

IMPULSI PEDAGOGICI

per un'avventura chiamata famiglia



57_Gli adulti si assumono la responsabilità personale

Ci sono giorni in cui reagiamo con calma in situazioni di crisi e altri in cui andiamo subito fuori di testa, ad esempio quando il bambino butta a terra un bicchiere di proposito o quando si rifiuta di pulire, ecc.

Da cosa dipende la nostra reazione?

Dal bambino? Non proprio perché altrimenti dovremmo reagire sempre nello stesso modo o in modo simile. La nostra reazione dipende più che altro da noi stessi: se abbiamo appena avuto una discussione con il capo, se non abbiamo dormito abbastanza o se qualcosa ci preoccupa. Non di rado, siamo anche guidati da schemi che ci hanno plasmato fin dall'infanzia. Molti genitori sono poi scioccati nello scoprire che si comportano con i propri figli nello stesso modo in cui i loro genitori si sono comportati con loro, anche se avevano giurato di fare tutto diversamente.

Dobbiamo chiederci fondamentalmente che tipo di rapporto vogliamo costruire con i figli poiché siamo noi gli adulti e dobbiamo assumerci la responsabilità dei nostri sentimenti, delle nostre azioni e delle nostre reazioni.

Che aspetto può avere questa responsabilità in termini concreti?

Ad esempio, se il bambino rompe deliberatamente qualcosa e io inizio subito a urlare, quando la situazione si è calmata posso andare dal bambino e dirgli: "Mi dispiace di averti urlato contro prima. Ero così arrabbiata perché l'avevi rotto".

Oppure se sento, ad esempio, di aver perso il contatto con mio figlio di 13 anni, di non riuscire a raggiungerlo, allora devo chiedermi cosa posso fare per migliorare il mio rapporto con lui. Non facendogli una ramanzina su come dovrebbe finalmente ascoltarmi, né dicendogli in lacrime che ho fatto di tutto per lui e questo è il ringraziamento che ottengo. La cosa migliore sarebbe andare da lui e dirgli, nel modo più onesto e autentico possibile: "Caro figlio, sono infelice riguardo alla natura del nostro rapporto. Ho fatto tutto il possibile per costruire un rapporto con te ma non ci sono riuscito. Ora voglio sapere da te: cosa provi per me? Cosa dovrei fare di diverso secondo te?".

Segnalare la disponibilità al cambiamento

Cosa succede quando incontriamo nostro figlio in questo modo e ammettiamo: "Non sono riuscito a costruire con te un rapporto reciprocamente soddisfacente, ho bisogno del tuo aiuto"? Gli adulti possono avere la sensazione di esporsi e di perdere la propria autorità. Ma è una dichiarazione onesta che mostra al bambino che non lo sto incolpando, ma che mi sto assumendo la responsabilità e soprattutto, che faccio il primo passo, dimostro il mio interesse e segnalo la disponibilità al cambiamento.

Può darsi che il bambino reagisca in modo brusco alla vostra domanda e dica: "Boh, non ne ho idea". Lasciami in pace". Allora non arrendetevi subito, non fatevi ingannare, ma dite: "Posso capire che tu non possa darmi una risposta così rapidamente, te lo chiederò di nuovo tra qualche giorno. Per favore, pensaci, sei importante per me". E dopo qualche giorno, riproponete la domanda.

Assumetevi la responsabilità della qualità del rapporto con vostro figlio.

Questa responsabilità può essere vostra solo in quanto adulti. Fate il primo passo e se necessario, anche un secondo e un terzo.

Testo Elisabeth Kusstatscher, Traduzione Martina Daviddi

www.familie.it