

LA VALENZA EDUCATIVA DI UN NO

dott.Orsolina Valeri

*Lo “schiaffo educativo” non esiste con i figli,
le parole e l’esempio bastano.*

O.V.

L’essere genitore è, come si dice, uno dei compiti più difficili dell’esistenza, in grado di mettere in crisi la maggior parte delle persone. Saper dosare regole e libertà, dipendenza ed autonomia, soprattutto con figli adolescenti, non è facile, giacché si rischia di sfociare nell’autoritarismo oppure, all’opposto, nell’eccessivo permissivismo. Sapere dare dei limiti ai propri figli è uno dei compiti fondamentali dei genitori, e in questa possibilità sta racchiuso il significato profondo della capacità di poterli/saperli educare. L’etimologia della parola educare deriva da *e-ducere*, cioè condurre via, condurre fuori da: dà l’idea di fare uscire, portare all’aperto, vale a dire simbolicamente far emergere dal bambino quello che già c’è, potenziarlo ed insegnargli a gestirselo. E’ un processo attraverso il quale i figli ricevono e imparano quelle particolari regole di comportamento che sono condivise nel gruppo familiare e nel più ampio contesto sociale in cui sono inseriti. Per fare questo un adulto deve indicare, proporre, a volte anche imporre una strada da imboccare: questo perché da una parte c’è il desiderio che il proprio figlio segua determinate orme, ma soprattutto perché una convinzione radicata, che per l’adulto ha un senso fondamentale, vuole essere trasmessa anche al figlio, perché dia senso anche alla sua vita. Costruire dei limiti, attraverso l’acquisizione delle regole è necessario, purché queste ultime non ledano e non annullino l’individualità e la libertà dei propri figli. Sin dalla nascita il piccolo ha infatti bisogno di un intervento costante da parte degli adulti, in grado di contenere, regolare e instradare le sue richieste, le spinte evolutive, i suoi impulsi ancora molto istintivi. Questo significa per l’adulto, nel quotidiano, saper mantenere una certa fermezza educativa, nel pronunciare un “no” e riuscire a mantenerlo in maniera risoluta. Eppure spesso questo ruolo educativo viene disatteso. I motivi possono essere molteplici, dai più concreti a quelli legati alla sfera intima di ciascuno : per stanchezza, comodità, a causa dei sensi di colpa, o per la paradossale mancanza della capacità di

sostenere il ruolo di adulto nei confronti di un piccolo (quanto spesso si sente dire “mio figlio ed io abbiamo confidenza come fossimo amici”?), e non si tratta di un’attitudine che emerge all’improvviso con l’adolescenza, ma si costruisce già da quando il figlio è relativamente piccolo).

Sono stati individuati alcuni stili educativi particolarmente disfunzionali perché facilitano una visione del mondo piuttosto irrazionale:

- *Stile iperansioso*: è riscontrabile in quei genitori che si preoccupano eccessivamente per la sicurezza fisica del bambino. Crea bambini timidi, paurosi, insicuri, che fuggono le novità alla ricerca della sicurezza in modo ossessivo.
- *Stile iperprotettivo*: genitori che cercano di evitare al bambino ogni minima frustrazione, perché temono che potrebbe soffrire in modo irreparabile per il resto della sua vita. Ciò può costituire un grosso problema in quanto viene ostacolata nel bambino la possibilità di imparare a tollerare i disagi e le frustrazioni. Crea bambini ansiosi, egocentrici, che non sopportano la frustrazione e non riescono ad ambientarsi al di fuori della famiglia
- *Stile ipercritico*: è caratterizzato dalla tendenza a notare ed ingigantire gli errori e i difetti commessi dal bambino. L'adulto sarà sempre pronto ad intervenire per notare ogni minimo difetto, ogni comportamento negativo senza mai far caso, invece, ai comportamenti positivi, adeguati; quindi l'interazione col bambino avviene quasi esclusivamente sotto forma di rimproveri. La paura di sbagliare porta il bambino ad isolarsi, la bassa autostima impedisce relazioni soddisfacenti. Per evitare di sbagliare, si finisce con l’evitare di agire..
- *Stile perfezionistico*: tipico di quei genitori che considerano sbagliato tutto ciò che non è perfetto al cento per cento. Questo stile educativo è sostenuto dalla convinzione che bisogna riuscire bene in tutte le cose e che il valore di un bambino, come quello dei suoi genitori, dipende dai successi che egli riesce a conseguire. Tali genitori comunicano al bambino che egli vale qualcosa e merita di essere amato solo se riesce in tutto quello che fa, il bambino ha paura di essere disapprovato, vuole che le sue prestazioni siano sempre perfette. Quando si cimenta in qualcosa è molto ansioso, l’errore è vissuto come catastrofe.
- *Stile incoerente*: i genitori tendono a gratificare o a punire il bambino a seconda del loro umore anziché in base all’adeguatezza o meno del comportamento. Si tratta di genitori che spesso rimproverano il bambino per i suoi errori senza stabilire con lui delle regole chiare. La imprevedibilità della risposta che il genitore fornisce al bambino lo confonde. Questo porta a disturbi del comportamento, ansia, aggressività, insicurezza.

