati di altri grazie a una naturale resistenza emotiva, simile alla resistenza fisica di George Burns. Alcuni bambini, come alcuni fumatori, subiscono meno danni di altri per via di fattori mitiganti che li rendono più resistenti come, nel caso dei bambini, la presenza di altri adulti che li trattano con affetto e considerazione. **Al limite si può dire che un bambino picchiato "sta bene" malgrado, e non grazie, alle punizioni che ha subito.***

Anche per George Burns ci saranno stati fattori mitiganti. Forse lo stretto regime di esercizio fisico quotidiano l'ha aiutato a vivere più a lungo di altri fumatori, oppure aveva una più forte costituzione ereditaria. Alcune ricerche dimostrano che ridere è un importante fattore di guarigione e che molti noti comici sono vissuti a lungo.

Per molte ragioni George Burns è sopravvissuto più a lungo di altri grandi fumatori. E per molte ragioni ci sono anche "sopravvissuti" alle percosse. **Ma non sapremo mai quanto sarebbero stati più felici e appagati se educati con gentilezza anziché puniti, non più di quanto ignoriamo in quale forma migliore sarebbe stato George Burns se non avesse mai fumato un sigaro. Sarebbe vissuto ancora più a lungo, riuscendo a divertire molte altre persone e scrivendo altri bellissimi libri? Avrebbe potuto trasmettere gioia, allegria, fascino e saggezza a un'altra generazione?**

Come il fumo, le percosse non solo sono dannose ma anche del tutto inutili, perché ci sono alternative molto più efficaci e sane a livello emozionale. Alternative che funzionano a lungo, al contrario del castigo, perché sono buoni esempi comportamentali che nascono da un autentico desiderio di affetto reciproco.

Il buon comportamento fondato sulla paura, invece, dura solo fino al giorno in cui il bambino sarà cresciuto abbastanza da non aver più paura di disobbedire al genitore. **Il castigo esaspera la rabbia e il risentimento che si esprimerà inevitabilmente in un secondo tempo.** Al contrario il buon comportamento basato sulla fiducia e sull'amore reciproco dura per tutta la vita e per tutta la relazione tra genitore e figlio. Non c'è ricompensa migliore per i genitori di uno stretto legame affettivo e duraturo con i propri figli per gli anni a venire. Alla luce di tutto quanto sopra, correggiamo le affermazioni sulle percosse:

- Le ho prese.
- Sto bene, ma avrei voluto essere più felice, più produttivo e più capace di amare e confidare nel prossimo.
- Dato che picchiare è un atto inutile e dannoso, non dovrebbe essere permesso. Il nostro governo, come i governi di altri Paesi europei, dovrebbe attivarsi con forza per scoraggiarlo.

Le percosse e altre punizioni, come la messa in castigo e il cosiddetto "trarre le logiche conseguenze", producono come effetto solo un superficiale e temporaneo "buon comportamento" basato sulla minaccia e la paura.

Picchiare è inutile, dannoso, umiliante e sleale. Un'educazione affettiva e sensibile è l'unica via efficace per aiutare un bambino a diventare un adulto capace di esprimere il suo pieno potenziale di affetto e fiducia.

Dieci alternative ai castighi³⁹

Molti genitori si rendono conto di quanto siano gravi gli effetti delle punizioni corporali. Hanno imparato che schiaffeggiare, picchiare e sculacciare insegnano la violenza, distruggono l'autostima, suscitano odio, interferiscono con l'apprendimento e danneggiano la relazione tra genitori e figli.

Ma sapere cosa non si deve fare è solo il primo passo. I genitori che vogliono evitare castighi si chiedono piuttosto che cosa devono fare. Purtroppo molti libri di pedagogia e articoli per genitori raccomandano alternative che, osservate più in profondità, si rivelano nient'altro che punizioni, tra cui il "trarre le logiche conseguenze", la messa in castigo e la sospensione di certi permessi. Ciascuno di questi metodi ha molto in comune con le punizioni fisiche e tutti trasmettono lo stesso messaggio: che al genitore non importa capire i bisogni latenti che si esprimono con un certo comportamento, ma intende piuttosto servirsi della sua maggior forza e statura sul figlio. Soprattutto comunicano al bambino che le persone che ama e di cui si fida vogliono farlo soffrire. Questo messaggio genera forte confusione, una cosa del tutto estranea alla conoscenza istintiva del bambino di come dovrebbe essere l'amore. Infine tutti questi approcci vanificano l'opportunità di imparare, perché lo spingono verso fantasie di vendetta che lo assorbono troppo per concentrarsi sul problema. Le vere alternative ai castighi sono quelle che permettono al bambino di imparare e crescere in modo sano.

Ecco dieci alternative che comunicano al bambino positivi messaggi di amore:

1. PREVENIRE IL MANTFESTARSI DI COMPORTAMENTI PROBLEMATICI VENENDO INCONTRO ALLE NECESSITA' DEL BAMBINO NON APPENA LE ESPRIME. Questo è forse l'approccio migliore: non solo

