

IMPULSI PEDAGOGICI

per un'avventura chiamata famiglia



29_ La frustrazione dei bambini nei confronti di un "no"

Quando i bambini scoprono la propria volontà, hanno molti desideri e chiedono che questi vengano soddisfatti. Quando un genitore dice di no a qualcosa, qualunque bambino sano inizia a combattere per il proprio desiderio. Le modalità in cui lo fanno sono molto diverse tra loro e dipendono dal carattere del bambino: alcuni piangono sommessamente, altri si gettano per terra e urlano come se fossero stati messi al rogo. Questo scontro è importante e sano. Quanto più i genitori rimarranno fermi sul loro no, in maniera chiara e serena, senza risultare sdolcinati, tanto prima il bambino si tranquillizzerà. Le lunghe spiegazioni tirano la questione inutilmente per le lunghe.

Come ci si deve comportare di fronte alla reazione di un bambino nei confronti del no?

La si deve prendere sul serio, in nessun caso la si deve cioè ridicolizzare o criticare. I bambini hanno bisogno di questa reazione per riuscire a ritrovare un equilibrio. Se si ha il tempo di "accomiatarsi" dai propri desideri, successivamente è possibile ritrovare la serenità. Importante: non mortificate il bambino perché desidera qualcosa e combatte conformemente al proprio carattere, altrimenti avrà l'impressione che sia sbagliato desiderare qualcosa. Non sgridatelo perché urla: quanto più vi fate coinvolgere in questo processo, tanto più tirate la situazione per le lunghe. Se non sopportate gli strepiti andate in un'altra stanza e occupatevi di qualcos'altro. Al bambino serve semplicemente un po' di tempo per staccarsi dal proprio desiderio.

L'andamento tipico di un conflitto

Il bambino desidera fortemente qualcosa, ad es. guardare la TV, un gelato, un giocattolo nuovo. In quel momento dovete riflettere bene se rispondere con sì o con un no. Se avete l'impressione che il "no" sia poco convinto e che dopo che vostro figlio avrà insistito o gridato abbastanza a lungo si trasformerà in un "sì", dategli piuttosto di sì fin dal principio e rallegratevi assieme a vostro figlio con la coscienza a posto. Se non siete sicuri potete anche dire: "Ci devo pensare". In questo modo vi prendete tempo e non dovete decidere sotto pressione.

Se alla fine optate per un "no", sicuramente ne nascerà una lotta

...e la maggior parte dei genitori ne ha paura; è proprio per non sentirli gridare ancora che a un certo punto dicono di sì ai figli. Questa lotta può essere più o meno intensa a seconda del temperamento del bambino. È un buon segno che vostro figlio si impegni per quello che gli sta a cuore: ne avrà bisogno nel corso della vita. Rimanete tranquilli e decisi sul vostro "no". Dopo le prime reazioni forti, spesso un bambino si isola (in un angolo, sotto al tavolo, in camera sua) e vuole stare in pace. Non fate l'errore di farlo venire fuori il prima possibile; ha bisogno dei suoi tempi per staccarsi dal proprio desiderio. Vive una sorta di periodo di lutto.

Le ricerche in ambito neuroscientifico sullo sviluppo del cervello hanno dimostrato che questa fase è fondamentale per i bambini: il cervello impara a sopportare la frustrazione; in esso vengono rilasciati ormoni che fanno maturare il lobo frontale, rendendo il bambino più empatico. Dopo, come per magia, si torna sempre alla quiete. Il bambino si mette a giocare da solo, legge e poi esce dal proprio nascondiglio ed è sorprendentemente tranquillo.

Spesso le lotte per il potere le incominciano gli adulti

Se si sa che questo tipo di reazioni dei bambini sono assolutamente normali e che è importante prenderle sul serio, allora ci si può tranquillizzare quando ci si trova in uno di questi conflitti: il bambino non ha nulla di sbagliato, né è viziato, è un normale processo di sviluppo. È anche importante non prenderla sul personale quando il bambino si mette a strepitare: il bambino non sta cercando una lotta per il potere, non fa parte della sua natura. La lotta per il potere la incominciano gli adulti, quando non danno spazio ai bambini per elaborare la propria frustrazione e quando invece vogliono far cessare il loro comportamento, cosa che non funziona mai. Quanto più spesso il bambino fa l'esperienza che l'adulto rimane tranquillo quando lotta e che i suoi desideri vengono presi sul serio, tanto più brevi diverranno queste fasi di scontro.

Testo Elisabeth Kußatscher, Traduzione Giulio Monteduro