Tra gli *stili di base* troviamo lo stile passivo-permissivo, autorevole-democratico e autoritario.

Lo *stile passivo-permissivo* si riferisce a quello stile educativo nel quale i genitori non si preoccupano abbastanza per i figli e non sorvegliano nessuna delle loro attività o comportamenti; li abbandonano al loro libero arbitrio senza mettere dei freni razionali. Qualunque comportamento del bambino viene accettato passivamente. Questo stile educativo crea insicurezza nel bambino verso le norme esistenti al di fuori del nucleo familiare, problemi comportamentali a diversi livelli, mancanza di comunicazione e bassa o nessuna coscienza sociale.

Lo *stile autorevole-democratico* stimola nel bambino il rispetto delle norme con una flessibilità conforme alla loro età. Si promuove il rispetto all'autorità e alle norme e allo stesso tempo si lascia il giusto spazio al bambino affinché migliori con le proprie forze. Gli permette di crescere con i propri mezzi riducendo i possibili rischi e proteggendolo da qualunque avversità. I genitori utilizzano il loro autoritarismo e la permissività nei momenti giusti e nella giusta proporzione. Questo stile promuove nei figli la creatività, l'indipendenza, la sicurezza, i vincoli affettivi, l'iniziativa e l'adattamento sociale.

Lo *stile autoritario*, si riferisce infatti ad uno stile educativo nel quale le regole e/o i desideri dei genitori sono prestabiliti e devono essere realizzati/e così, senza mai dare spiegazioni. Il non adempiere a queste norme implica rimproveri severi. Difendendo posizioni come "lo faccio per il suo bene", "non sa quanto sia conveniente per lui", ecc..., i genitori diventano direttori assoluti della vita dei loro figli. Questo stile educativo riduce l'iniziativa, la creatività e fa sì che il bambino reagisca in base alla paura verso i rimproveri, e inoltre crea una dipendenza eccessiva e un'insicurezza preoccupante.

Fondamentale rimane comunque il fatto che i figli siano molto sensibili alla coerenza dei loro educatori adulti, diversamente si sentono confusi: è l'esempio pratico, più delle parole, ad essere efficace nel trasmettere loro dei principi. Seguono infatti una logica molto semplice ma ferrea: se una regola c'è, ma viene disattesa proprio dalle persone che amano di più e che tante parole spendono per insegnare loro a stare al mondo, è molto più semplice porsi nella posizione di rinfacciare loro, piuttosto che di impegnarsi per obbedire. È fondamentale che i genitori trovino dei compromessi tra i temperamenti necessariamente diversi di ciascuno dei due. Un buon risultato non dipende semplicemente dall'essere rigidi o permissivi (sopra indicato tra gli stili di base educativi), ma dalla possibilità di applicare un determinato **stile educativo** in maniera **coerente** e con una

convinzione profonda. Anche quando necessariamente gli stili educativi dei genitori divergono (meglio se di poco!), è importante che il figlio sappia che tutti ne sono consapevoli: si può andare dal papà se per un certo argomento è più malleabile, ma deve essere chiaro che la mamma lo sa,

che in qualche modo lo accetta, che non viene fatto “alle sue spalle”. Questo atteggiamento ha anche delle importanti ricadute sulla possibilità per il figlio di sentirsi rassicurato sulla **solidità della coppia genitoriale**, questione centrale che lo rafforza anche su altre questioni: il senso di sicurezza, l’equilibrio affettivo ed emotivo, la capacità di modulare i propri sentimenti. Sempre per questa ragione, è importante che il figlio non sia messo nella condizione di pensare che i permessi o i divieti siano la conseguenza dello stato d’animo o dell’umore dei genitori, ma deve sentire che sono delle normative stabili, alle quali ubbidiscono anche loro. A monte di queste strategie educative, i genitori devono essere innanzitutto in grado di partecipare attivamente alla vita del figlio ed ascoltarlo in maniera interessata e profonda: questo rappresenta il presupposto fondamentale perché acquisisca una necessaria **fiducia di base** innanzitutto nei genitori (da cui è nei primi anni molto dipendente), e quindi in seguito in se stesso.

