

## IMPULSI PEDAGOGICI

# *per un'avventura chiamata famiglia*



### **07\_I bambini non hanno una fase del no, diventano autonomi**

Un'affermazione azzardata; il terapeuta familiare Jesper Juul spiega cosa accade quando i bambini di due anni diventano dei ribelli e come dovrebbero reagire i genitori. Dice: "I bambini non hanno una fase del no, si tratta di una naturale evoluzione che i bambini tra i due e i tre anni sviluppano nel passaggio dalla completa dipendenza dai genitori alla parziale indipendenza di individuo. Questa evoluzione si ripete durante la pubertà. Se i genitori cercano di impedire, limitare o di stabilire le modalità di questo sviluppo, allora il bambino si oppone."

#### **A quest'età i bambini hanno bisogno di genitori che li stimino e li guidino**

Per alcuni genitori è dura resistere quando il figlio ha un accesso d'ira se le cose non vanno come vorrebbe. È importante sapere che i bambini non si arrabbiano per provocare o manipolare i genitori, ma si tratta di una manifestazione di pura disperazione. Quello che succede è che il bambino ha un desiderio che non è in grado di realizzare da solo o gli adulti gli dicono di no; ciò genera rabbia e frustrazione. A seconda del carattere del bambino ha un accesso d'ira che poi però passa. Il bambino deve innanzitutto imparare a gestire il senso di frustrazione. Più calmi rimangono i genitori e maggiore è la comprensione che dimostrano nei confronti della sua rabbia, tanto più facilmente il bambino è in grado di superare questa fase. Ad esempio i genitori possono usare parole del tipo: "Capisco che questa cosa ora ti faccia arrabbiare molto."

Lasciate il bambino in pace durante questi scatti d'ira, altrimenti non faranno che peggiorare. In questi momenti non è comunque in grado di sentirvi, ma rimanete comunque nelle vicinanze. Più tardi potrete chiedergli: "cos'è che ti ha fatto tanto arrabbiare?" In questo modo il bambino si sente considerato e apprezzato e sa che arrabbiarsi non è sbagliato.

#### **Come si possono impedire gli scatti d'ira?**

Non si può. E va bene così, anche gli adulti si arrabbiano. Quanto meno i genitori provano a intervenire nei tentativi di autonomia dei figli, tanto più rari saranno gli scontri. Fate attenzione che il bambino trovi un ambiente dove non è tutto proibito o pericoloso. Magari potete mettere via per qualche tempo i preziosi vasi di cristallo o gli oggetti di famiglia, così che tutti in famiglia possano essere più sereni.

A quest'età i bambini scoprono se stessi e le proprie capacità e vogliono fare molte cose da soli. I genitori possono dirgli: "Ah, ti vuoi mettere la giacca da solo, mi fa piacere. Se hai bisogno d'aiuto vieni da me."

Per il bambino questa fase è decisiva per sviluppare nuove abilità, fiducia in se stesso e autostima. Guardate a questa fase di crescente indipendenza del bambino come a un dono, non un problema.

### **Quando i bambini dicono di no**

Se nelle situazioni stressanti (ad es. la mattina) i bambini dicono regolarmente di no e non vogliono collaborare, è possibile che stiano reagendo a un'atmosfera di stress. Tentate di programmare la situazione in modo da disporre di tempi più lunghi e poter essere più tranquilli.

Se in una qualche occasione il tempo stringe realmente, rivolgetevi a vostro figlio, accertandovi che abbia la vostra attenzione, e dategli: "Oggi sono di fretta. Ho bisogno del tuo aiuto. Oggi ti aiuto io a metterti le scarpe e la giacca, perché fra 10 minuti dobbiamo essere fuori di casa. Domani facciamo con più calma."

Quanto più il bambino ha la sensazione che i suoi sforzi per raggiungere l'indipendenza siano presi sul serio, tanto più facile sarà per la famiglia.

Testo: Astrid Egger, Traduzione Giulio Monteduro