³⁹J.Hunt, *Genitori con il cuore*, p. 80-82

- previene comportamenti problematici, ma trasmette a un figlio l'amore e la sollecitudine che proviamo per lui. Soddisfatti i bisogni del momento, il bambino è libero di superare la situazione e disponibile a imparare cose nuove.*
2. **PREDISPORRE UN AMBIENTE SICURO E ADATTO AL BAMBINO.** Perché tenere oggetti preziosi a portata di mano di un bambino piccolo quando possono essere ritirati, fino a quando non sarà cresciuto abbastanza per maneggiarli con cautela? Ai bambini più grandi offrite opportunità di svago.
 3. **APPLICATE LA REGOLA D'ORO.** Pensate a come vorreste essere trattati voi se vi trovaste nelle stesse circostanze di vostro figlio, e trattatelo in quel modo. La natura umana è sempre la stessa, a ogni età.
 4. **MOSTRATE COMPRESIONE VERSO I SUOI SENTIMENTI.** Anche quando un comportamento vi sembra illogico, i bisogni e sentimenti che stanno alla base sono reali e vanno presi sul serio. Dicendo "Cosa c'è che non va?" dimostrate che vi importa quello che sente o di cui ha bisogno.
 5. **CONFERMATE I SENTIMENTI.** Cercate di far sì che il bambino sappia che lo capite, che vi preoccupate per lui e che ogni sentimento che manifesterà non sarà mai rifiutato, di qualsiasi natura sia. Per esempio: "mi ricordo come questa cosa faceva star male anche me quando ero piccola".
 6. **VENITE INCONTRO INNANZITUTTO A QUEI BISOGNI CHE PROVOCANO UN CERTO COMPORTAMENTO.** Se si punisce il comportamento esteriore, i bisogni che stanno dietro continuano a riemergere fino a quando non vengono presi sul serio. A volte è necessario indagare in profondità per scoprire quali sono. Per esempio un bambino potrebbe essere triste perché un suo amico si è trasferito con la sua famiglia, e questo potrebbe esprimersi sotto forma di un cosiddetto "comportamento problematico".
 7. **STATE DALLA PARTE DEL BAMBINO.** Ogni volta che è possibile cercate una soluzione alla pari che soddisfi le necessità di entrambe le parti.
 8. **RASSICURATE IL BAMBINO CHE LO AMATE E APPREZZATE.** Il cattivo comportamento molte volte è un tentativo di esprimere il bisogno di più affetto e attenzione. Se potesse esprimersi in un modo più maturo lo farebbe. Per esempio, chiedete: "Vuoi guardare un libro con me? Così stiamo un po' insieme...".
 9. **PROPONETE ESPERIENZE O ATTIVITA' ALTERNATIVE.** Regalategli dei pennarelli, leggetegli una storia, fatelo giocare con l'acqua, in un mastello se il bambino è piccolo, oppure andate a fare una passeggiata. Potrete così distrarre l'attenzione per un po' da una situazione divenuta troppo stressante e difficile da risolvere sul momento.
 10. **CHIEDETEVI SE UN DOMANI RIPENSANDO A QUELLA COSA CI RIDERETE SOPRA.** Se così fosse, perché non riderci su fin da ora? Anche la situazione più esplosiva si può disinnescare con un pizzico di umorismo al momento giusto: "Oh no, tu e tuo fratello vi siete dipinti di verde? Aspettate che vi faccio una foto!"

Pensando a queste alternative possiamo trovare la collaborazione sincera che vorremmo. Ma la ricompensa più grande sarà un legame di fiducia e amore reciproco che durerà per tutta la vita.

Fratelli e sorelle: meglio soli o...accompagnati? Figli unici e fratelli: sostegno e rivalità

La gelosia fra fratelli⁴⁰

I bambini hanno bisogno dell'attenzione e delle cure dei genitori per sopravvivere. Se i genitori si prendessero cura solo di un figlio e dimenticassero l'altro, quest'ultimo se la passerebbe molto male. Pertanto, quando nasce un fratellino, la reazione logica e normale del bambino è fare il necessario per ricordare ai genitori "ehi, guarda che sono qui!". Cioè richiamare l'attenzione. La motivazione non è cosciente: il bambino di tre anni non pensa: "devo ricominciare a farmi la pipì addosso, a fare i capricci e a balbettare, perché così i miei genitori mi presteranno più attenzione" No, il bambino fa queste cose perché,

⁴⁰ C. González, *Bésame mucho*, p. 98-100

nel corso di migliaia di anni, i bambini che richiamavano l'attenzione facendo cose del genere hanno avuto maggiori possibilità di sopravvivere e i loro geni si sono diffusi sulla Terra.

I bambini gelosi mostrano un curioso miscuglio di comportamenti. Si comportano come bambini più piccoli per ispirare compassione, ma piace loro comportarsi anche da bambini più grandi per dimostrare che sono migliori del fratellino più piccolo. Trattano i genitori con un misto di affetto quasi "appiccicoso" e ostilità. Mostrano verso il fratellino un affetto esagerato che rasenta l'aggressione, come quando lo abbracciano così forte che quasi lo strozzano. A volte cercano di colpirlo o, con più frequenza, di ridicolizzarlo ("non sa parlare, si fa la cacca addosso"). Possono anche diventare nervosi e impuntarsi, o avere eccessi d'ira, insultando e colpendo proprio i genitori dei quali cercano l'affetto. Questi comportamenti possono sembrarci molto strani ma, se riflettiamo meglio, in fondo un uomo fa la stessa cosa quando sospetta che sua moglie è interessata a un altro: in alcuni momenti piange e supplica in altri cerca di essere un marito modello, lava i piatti e la riempie di regali. In alcuni momenti si mostra attento e affettuoso, in altri ancora rinfaccia e fa scenate; cerca di mettere in ridicolo il rivale, a volte lo aggredisce e fa lo stesso anche con la propria moglie...

Perché il comportamento che ci sembra normale in un adulto, ci sorprende nei bambini?

Ma la causa della gelosia non è il ricordo dei privilegi perduti. Anche i fratelli piccoli, che non sono mai stati figli unici e che non hanno potuto, pertanto, abituarsi a essere "i re della casa", sono gelosi dei fratelli maggiori. L'essere stato sommerso di coccole durante i primi anni probabilmente non accresce la gelosia, ma la riduce, o meglio dà al maggiore la fiducia sufficiente per sopportarla.

La gelosia solitamente è tanto maggiore quanto minore è la differenza di età, perché il figlio maggiore ha ancora bisogno delle stesse attenzioni (stare in braccio, coccole, compagnia costante) di cui ha bisogno il piccolo, e pertanto la competizione è maggiore. La gelosia tra fratelli è assolutamente normale ed è assurdo (e molte volte controproducente) pretendere di negarla, reprimerla o "sradicarla".

Possiamo aiutare il bambino geloso dimostrandogli il nostro affetto incondizionato. Deve sapere che non ha bisogno di mostrarsi geloso per ottenere la nostra attenzione, ma deve anche sapere che continuiamo a volergli bene anche quando si mostra geloso. Possiamo cercare di incanalare la sua gelosia verso manifestazioni più positive, aiutarlo a dimostrare quanto è grande e sveglio ("racconta a Mamma come mi hai aiutato a fare il bagno a Carolina. Che fortuna avere Giovanni in casa; mi aiuta moltissimo!"). Ma non possiamo pretendere o sperare che un bambino non sia geloso". Questo sarebbe innaturale.

Immagina che tuo marito si presenti a casa una sera con una donna più giovane. "Cara, ti presento Laura, la mia seconda moglie. Spero che diventerete amiche. Siccome è nuova e si sente spaesata, dovrò dedicarle molto tempo; spero che tu, che sei più grande, saprai comportarti bene e collaborare di più in casa. Lei dormirà nella mia stanza perché mi sia più facile prendermene cura, e tu avrai una stanzetta per te, perché ormai sei grande. Sei contenta di avere la tua stanza? Ah, e chiaramente, dividerai con lei i tuoi gioielli". Non saresti un pochino gelosa?