Va tuttavia rilevato che la capacità educativa della famiglia, ma anche degli altri luoghi formativi tradizionali (scuola e parrocchia), è oggi molto indebolita e ogni giorno perde terreno di fronte a seduzioni tipo: consumismo esasperato, videogiochi (anche violenti), uso incontrollato del web e, non ultimo, quello dei telefonini, che consentono usi ben diversi rispetto alla conversazione. Alcuni infatti hanno paura di provocare traumi al proprio figlio anche per questioni futili quali mandarli a scuola senza il cellulare.

Certamente compito di un genitore è garantire al figlio un sostegno emotivo e materiale, garantire un’esistenza priva di disagi, ma può essere interpretato come “causa di disagio” il fatto di non poter comprare al figlio lo stesso zaino che porterà in classe l’intero gruppo dei compagni? E’ educativo per un figlio sentir dire dai propri genitori: “devo dare a mio figlio tutto ciò che non ho avuto io”? Non si arriva così a causare maggiori disagi più tardi, quando crescendo e aumentando i bisogni dell’individuo, il ragazzo si rende conto che nella vita poi non tutto arriva servito su un piatto d’argento? Se un bambino non ha mai sperimentato una “crisi” che il “no” del genitore può causare, se non ha mai imparato che nella vita spesso si debbono fare delle rinunce, seppur banali, come riuscirà, una volta cresciuto, a districarsi nella nostra società, quando potrà contare unicamente sulle proprie forze, senza poter fare affidamento sull’aiuto costante dei genitori? Siamo davvero così sicuri che una volta cresciuti i nostri figli ci ringrazieranno per averli assecondati in tutto, per averli forse anche viziati un po’?

Il compito della figura genitoriale è anche quello di insegnare ai figli a gestire la “ crisi”, considerando che ogni crisi promuove essa stessa la messa in atto di quei meccanismi di esplorazione interiore del sé e dell’ambiente tutt’intorno, che consentono di vincere la frustrazione.

Il disagio che una determinata situazione crea durante la primissima infanzia (l’allontanamento temporaneo di un genitore, il mancato soddisfacimento immediato di un desiderio) permette il rafforzamento dell’io, attraverso la ricerca in se stessi e nell’ambiente esterno di una fonte di appagamento, la scoperta delle proprie capacità e limiti.

E se quanto sostenuto finora è vero durante l’infanzia, diventa legge negli anni **adolescenzi**.

A questa età è “fisiologico” lo scontro con la figura adulta, sia esso il genitore che l’insegnante.

Vengono a cadere tutte gli ideali che il figlio si era fatto sul genitore, che a sua volta non è visto più come l’essere perfetto che era fino a poco tempo prima.

In questa fase, l’adolescente può non condividere nulla di ciò che il genitore gli suggerisce, contrastandolo in tutto e per tutto, è avverso a regole di ogni tipo; eppure è in tale avversità che dimora, paradossalmente, la ricerca della stessa regola, di una legge.

Nell’età che va dai 14 ai 18 anni si sogna di vivere liberi da qualsiasi imposizione, e fa male la consapevolezza di dover comunque sottostare alla figura adulta per ovvie ragioni, ma inconsciamente, nella parte più profonda di sé, l’adolescente sa di aver bisogno delle regole, di un freno da parte dell’adulto e lo pretende.

In realtà, è più che altro il bisogno di rifugiarsi da qualcuno nei momenti di difficoltà, è il bisogno di protezione, che il ragazzo avverte nei genitori solo quando questi si mostrano poco permissivi, perché è così che egli percepisce l’attenzione rivolta nei suoi confronti e che non è solo al mondo, con le sue paure dettate dal corpo che cambia, dalla continua ricerca di se stesso, dal raggiungimento dei suoi sogni.

Ecco perché un “no” possiede una forte valenza educativa e può aiutare a crescere.

Con questo non si vuole incoraggiare nessun autoritarismo: non perdiamo mai di vista il concetto che le battaglie con i nostri figli in genere non si vincono con l’autorevolezza, bensì ragionando con loro, attraverso il confronto e lo scambio delle diverse opinioni, per far sì che il proprio figlio comprenda il punto di vista di chi gli vuole bene e, per esperienza, vuole mettere dei paletti nella libertà dei più inesperti, anche attraverso un “no”.

