

Sintesi secondo incontro: Vezzano, 27 aprile, 2009

"I no che aiutano a crescere"

Dott.ssa Tiziana Amichetti, psicologa psicoterapeuta

Il bambino **ha bisogno dei no e dei sì**, cioè della **regola che imprime direzione di senso**. Ha bisogno di sapere quando può e quando non può: l'esperienza del limite. Il bambino che **non si sente fermato** è un bambino che sviluppa una sindrome insana, la sindrome del **"bambino onnipotente"**.

Ecco perché è IMPORTANTE DIRE NO :

- il bambino impara a distinguere fra desiderio e bisogno; è importante che riesca a farlo, perché rischia altrimenti di essere sempre in balia di bisogni estremi, che non potranno mai essere soddisfatti del tutto.
- Non ottenere sempre quello che si vuole e sentirsi dire ogni tanto "no" da un genitore origina la capacità di sopportare uno spazio vuoto, altrimenti non si lascia spazio alla creatività, il bambino non userà l'immaginazione.
- Con il *no* viene rinforzata la sensazione che si può avere uno spazio vuoto. Si trasmette al bambino un valore importante: che egli non è quello che ha. Se un bambino lega la propria importanza a quello che possiede, la sua immagine di sé sarà sempre a repentaglio. **Tollerando di "non avere" acquista più fiducia in se stesso e più consapevolezza di essere persona.**

Attraverso la regola il genitore cerca di organizzare e promuovere la crescita del bambino nella direzione dell'autonomia.

LE REGOLE DEVONO APRIRE ALTERNATIVE E NON LIMITARSI MAI ALLA SOLA PROIBIZIONE.

Caratteristiche della regola educativa:

- *consensuale*, costruita assieme all'altro;
- esplicitata adeguatamente (*chiara*);
- *sostenibile*;
- *realistica e adeguata*: il bambino è in grado di praticarla, è pertinente alla sua età;
- *ragionevole*: chiedersi sempre *"la regola che sto proponendo è utile alla crescita di mio figlio? E' educativa? E' centrata sui suoi bisogni o sui miei?"* Si evita così di cadere nella regola fine a se stessa, utile solo per risolvere i problemi dei genitori.

La **norma** è per il bambino una **mappa di quello che si può e che non si può fare**. La norma inoltre **ha in se stessa, sempre, un principio di libertà: "se vuoi"**; ciò non significa che la norma non valga per se stessa, ma che si aspettano i tempi e l'adesione della persona.

Di fronte alle richieste dei figli è importante ricordarsi che il bambino **ha fame di rapporti, non di cose. Le cose possono essere un bel "ponte" per i rapporti**, ma se non conducono sull'altra sponda, che ponti sono? Non sono veri! Grazie a questi "ponti" il bambino può diventare competente, giocare con i coetanei, divenire autonomo. In una parola, può fare esperienza.

L'OBEDIENZA STA NELLA RELAZIONE

Non c'è un bambino per natura obbediente o disobbediente; c'è un bambino che si fida o non si fida della relazione che lo lega a chi gli chiede obbedienza.

COERENZA E COESIONE EDUCATIVA

Lo stile educativo di cui i nostri figli hanno bisogno per sviluppare autonomia è lo stile genitoriale autorevole; **nell'autorevolezza ci sono regole spiegate e condivise, "no" che seguono un progetto di vita ben preciso, orientato da valori.**

► I figli di genitori autorevoli si sentono rispettati e sentono che le loro emozioni ed opinioni contano veramente.

È importante **essere uniti tra genitori, cercare attraverso il dialogo una linea educativa comune.** E' importante che ci sia una solidarietà tra adulti.

Si possono anche avere modi diversi di porsi in relazione. La diversità si esprime nei due volti dell'educazione: materno e paterno, che comportano la necessità di accogliere e prendersi cura delle differenze tra i partner (anche come genitori).

L'alleanza con l'altro genitore è un sentiero speciale, a cui si accede con umiltà e con pazienza. L'altro genitore, con quella benevola complicità che contraddistingue il "trattarsi da colleghi", può portare le sue critiche, le sue correzioni del tiro, ovviamente non in presenza del figlio: poiché ciascuno fa il tifo perché l'altro sia il miglior genitore possibile!

Quando spazio materno e paterno interagiscono positivamente si pongono concretamente le basi dell'autonomia.

L'importante è che ciascun genitore ami il bambino così com'è, con la propria disponibilità e le proprie caratteristiche e che nella coppia ci sia rispetto e un sostegno reciproco di fondo come cornice di tutto.

➤ Il problema di fondo: **come conciliare l'amore con la legge?**

Occorre trovare il modo per cui anche la regola diventi un gesto d'affetto: attraverso **l'empatia, il rispecchiamento, il saper entrare nei panni del piccolo** e vedere anche noi stessi attraverso i suoi occhi. Parlare con il bambino, magari non nel momento cruciale dello scontro ma quando gli animi sono pacificati: riconoscere che i suoi desideri sono reali e giustificabili, ma che non possono essere i protagonisti, neppure della sola vita familiare.

PARTIRE SEMPRE DA QUESTO RICONOSCIMENTO EMPATICO:

"Hai ragione di essere arrabbiato", "Capisco che sei molto deluso...", **per lasciar liberi i sentimenti del bambino e porre le regole unicamente al suo modo di comportarsi** (*"Ma puoi sfogarti in un altro modo", "Ma possiamo cercare insieme un'altra soluzione..."*). Attenzione a non lasciarsi coinvolgere emotivamente, significherebbe perdere autorevolezza. Allo stesso tempo quando il bambino disobbedisce, se necessario, è importante **ripetere con fermezza la consegna** (non per squalificarlo, accusarlo) come a dire: *"Ti ridono l'ordine, poiché vedo che questa volta non ce l'hai fatta"*.

Ascoltare, restare nel presente o ridimensionare il problema, cercare di capire i sentimenti (coglierli, facilitarne l'espressione, dare un nome alle emozioni...).

EDUCARE CON PACE, CALMA E DISTACCO, sostenendosi a vicenda!