Un esempio (la sorellina)⁴¹

Un padre racconta questa storia: "Abbiamo due figlie: la maggiore ha quattro anni e mezzo e la minore sette mesi. Fin dalla nascita della prima figlia mia moglie e io abbiamo avuto un rapporto molto armonioso, e tutti e tre siamo stati felici della nascita della seconda bambina. Anche la maggiore, Line, era contenta di avere una sorellina e a volte teneva la mano anche per mezz'ora sul ventre di mia moglie e raccontava cose di ogni genere alla sorellina che stava per nascere.

"Quando la piccola è nata, all'inizio a Line piaceva molto. La accarezzava, aiutava a cambiarla e la mostrava orgogliosamente a tutti quelli che venivano in visita. Una situazione tranquilla, idilliaca fino a un mese fa.

"A volte mi sedevo con le due bambine sul divano, una su un ginocchio e una sull'altro, giocavamo e scherzavamo. Finché un giorno la piccola, di punto in bianco, si è spaventata per qualcosa ed è scoppiata a piangere. La cosa si è ripetuta più volte, e alla fine ho scoperto qual era il motivo. Line aspettava il momento buono per infilare una mano sotto il mio braccio e dare un pizzicotto sulla gamba alla sorellina o per tirarle i capelli.

⁴¹J.Juul, *Eccomi! Tu chi sei?*, p. 42-45

"So benissimo che la maggiore è gelosa della sorella, ma non è questo il punto. Vorrei sapere se quello che faccio è sbagliato. In genere adotto questo comportamento: innanzitutto metto la piccola sul divano e la tranquillizzo. Poi prendo in braccio Line e la parlo in camera sua. La metto giù forse un po' bruscamente, la sgrido e le dico che deve essere affettuosa con la sorellina. È sbagliato? E se lo è, cosa devo fare?"

La mia risposta: "Sì, è sbagliato! Le suggerirò un comportamento diverso ma prima di tutto le devo spiegare come interpreto, il comportamento di Line, dopo potrà valutare meglio se valga la pena di seguire il mio consiglio.

"Gelosia nei confronti della sorellina" è una definizione piuttosto antiquata di quello che succede a Line. Non è gelosa nel senso che intendono gli adulti; **in realtà sta cercando di adattarsi a un cambiamento avvenuto nella sua famiglia, un cambiamento che per lei è una vera e propria rivoluzione.** Per una bambina dell'età di Line, l'arrivo di una sorellina provoca una specie di terremoto, più o meno paragonabile allo sconvolgimento che provocherebbe sua moglie se un giorno, tornando a casa dal lavoro, le comunicasse che d'ora in poi avrà un secondo marito, che si insedierà in casa la prossima settimana. Nella sua vita viene introdotto un cambiamento talmente radicale che anche senza gelosia ci vuole un po' di tempo per abituarsi.

Molto semplicemente, Line ha a disposizione la metà del vostro tempo rispetto a prima, la metà del posto, e la metà delle attenzioni. È una perdita innegabile e lo sarebbe per chiunque, indipendentemente dal fatto che abbia quattro anni o quaranta. Probabilmente Line è anche gelosa, ma non si diventa gelosi nel giro di sei mesi, a meno che i genitori non facciano continuamente delle parzialità fra le sorelle. Siccome abbiamo osservato che spesso i fratelli e le sorelle adulti sono gelosi gli uni degli altri, pensiamo che sia stato così fin dall'inizio.

"Questa è una delle cause del comportamento di Line. L'altra è che in realtà Line sta collaborando. Lo fanno tutti i bambini, a volte direttamente, a volte al contrario, come in uno specchio. In questo caso succede direttamente. La sorellina è stata molto desiderata. Entrambi i genitori hanno voluto un secondo figlio e sono stati contenti che la gravidanza sia giunta a termine senza problemi e che la bambina sia nata sana. Anche Line è contenta. I genitori erano contenti e innamorati della piccola quando è arrivata. Anche Line. La bambina è arrivata in un momento in cui in famiglia regnava l'armonia e c'era un surplus di energie. Line fa parte di tutto questo. La famiglia era piena di amore, attenzioni e gioia. Anche Line.

"La differenza fra i genitori e Line è che per lei è anche faticoso avere una sorellina. Non prova solo sentimenti positivi e lieti, ma anche tristezza e frustrazione. Si sente così da sei mesi, e in questo periodo ha osservato i genitori per vedere se anche loro provavano gli stessi sentimenti e ha cercato di capire come li affrontavano. Ma ha scoperto che per loro non è così. I genitori non provano questi sentimenti, e quindi Line è arrivata alla conclusione che ci sia qualcosa che non va in quello che prova lei. Cerca di reprimere i suoi sentimenti e, siccome non ci riesce, cerca di esprimerli, ma di nascosto.

"Non è una cattiva idea, visto che ha solo quattro anni e non è in grado di affrontare i genitori con un discorsetto del tipo: 'sentite un po', voi a quanto pare siete sempre felici e soddisfatti della vostra nuova bambina. Piace anche a me, ma non è facile per me abituarmi al fatto che adesso devo stare più spesso tutta sola. Comincio a sentirmi in colpa all'idea che non trovo tutto così romantico come lo trovate voi. Cosa devo fare?'

"Se ho reagito in maniera un po' brusca quando lei mi ha chiesto se il suo modo di agire era sbagliato, è stato perché sono dell'opinione che i bambini non debbano essere puniti per il fatto che collaborano.

"La prossima volta che succede, provi ad adottare un altro comportamento. Prima di tutto calmi come sempre la piccola. Poi prenda in braccio Line, le dia un bacio sulla fronte, la coccoli un po' e le dica qualcosa del tipo: 'Line, mi rendo conto solo adesso che qualche volta devi essere un po' irritata per via della tua sorellina. Finora non ci avevo fatto caso perché a me non dà fastidio. Ma forse tu trovi che occupi troppo spazio nella nostra famiglia, vero?'

"Lo dica con le sue parole, nel modo che le sembra più opportuno. **Non deve criticare Line perché dà i pizzicotti. Non è necessario dirle che è una cosa sbagliata, perché lo sa già. Quello che ha bisogno di sentirsi dire è che lei non è sbagliata.** Come padre, riuscirà a dirglielo nel modo migliore se accetta i sentimenti di sua figlia".

