

LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

Essere genitori: Quando i “no” non fanno crescere

Redazione · Friday, October 23rd, 2015

Parliamo ancora del mestiere più difficile del mondo: essere genitori! A loro tocca, lo stabilisce la Costituzione, se non bastasse il buon senso, l'educazione dei figli. Certo la legge non specifica affatto come questa cosa debba avvenire e spesso solo la buona fede ci salva dall'essere contravventori. Che nostro figlio li accetti o meno, educare significa anche porre dei divieti, perché questi segnalano al “piccolo” quel confine che separa i comportamenti accettabili da quelli da evitare, confine che un bambino nel suo sviluppo normale, viola. Una linea di demarcazione flessibilmente chiara aiuta il bambino, perché lo orienta, gli permette di costruire una cornice stabile entro cui classificare le proprie e altrui azioni.

Ma dire di no è un compito assai arduo! “L'avrò detto nel modo giusto? L'avrò detto nel momento corretto? Se dico di no mio figlio non si sentirà capito? Gli tengo troppo il fiato sul collo? Se reprimo le sue azioni con un “no” reprimo un suo bisogno che, prima o poi, emergerà in modo problematico? Gli devo spiegare il motivo del mio “no”? Come? Se non dico “no” rischio di viziarlo troppo?” Potrei riempire la pagina delle domande che un genitore si pone a seguito (o prima) di due semplici lettere: “no”. Magari sarà tema di un prossimo articolo, oggi voglio dare per scontato che i “no” servano e che tutti i genitori lo sappiano.

Ma accade anche che i “no” siano troppi? Certamente sì! Voglio rassicurarvi, capita il giorno in cui voi siete stanchi o stressati, così come che vostro figlio sia decisamente intrattabile! Capita che ci siano giornate in cui i divieti abbondano e queste non cambiano nulla nell'evoluzione sana del vostro piccolo, perché un'atteggiamento genitoriale eccessivamente rigido si manifesta nel tempo e attraverso il suo ripetersi costantemente. Ovviamente un genitore è chiamato al divieto di quei comportamenti che possono essere un pericolo, o un danno, o semplicemente sconvenienti, per il bambino stesso o per gli altri. Ciò diviene eccessivo quando la negazione avviene più in risposta all'ansia del genitore che ad una reale situazione esterna giustificante. Non esistono manuali della “giusta misura”. Ovviamente ogni genitore è chiamato alla personale introspezione, per comprendere quanto realmente il “no” serva al figlio, per educarlo, o a sé stessi, per tranquillizzarsi. Dobbiamo sempre ricordarci che spesso è l'ansia del genitore a creare comportamenti ansiosi nel figlio, pertanto un eccesso di controllo può essere controproducente. Infatti, il bisogno di esplorare in sicurezza, ma anche con fiducia, è essenziale per la crescita di un bambino. Un atteggiamento eccessivamente ansioso limita l'espressione di questo bisogno, perché può implicitamente comunicare al piccolo di non avere mezzi per fronteggiare il mondo esterno. In definitiva è importante insegnare al bambino che può essere autonomo entro ragionevoli limiti di sicurezza. Inoltre è bene ricordarsi che troppi “no” tolgono valore al divieto stesso. Questo vale a dire che se vostro figlio impara ad attendersi negazioni da voi, le stesse perderanno di efficacia.

Pertanto troppi “no” potrebbero incentivare alla violazione della regola. Paradossalmente uno stile educativo rigido potrebbe incentivare un atteggiamento meno obbediente.

Nel peggiore dei casi questo da origine ad un vero e proprio circuito vizioso, in cui il genitore negando spinge il bambino a violare il che spinge il genitore a negare ... Spesso dire troppi “no” crea la condizione per cui il bambino eviti di comunicare i propri bisogni e le proprie emozioni liberamente. Infatti, lasciare entro certi limiti la libertà al bambino di determinarsi è un modo sano di relazionarsi con lui. Esprimendo fiducia nei suoi comportamenti lui stesso potrà imparare ad avere fiducia in sé e a parlare liberamente di quello che sente e vive.

Quindi la giusta misura tra rigidità e flessibilità creerà le condizioni migliori per educare il nostro bambino. Ovviamente questa misura deve essere completamente condivisa tra i due genitori. Non vi preoccupate! Nella maggior parte dei casi state già facendo così, anche senza esserne consapevoli. Riflettere sulle proprie azioni è comunque e sempre una buona pratica.

Come sempre per qualsiasi domanda, chiarimento o commento vi invito a scrivermi.

Stefano Landoni

Psicologo Psicoterapeuta

www.studio-landoni.it – info@studio-landoni.it

This entry was posted on Friday, October 23rd, 2015 at 12:30 am and is filed under [Legnano](#), [Psicologia](#)

You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.