Che fare? Non ci sono indicazioni precostituite né consigli o risposte da dare ad un problema così complesso e personale come quello dell’autorità e delle regole da dare e da fare rispettare. Ogni genitore può trovare una soluzione personale in base al come è, alle proprie caratteristiche, a ciò in cui crede, alla propria storia, ai propri principi e ai propri valori, alle caratteristiche di ciascun figlio e della storia del proprio rapporto con quel determinato figlio.

Di fronte a un figlio che cresce, è fondamentale che i genitori cooperino per conquistare una visione comune dei problemi, convinti che l'unione fa la forza e che solo "ricreando una mente comune" si offre al figlio la percezione di avere di fronte a sé due genitori sicuri delle proprie convinzioni e posizioni educative, solidi al punto tale da poter essere considerati porto sicuro in cui rifugiarsi, quando la vita sembra troppo complessa e difficile per essere affrontata senza aiuto.

Sintonizzarsi con un figlio non significa solamente sentire ed accogliere le sue richieste, ma anche sentire il suo profondo bisogno di confini. E' dunque proprio certo: i "no" fanno davvero crescere. Una sana disciplina non è un sogno del passato, ma il modo migliore di amare, aiutando bambini / ragazzi a crescere sereni, solidi e affettuosi, ottimizzando la loro capacità di realizzarsi nella vita. Il punto fondamentale è trasmettere ai figli un sistema di valori.

Qualche regola di base per l'educazione dei propri figli

Dare regole coerenti: aiuta a fare in modo che il figlio abbia fiducia in noi e che quindi presti attenzione quando gli si dice qualcosa.

Ad esempio, se al figlio gli si vieta di giocare spesso con i videogames, e vede il padre ogni sera al bar stare molto tempo a giocare con il videopoker o altro, come potrà credere che quello che gli si dice abbia un senso? *Se lo fa anche papà...*

Ricordiamo che per il figlio, il genitore è un modello.

Quindi per fare altri esempi, è importante essere prima di tutto noi ordinati se vogliamo che il figlio sia ordinato, sinceri se vogliamo che sia sincero, ecc...

Non fare promesse che non si è in grado di mantenere.

Per lo stesso motivo (non perdere fiducia e fare in modo che il figlio creda in noi), è importante non fare promesse che non si è in grado di mantenere.

La volta successiva il figlio non ci crederà più.

Saper ascoltare: aiuta a comprendere i bisogni del figlio per potergli dare ciò di cui ha bisogno realmente (e non quello che noi crediamo che lui abbia bisogno).

Non usare violenza: oltre a non aiutare ad instaurare buone relazioni affettive, usare violenza con i figli non crea altro che frustrazione, aumentando la probabilità di far divenire il figlio timoroso,

insicuro o violento a sua volta.

Oltretutto non è utile ad una buona educazione.

Se il bambino fa qualcosa che non dovrebbe fare, gli si può spiegare il perché, magari con un esempio, al limite lo si riprende verbalmente ed in maniera ferma, (ma non troppo spesso, altrimenti non ci ascolterà più).

Dare affetto.

Dare affetto, coccole, attenzioni ai propri figli, soprattutto quando sono bambini, è importante ed utile ad instaurare una buona relazione affettiva.

Non ordinare ma "guidare": è buona norma non imporre i valori le regole con termini tipo: *devi fare questo...devi fare quello* ma guidare il figlio con esempi: *sai che facendo questo succede che...*

Non rinfacciare mai le sue debolezze, oltre che essere sminuente ed abbassargli l'autostima, non aiuta certo a farlo divenire coraggioso.

Bibliografia selettiva

- J.TSIANTIS, S.B.BOETHIOUS, B.HALLERFORS, A.HORNE, L.TISCHLER “ *Il lavoro con i genitori*”- Borla, 2002
- GIOVANNI CAPPELLO “ L’adulto svelato. Gli adolescenti guardano gli adulti” – Franco Angeli, 2004
- GIOVANNA RANCHETTI “ Il genitore nascosto” – Franco Angeli, 2005
- PHILIPPE JEAMMET “ *Adulti senza riserva*” – Raffaello Cortina Editore, 2009
- K.K.NOVICK, J.NOVICK “ *Il lavoro con i genitori*” – Franco Angeli, 2009
- MATTEO LANCINI “ *Sempre in contatto. Relazioni virtuali in adolescenza*” – Franco Angeli, 2009