I due genitori erano evidentemente colpiti. Il padre era contento che gli venisse suggerita un'alternativa a un comportamento rispetto al quale si sentiva a disagio, benché lo potesse giustificare razionalmente. La

madre reagì diversamente. Spiegò: "Sapevo che il modo di agire di mio marito era sbagliato, però pensavo che il suo errore fosse di comportarsi con troppa severità, mentre in questa situazione io avrei adottato un atteggiamento più morbido. Credo che sia una cosa che faccio spesso, di criticarlo perché è troppo severo, invece di sforzarmi di capire davvero quello che sta' succedendo."

Le separazioni

I dissidi nella coppia genitoriale⁴²

Litigate spesso con il vostro consorte? I vostri rapporti sono permeati di rancore? credete che sia meglio non dire nulla ai figli per non preoccuparli?

Attenzione, non sono stupidi. Sentono le cose anche se siete sempre stati attenti a non discutere davanti a loro (soprattutto in questo caso, poiché l'attenzione con cui nascondete i vostri sentimenti evidenzia ai loro occhi l'entità del pericolo).

I bambini soffrono per i litigi fra i genitori, soprattutto se vedono solo la superficie del conflitto e non ne afferrano le cause profonde. Ascoltateli e parlate con loro. Abbiate il coraggio di affrontare l'argomento. Fatelo con rispetto verso il, la vostro/a consorte anche se siete arrabbiati/e nei suoi confronti. È anche il loro padre, o la loro madre. Innanzitutto ascoltate, senza giudicare, senza prendere posizione, senza giustificare o scusare il vostro coniuge; ascoltate semplicemente ciò che sente vostro figlio.

"Che cosa provi quando io e papà litighiamo?"

"Non è piacevole per te quando io e la mamma ci arrabbiamo..."

"Sei preoccupato quando senti che bisticciamo? Che cosa pensi dentro di te?"

Non giustificatevi. Non è il vostro giudice, è vostro figlio.

Lasciatelo esprimere e rispondete alle sue domande quando saranno divenute delle vere domande e non le lancerà come ami per pescare qualche brandello di verità. Non mentitegli.

Infine, rassicuratelo: non è colpa sua se non andate d'accordo con suo padre o con sua madre, e lo amerete sempre.

Il divorzio⁴³

"Non mi ci vedo a radunarli o anche a prenderli in disparte a uno a uno per annunciare loro, guardandoli negli occhi: "Ecco, io e papà non andiamo più d'accordo, divorzieremo".

Per molti genitori è così difficile parlare sinceramente ai figli di ciò che provano, affrontare i loro sguardi, e le loro reazioni, le loro emozioni, che preferiscono semplicemente non dire niente... fino alla vigilia. O addirittura fino al giorno stesso della partenza. Alcuni se ne vanno senza dire una parola. Gli argomenti sono numerosi:

"Non voglio che soffrano".

"Se dico loro che mi separo e resto ancora un mese o una settimana non capiranno niente".

"E' inutile traumatizzarli in anticipo".

"E inutile parlarne finché non sono certo di avere trovato un'altra casa e dunque di andarmene".

"Non voglio mostrare le mie esitazioni"

"E una faccenda da adulti, è inutile, coinvolgere i bambini.."

L'adulto ha maturato a lungo la sua decisione prima di prenderla, ma nega al bambino il diritto di prepararsi a una separazione che implica una trasformazione profonda della sua vita.

"Aspetto di avere preso una decisione" mi confida Anne, madre di tre figli. Non vuole allarmarli inutilmente. Annunciare dei cambiamenti di rotta ogni tre minuti è certamente dannoso, ma metterli di fronte a una simile decisione solo quando sarà un evento sicuro rende tutto troppo rapido.

*E meglio parlare ai figli al più presto, anche delle nostre esitazioni, e soprattutto ascoltarli. Abbiamo paura di renderli insicuri menzionando le nostre incertezze? In realtà, **l'esperienza mostra che essere messi di fronte alla decisione di divorziare senza alcun segnale di preavviso è più destabilizzante del fatto di poterne parlare con i genitori.** Parlate con il cuore, vostro figlio si sentirà più sicuro. Non vivrà l'evento*

⁴² I. Filliozat, *Le emozioni dei bambini*, p. 247-248

⁴³ I. Filliozat, *Le emozioni dei bambini*, p. 249-256

come una decisione affrettata e incomprensibile. **Soffrirà, beninteso, ma avrà il permesso di soffrire a voce alta invece di soffocare la sua inquietudine nel silenzio.**

Se non diciamo niente ai figli non è per evitare loro di soffrire, ma per evitare di fronteggiare le loro emozioni... così come le loro riflessioni (im)pertinenti. Non osiamo affrontare lo sguardo dei nostri figli, il loro giudizio.

Invece di mentire loro, usiamo il loro sguardo per non commettere errori.

Dietro all'esitazione spesso si nasconde un senso di colpa nei confronti del bambino. La convinzione secondo cui un divorzio turba gravemente i figli è tenace. Innegabilmente è preferibile vivere con un papà e una mamma che si amano e hanno una relazione armoniosa, ma quando essi non si amano o non si amano più? Quando litigano, si arrabbiano, si disprezzano o si distruggono?

Durante la psicoterapia molti adulti raccontano quanto hanno sofferto per i dissensi fra i genitori, i litigi, la sofferenza che si infliggevano... e ce l'hanno con loro per non avere avuto il coraggio di separarsi, serbano loro rancore per questa immagine negativa della coppia.

Quando si è tentato di tutto per riconciliare la coppia, quando l'amore non risponde all'appello, la separazione può essere una liberazione per tutti. **Non si tratta di sapere se il divorzio è distruttivo in sé, ma di cercare di separarsi in un clima di comunicazione e di rispetto reciproco. Ciò che distrugge è l'impossibilità di parlarne o di esprimere le proprie emozioni, la collera, la tristezza e le paure.**

I bambini sono la bocca della verità

Quando i genitori non vanno d'accordo, i bambini sanno. Lo fiutano, senza giungere a definire sempre ciò che provano, anche se i genitori si sforzano di non litigare davanti ai bambini.

Cécile pensava di separarsi da suo marito da qualche tempo, ma non ne aveva mai parlato.

Sosteneva che i figli non ne erano al corrente. Le ho proposto di tendere un po' meglio l'orecchio per ascoltare ciò che dicevano. La sera stessa, con suo grande stupore, il figlio di sei anni le ha chiesto:

"Di, mamma, se tu divorzi con chi andrò?"

Per fortuna avevamo preparato le risposte insieme.

Dopo questa conversazione, il figlio ha ricominciato a essere bravo in aritmetica! Allora Cécile si è resa conto della situazione. Suo figlio era così pieno di domande senza risposta che il suo apprendimento era ostacolato.

I bambini sentono, ma non osano parlare per paura di aggravare la situazione, o addirittura di accelerare una separazione effettiva. Ciò non significa che non hanno bisogno di parlarne! Spetta all'adulto fare il primo passo.

La separazione è un trauma?

Tranne che in caso di violenza su di lui o tra i genitori, o di abusi sessuali nei suoi confronti, nessun bambino desidera che i suoi genitori si separino. Questi stessi figli però, una volta divenuti adulti, rimprovereranno maggiormente ai loro genitori di aver continuato a dilaniarsi, di avere vissuto una vita di coppia uggiosa e senza amore, di essere stati depressi o infelici, piuttosto che di essere separati.

Ciò che i figli di una coppia di divorziati rimproverano maggiormente ai genitori non è la separazione in sé, ma di non averli ascoltati, considerati, informati.

La separazione può essere dolorosa ma non è di per sé dannosa. Come ci sono bambini che appaiono molto perturbati da un divorzio, ce ne sono altri che provano sollievo perché infine la situazione è chiara. Potranno avere due genitori di fronte a sé. Hanno il diritto di parlarne, un diritto che forse non si concedevano in precedenza. Ridivengono sorridenti e liberi.

Quando i genitori a Sylvia si sono separati, lei aveva già trent'anni. Eppure, è stata sconvolta dall'evento perché molti segreti sono stati finalmente svelati, sono stati affrontati certi argomenti che fino allora erano stati tabù in famiglia. Si è resa conto di aver vissuto quasi tutta l'infanzia nella menzogna. Non aveva mai creduto veramente alla facciata che mostravano, non li sentiva felici insieme ma non aveva mai osato chiarire la situazione. Con questa immagine deformata dell'amore aveva sperimentato molte delusioni nelle relazioni amorose. La separazione dei genitori fu una prova dolorosa, ma davvero benefica.

Da piccola non avrebbe voluto che i suoi genitori si separassero, ma oggi pensa che se suo padre se ne fosse andato prima molte cose le sarebbero andate meglio. Credeva che rendesse infelice sua madre, ce l'aveva con lui per il suo comportamento, serbava rancore a sua madre per la sua sottomissione la sua assenza di gioia. Vederli separatamente le avrebbe permesso di stabilire delle relazioni più profonde sia con suo padre sia con sua madre.

Paradossalmente, un divorzio può permettere ai bambini di scoprire il loro padre! Grazie ai giorni che trascorrono con lui, lo vedono di più di quando rientrava tardi la sera, passava i fine settimana a dormire o svolgere qualche pratica urgente.

Il dovere più importante che abbiamo verso i nostri figli, dopo quello di nutrirli e proteggerli, è di essere felici! Se un divorzio può aiutarci a vivere felicemente, sarà il benvenuto per il bambino, anche se non sarà facile da vivere. Dedicategli il tempo necessario per ascoltare le sue emozioni e per stargli vicino nella fase della perdita della famiglia, poi nella fase di costruzione di nuovi legami con ogni genitore.

I vostri figli vogliono che siate felici e realizzati

Spesso attribuiamo ai nostri figli un giudizio che è solo quello dei nostri genitori!

Patricia non aveva mai accettato un altro uomo nella sua vita, pensando che i figli non avrebbero sopportato che lei "sostituisse" il loro padre. Infine ha avuto il coraggio di parlare con loro e di ascoltarli, e ha scoperto con stupore che i suoi figli (otto e dodici anni) desideravano invece intensamente che lei avesse una relazione amorosa.

Paula, che viveva da sola con il figlio di sedici anni, aveva paura di contrariarlo uscendo la sera e trascorrevva con lui tutto il suo tempo libero per rimediare all'abbandono del padre. In realtà, il figlio desiderava molto vederla uscire e divertirsi, ma non osava dirglielo, per paura che interpretasse questo suo desiderio come un segno di disamore. Ognuno si chiudeva in se stesso, volendo proteggere l'altro e intanto l'aggressività fra loro aumentava in maniera inesorabile. Bisticciavano... per non dialogare.

Si può sostituire un padre assente?

C'è una percentuale molto elevata, troppo elevata, di padri che non vedono i figli dopo un divorzio. Ma che cosa provano i figli?

Ogni genitore è responsabile di se stesso e dell'immagine che trasmette ai figli, dei messaggi che rivolge loro attraverso i suoi comportamenti ancora più che con le parole.

Non penso che tocchi alla madre farsi carico dell'immagine del padre. Certi psicanalisti hanno sostenuto che l'assenza del padre non è importante, se la madre ne tiene viva l'immagine nel suo linguaggio. È evidente fino a che punto i padri hanno razionalizzato: si sono sentiti costretti a inventare delle teorie per giustificare la loro assenza a casa!

È vero che la posizione è comoda: essendo assenti, sono spesso idealizzati, mentre la presenza in casa espone inevitabilmente ai conflitti. L'assenza allontana le critiche e impedisce di essere rimessi in discussione.

"Mio padre era Dio!" Poi, a voce bassa: "Non c'era mai". Queste poche parole la dicono lunga sull'immagine di onnipotenza che gli veniva attribuita. Sandrine non riesce a capire in che modo, fra una madre "santa" che si dedicava a lei anima e corpo e un padre che era Dio, lei potesse essere così depressa e passiva dinanzi alla vita, così sottomessa dinanzi agli altri, così infelice.

I bambini non hanno bisogno di genitori idealizzati, ma di genitori veri.

La separazione dei genitori⁴⁴

Indubbiamente la separazione dei genitori è un dolore e un trauma per un bambino perché attacca la sicurezza stessa del suo nido; ragion per cui, quando e se è possibile, è meglio evitarli questa esperienza.

Evitarli, però, non significa stare insieme a tutti i costi per lui, facendogli pagare in altri modi un prezzo molto elevato, ma cercare di rimuovere le difficoltà all'interno della coppia dei genitori, anche con un

⁴⁴ A. Marcoli, *Il bambino arrabbiato*, p. 87-88

intervento di tipo psicologico là dove questo sia possibile, in modo da rendere la vita meno difficile a tutti, figli compresi.

“Sa che cosa mi succede ogni tanto? che quando torno a casa da scuola in motorino, a un certo punto non ricordo più la strada che devo prendere. Per fortuna non mi succede spesso, ma è terribile trovarsi in mezzo alla strada e non sapere dove andare!”

Renzo ha quindici anni e da circa dieci vive con due genitori "separati in casa" per amor suo, ma forse anche per la loro stessa difficoltà a prendere una decisione così dolorosa e definitiva.

“I miei genitori non mi hanno voluto dare il dispiacere di farmi vivere con uno solo dei due, ma in realtà io mi sento come uno preso in mezzo a una cosa in cui non c'entra. Mi sento proprio di più!” E questo succede anche se Renzo ama molto i suoi genitori ed entrambi loro adorano lui, evitandogli le sfuriate e i litigi quotidiani che caratterizzano invece spesso l'atmosfera familiare delle coppie in crisi.

*Quello che però non gli possono giustamente evitare è un legame affettivo tra di loro che ormai non esiste più e che li fa sentire emotivamente distanti l'uno dall'altra, per cui forse sarebbe più chiaro anche per Renzo se si separassero come coppia, vivendo ognuno per conto proprio, **e mantenendo invece l'alleanza come coppia di genitori perché questa esperienza, al contrario, non è destinata a concludersi, ma a continuare nel tempo.** Di Renzo, anche nel corso degli anni, saranno loro e solo loro infatti la coppia di genitori, nel bene e nel male.*

Quello della separazione dei genitori è quindi un tema molto complesso e delicato per i figli, che solleva inevitabilmente molti problemi e difficoltà. Tuttavia, in certi casi, è questa l'unica possibilità che resta per poter garantire a se stessi e ai propri figli un'atmosfera più serena in cui vivere.

Quando il conflitto entra nel bambino⁴⁵

*“Deve essere difficile fare il genitore!
 Certo però che è ben difficile anche fare il figlio!”
 Un adolescente di 15 anni in crisi*

(...) I continui litigi fra genitori possono rappresentare infatti per un bambino un attacco alla sua stessa identità; proprio perché lui si porta dentro anche le loro due storie, è come se avesse due parti di sé in lotta fra di loro e anche quando si schiera con una delle due il prezzo che deve pagare è il sentirsi in colpa per aver tradito l'altra. Quello di tradire un genitore è un prezzo però troppo alto da pagare per un bambino, che cercherà quindi di far di tutto per evitarlo, tanto la cosa gli è insopportabile. L'aggressività che inevitabilmente prova nel sentirsi preso dentro questo conflitto potrà allora trovare un canale d'espressione, soprattutto se si tratta di un bambino forte e vitale che riesce a esprimere e a comunicare la sua sofferenza, seppure sotto forma di sintomo.

Perché non vogliono dormire da soli⁴⁶

*...questa specie di terrore che attanaglia i bambini
 quando si svegliano nel mezzo della notte o in solitudine.
 Alexandre Dumas, Vent'anni dopo*

Dove dormivano i bebè centomila anni fa? Non c'erano case, non c'erano culle, non c'erano vestiti. Senza dubbio dormivano accanto alla propria madre o sopra di lei, in un improvvisato letto di foglie secche. Il padre non doveva dormire molto lontano, e la tribù intera stava solo qualche metro di distanza. Solo così potevano sopravvivere durante il sonno, il momento più pericoloso della loro giornata. L'abitudine degli sposi di dormire assieme è un ricordo di quei tempi, così come l'inquietudine (a volte vera insonnia) che noi adulti solitamente proviamo quando un viaggio ci obbliga a dormire separati dal nostro partner abituale.

⁴⁵ A. Marcoli, *Il bambino arrabbiato*, p. 97

⁴⁶ C. González, *Bésame mucho*, p. 63-65

Molte madri, se il marito dorme fuori casa, "lasciano" venire i figli nel proprio letto, e non sempre è facile dire chi di loro si senta più confortato.

Puoi immaginare un bebè solo, nudo, che dorme per terra all'aria aperta, a cinque o dieci metri dalla madre per sei o otto ore di seguito? Non avrebbe potuto sopravvivere. Doveva esistere un meccanismo per il quale anche di notte il bebè stesse in contatto continuo con la madre. E ancora una volta il meccanismo è doppio: la madre desidera stare con il figlio (sì, nonostante tutti i tabù contro, molte madri lo desiderano ancora), e il bambino si rifiuta decisamente di dormire da solo.

Dormire da solo! Il grande obiettivo della puericoltura del XX secolo. Come abbiamo appena commentato, un bambino che si fosse lasciato deporre dalla madre, solo, sveglio, al suolo, e invece di protestare immediatamente, si fosse addormentato, difficilmente sarebbe riuscito a sopravvivere più di qualche ora. Se sono esistiti bambini così, si sono estinti mille anni fa (beh, non proprio tutti, si sente dire di bambini che dormono tutta la notte, spontaneamente e volontariamente. Se il tuo è uno di questi rari bambini, non spaventarti: sicuramente anche lui è normale). I nostri figli, però, sono geneticamente preparati per dormire in compagnia.

Per un animale il sonno è un momento di pericolo. I nostri geni ci spingono a rimanere svegli quando ci sentiamo minacciati, e ad addormentarci solo quando ci sentiamo sicuri. Ci sentiamo minacciati in un luogo sconosciuto, e molte persone fanno fatica ad addormentarsi negli alberghi perché "sentono la mancanza del proprio letto". Facciamo fatica ad addormentarci in assenza del nostro partner o in presenza di estranei.

Dovevi fare un cambio di treno in una città lontana, ma hai perso l'ultima coincidenza. Sono le due di notte, è tutto chiuso, e devi aspettare in stazione il treno delle sei. Immagina ora varie possibili situazioni: a) sei completamente sola nella sala d'aspetto; b) viaggi sola, però nella sala ci sono una decina di persone, due famiglie al completo, alcune signore anziane, ed un gruppetto di boy-scouts; c) nella sala ci sei solo tu e cinque teste rasate mezzi ubriachi; d) viaggi in compagnia di tuo marito e altre due coppie amiche. Credi che ti addormenteresti con la stessa facilità in tutte queste situazioni ?

V. Conclusioni

Di che cosa hanno bisogno allora i bambini?

- Hanno bisogno di essere visti e accettati-apprezzati per quello che sono.
- Hanno bisogno di poter esprimere se stessi (voglio, non voglio...) di un linguaggio personale.
- Hanno bisogno di persone che abbiano fiducia in loro e nella loro capacità di crescita.

Egli ha bisogno essenzialmente di rispetto da parte delle sue persone di riferimento, di tolleranza per i suoi sentimenti, di sensibilità per i suoi bisogni e per le offese che riceve, di onestà da parte dei genitori, la cui stessa libertà, e non le riflessioni educative, provvederà poi a porre al bambino limiti naturali.

Il bambino è un piccolo mondo, unico, speciale: in questo mondo non tutto funziona come nel nostro, ma il bambino non lo sa, ha bisogno di adulti che si assumano l'impegno e la responsabilità di provare a decifrarlo; ha bisogno di adulti che riescano a vederlo, che vedano l'intenzione positiva anche quando è mascherata, anche quando le apparenze ingannano; ha bisogno di sentire la fiducia, ha bisogno di uno sguardo e di parole che lo facciano sentire amato anche e soprattutto quando amabile proprio proprio non è; ha bisogno di sentire che mamma e papà non lo lasceranno mai e lo ameranno sempre e comunque perché lui è una persona, unica e specialissima così come è.

Ha bisogno di adulti che sappiano assumersi la responsabilità del loro essere adulti e dell'essere le persone che devono accompagnare e aiutare un piccolo individuo a crescere e svilupparsi secondo il suo particolarissimo modo di essere.

La conclusione la lascio a quattro parole bellissime, quasi magiche: **fiducia, leggerezza, gioia e speranza.**

Fiducia: vuol dire non pensiamo male ma pensiamo bene, vuol dire mettersi nella prospettiva dei bambini che collaborano così come possono e riescono, non vederli quindi come furbetti manipolatori...Avere fiducia, dare fiducia, vuol dire leggere, interpretare il comportamento del nostro bambino come un messaggio da decifrare, come una comunicazione di un bisogno, di una difficoltà, di una stanchezza e non come una sfida di potere o come il gioco del vediamo chi vince. A loro il gioco di potere non interessa.

*Avere pienamente fiducia nei figli significa fidarsi del fatto che agiscono come meglio possono in ogni momento, in base all'età, alle esperienze che hanno vissuto in passato e alle circostanze del presente. Questo è il tipo di fiducia in cui credo quando parlo di stare dalla parte dei nostri figli.*⁴⁷

Gioia: *Un genitore trasmette la sua gioia interiore ai figli, ed è l'eredità più bella che essi possano ricevere.*⁴⁸

Guardate un bambino, guardatelo mentre gioca, ride, urla con gli amichetti, guardatelo mentre vi arriva di corsa con un libro e guardando all'insù vi dice tutto trepidane: me lo leggi.....che cosa c'è lì in quel momento: un mondo complesso e ricchissimo, un mondo estremamente delicato, per certi versi fragile, al quale dobbiamo avvicinarci con estrema **leggerezza**, dobbiamo farci piuma che accarezza.

Le ultime riflessioni sono per **la speranza.....**

E' una follia pensare che ci si possa avvicinare ai bambini in modo "distaccato", con un atteggiamento razionale. Più i bambini sono piccoli più ci chiamano nella nostra globalità ed interezza, non ci possiamo rapportare ad un bambino solo con la nostra parte razionale, i bambini richiamano alla ribalta, sulla scena principale anche e soprattutto quegli aspetti che più o meno consapevolmente nella quotidianità con le altre persone teniamo nascosti, in secondo piano, o ancora più in là. E' un meccanismo automatico, istintivo che non è controllato né voluto consapevolmente né dal bambino e tanto meno da noi, ma accade. Come già detto, quando un bambino e un adulto si incontrano assistiamo all'incrocio di due mondi molto

⁴⁷J.Hunt, *Genitori con il cuore*, p. 118

⁴⁸I.Filliozat, *Le emozioni dei bambini*, p. 198

differenti. Il bambino porta un mondo governato dall'istinto, dalle emozioni, non si pensi però ad un mondo caotico anzi, in qualche modo è molto semplice, puro e lineare, con un'infinità di bisogni e richieste che **noi** siamo chiamati a decifrare e, se lo riteniamo opportuno, a soddisfare. Questo mondo si incontra con quello nostro, adulto, che per la nostra cultura è un mondo spostato sulla ragione, un gigante complesso, ricco di sfaccettature, contraddizioni, rigidità e strutture consolidate, pieno di convinzioni, pensieri, idee, esperienze positive, altre dolorose che ci hanno lasciato cicatrici a volte purtroppo molto profonde, un mondo che porta la **nostra** esperienza di bambini e di crescita.

Provate ad immaginare questi due mondi, metteteli vicini e pensateli in interazione...a me viene una parola:

DIFFICILE

Ebbene sì, comunicazione e autentica comprensione sono difficili. Però..., c'è sempre per fortuna un però.

- Dentro alla nostra palla ricca e complessa c'è anche il mondo del bambino, trasformato, diverso, nascosto, ma c'è, ci sono tutti gli elementi di quel mondo (noi veniamo da lì). E' ovvio che spetta a noi, da soli o con aiuti vari, amici, compagni, o anche specialisti, riscoprirli un po'.
- La complessità è difficoltà perché a volte ci confonde, ma è anche ricchezza. A differenza del bambino noi abbiamo una vita di esperienze, di apprendimenti. Abbiamo un'infinità di risorse in più, abbiamo conoscenze, abbiamo sviluppato strategie che ci hanno consentito di crescere, e ci consentono di muoverci e di continuare a vivere. Anche le persone più in difficoltà hanno le risorse per poterle affrontare. Si tratta di scoprirle, riscoprirle o solo rispolverarle. Costa sicuramente fatica e impegno ma non abbiamo scelta. Nel momento in cui abbiamo messo al mondo un bambino ecco, da quel preciso momento, ne siamo diventati responsabili e non esiste difficoltà che possa impedirci di mettergli a disposizione il meglio che possiamo....
- Possiamo contare sulla collaborazione dei nostri figli e soprattutto sulla loro competenza e generosità. I bambini non sono soggetti passivi, attraverso i comportamenti, le azioni e le reazioni, ci comunicano se ciò che facciamo è in linea con i loro bisogni.

Arrivati a questo punto, mi viene da riportare un pensiero semplice semplice, banalissimo: i bambini sono persone, e come tutte le persone si arrabbiano e/o si rattristano quando non vengono capiti, quando si sentono poco considerati, quando qualcuno gli manca di rispetto, quando sono obbligati a fare ciò che non vogliono, quando devono essere come non sono, quando non gli viene prestata attenzione, quando pensano che nessuno gli voglia bene, quando si sentono in colpa, quando si sentono cattivi bambini, quando hanno paura.....In tutti questi casi, loro come noi, fanno i capricci, pestano i piedi, dicono no, si mettono di traverso, piangono, urlano, alcuni piangono in silenzio, senza lacrime, chiedono scusa e dicono non lo faccio mai più.

I bambini piangono perché un sasso è scivolato nell'acqua, perché lo shampoo pizzica gli occhi, perché hanno sonno, perché fa buio.

Piangono forte per farsi sentire bene.

Per consolarli ci vogliono gli occhi gentili.

E una lucina vicino al letto.

I grandi invece, amano dormire al buio.

Non piangono quasi mai, neppure se lo shampoo entra nel naso, e se capita, piangono piano. Tanto piano che i bambini non se ne accorgono.

O fanno finta di non vedere niente.

I bambini assomigliano alle spugne.

Assorbono tutto: il nervosismo, le cattive idee, le paure degli altri.

Sembrano dimenticare, ma poi rispunta tutto dentro la cartella, o sotto le lenzuola, oppure davanti a un libro.

I bambini vogliono essere ascoltati con gli occhi spalancati.

Tutti i bambini sono persone piccole che un giorno cambieranno.

Non andranno più a scuola ma al lavoro, forse saranno felici, forse avranno la barba o i baffi all'insù, o i capelli tinti di verde.

Forse faranno i capricci per delle cose strane come un telefono che non suona o il traffico.

*Ma che importa pensarci adesso?
Un bambino è una persona piccola.
Ora, per addormentarsi, ha bisogno degli occhi gentili.
E di una lucina vicino al letto
(Beatrice Alemagna, Che cos'è un bambino?)*

*A mio padre,
che si batteva e si batte ancora contro l'uso del termine "educare"
e preferiva "accompagnare" i suoi figli.
Ancora segnato dalla violenza
dei suoi genitori nei suoi confronti,
non sempre è riuscito a trascorrere
molto tempo con noi,
ma ha sempre saputo offrirci il suo sostegno.
Mi ha amata, rispettata
E considerata come una persona,
e ha saputo darmi ciò che non aveva ricevuto.
(Isabelle Filliozat, Le emozioni dei bambini,)*

*"Dici:
è faticoso frequentare i bambini.
Hai ragione.
Aggiungi:
perché bisogna mettersi al loro livello,
abbassarsi, scendere, piegarsi, farsi piccoli,
Ti sbagli.
Non è questo l'aspetto più faticoso.
E' piuttosto il fatto di essere costretti a elevarsi
fino all'altezza dei loro sentimenti.
Di stiracchiarsi, allungarsi, sollevarsi
sulle punte dei piedi.
Per non ferirli."
(JanuszKorczak, Come amare il bambino)*

"Gli individui che nell'infanzia non hanno dovuto subire violazioni alla loro integrità, e a cui è stato consentito di sperimentare protezione, rispetto e lealtà da parte dei loro genitori, da giovani e anche in seguito saranno intelligenti, ricettivi, capaci di immedesimarsi negli altri e molto sensibili. Godranno della gioia di vivere e non avranno affatto bisogno di far del male agli altri o a se stessi, né addirittura di uccidere. Useranno il proprio potere per difendersi, e non per aggredire gli altri. Non potranno fare a meno di rispettare e proteggere i più deboli, ossia anche i propri figli, dal momento che essi stessi, un tempo, hanno compiuto tale esperienza, e dal momento che fin dall'inizio in loro è stato memorizzato proprio questo sapere (e non la crudeltà). Questi individui non saranno mai nella condizione di capire come mai i loro avi nel passato abbiano dovuto impiantare una mastodontica industria bellica per sentirsi a loro agio e sicuri nel mondo." (A. Miller, La persecuzione del bambino, prefazione).

VI. Bibliografia

Alemagna B. *Che cos'è un bambino?* Topipittori, 2008.
Bly R. *Il piccolo libro dell'ombra, guida alla scoperta del nostro lato oscuro*, L'Espresso, 1996.
Filliozat I. *Le emozioni dei bambini*, Piemme Bestseller, 2007.
Gonzàles C., *Bèsame mucho. Come crescere i tuoi figli con amore*, Coleman Editore, 2008.
Hunt J. *Genitori con il cuore*, Il leone verde, 2001.
Juil J. *Il bambino è competente*, Economica Feltrinelli, 2007.
Juil J. *Eccomi tu chi sei?*, Economica Feltrinelli, 2009.
Korczak J. *Come amare il bambino*, Luni Editrice, 2005.
Marcoli A. *Il bambino arrabbiato*, Oscar Mondadori, 1996.
Miller A. *La persecuzione del bambino. Le radici della Violenza*. Bollati Boringhieri, 2007.
Miller A. *La rivolta del corpo. I danni di un'educazione violenta*, Raffaello Cortina Editore, 2005.
Tomasello M. *Altruisti nati*, Bollati Boringhieri, 2010.

Altri libri non citati:

Montessori M. *Educare alla libertà*, Oscar Mondadori, 2008.
Honoré C. *...E vinse la tartaruga. Elogio della lentezza: rallentare per vivere meglio*, Sonzogno Editore, 2004.
Honoré C. *Genitori Slow. Educare senza stress con la filosofia della lentezza*, Rizzoli, 2009.
Zavalloni G. *La pedagogia della lumaca. Per una scuola lenta e non violenta*. Editrice Missionaria Italiana, 2010.

Alcuni consigli per chi volesse cimentarsi nella lettura dei testi citati:

I testi di Korczak e di Bly sono di difficile reperibilità e piuttosto impegnativi.

Tra i due testi di J.Juil *il bambino è competente* è più completo ma più complesso.

Il bambino arrabbiato è un testo un po' particolare: l'autrice utilizza delle fiabe per chiarire ed esprimere i concetti.

I testi della Miller sono di impronta psicologica. In entrambi l'autrice analizza storie di vita di personaggi celebri caratterizzate da un'infanzia estremamente violenta.