

Ansie ed aspettative verso i figli: successo ad ogni costo

Dott.ssa Mariangela Pippa

San Donà di Piave, 26 febbraio 2011

"Genitori si diventa: incontri di formazione"

ANSIE ED ASPETTATIVE VERSO I FIGLI: SUCCESSO AD OGNI COSTO

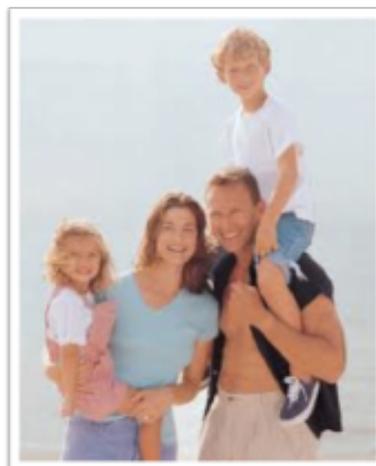
Dott.ssa Mariangela Pippa

San Donà di Piave, 26 febbraio 2011



"Sii il meglio di qualsiasi cosa tu sia"

Se non puoi esser pino in cima alla collina,
sii pruno nella valle, ma sii sempre il più
bel cespuglietto accanto al ruscello;
se non puoi esser albero sii cespuglio.
Se non puoi esser cespuglio, sii dell'erba
e abbellisci come puoi la strada maestra;
se non puoi esser muschio, sii alga,
ma l'alga più graziosa del laghetto,
se non puoi essere un luccio,
allora sii solo un pesce persico:
ma il persico più vivace del lago!
Non possiamo far tutti il comandante,
altrimenti la ciurma chi la fa?
C'è qualcosa da fare per tutti.
Ci sono lavori grossi e altri meno
e ciascuno deve scegliersi il più adatto.
Se non puoi esser strada, sii sentiero,
se non puoi esser sole, sii una stella;
vincere o perdere
non ha a che vedere con la grandezza
ma bisogna essere al meglio quello che si è.



*Douglas Malloch *1877-1938

ANSIE ED ASPETTATIVE

Siamo genitori in ansia continua.
I nostri figli non sono come li vorremmo?
...e allora ci disperiamo?

Oppure sono figli abbastanza buoniallora perché siamo insoddisfatti e tesi ugualmente?

La piramide dei bisogni di Maslow



La missione che ognuno di noi deve cercare di compiere è realizzare il proprio essere.

La meta a cui dobbiamo tendere è quella più coerente con i nostri valori e il nostro carattere.

Questo è il vero successo nella vita.

È sbagliato pensare che il successo personale sia il raggiungimento di posizioni sociali caratterizzate da potere, soldi o popolarità.

Il successo personale deve essere collegato invece alla realizzazione di ciò che siamo e si ottiene solo quando riusciamo ad esprimere al meglio le nostre potenzialità individuali.

Qualche esempio



Altri esempi



CONSIDERIAMO I NOSTRI FIGLI COME ENTITÀ SEPARATE DA NOI?



Forse perché non riusciamo a considerare i nostri figli come entità separate da noi e sulle quali non possiamo riversare le nostre aspettative di realizzazione ne farne dei doppiotti migliori di noi stessi. L'ambivalenza è sempre in agguato: i nostri figli ci somigliano, ma non necessariamente nelle parti buone e nello stesso tempo sono diversi sia nel codice genetico che nelle influenze culturali .

Quando inizia la proiezione?



Perché non ci rassegniamo all'evidenza e non impostiamo un buon rapporto con loro per quello che sono e per quello che possono dare a noi genitori?

È paradossale ma vero...

i genitori meglio riusciti da questo punto di vista sono i padri e le madri di bambini riconosciuti come problematici o portatori di handicap: con difficoltà imparano ad accettare i loro figli per quello che sono e a trarre il meglio da loro perché i limiti dei loro figli sono riconosciuti ufficialmente e loro li devono accettare e adoperarsi per diminuire i danni.



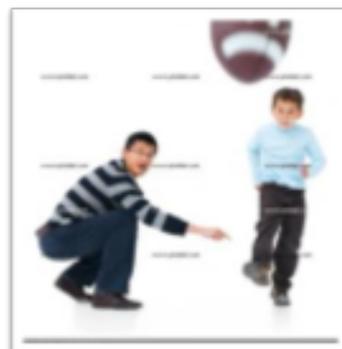
I nostri figli belli e intelligenti ci sembrano meritare un successo privato e sociale superiore.

PERCHÉ?

Cosiderazioni sociologiche:

"In un paese dove si fanno sempre meno figli, quei pochi diventano preziosi"

Dall'unico figlio ci si aspetta tutto. Gli si dà tutto, ma gli si chiede anche tutto.



E non devono essere solamente bravi a scuola, ma devono suonare la chitarra o il pianoforte, parlare le lingue... e giocare bene a calcio!



Secondo l'ultimo Rapporto Nazionale sull'Infanzia, il 20% dei bambini italiani tra i 7 e gli 11 anni dice di non avere un solo istante di tempo libero nella loro giornata.

Ecco il fenomeno dei genitori "ultrà"

I genitori non riescono ad essere neutrali.

Portano il loro figlio a fare sport e non riescono a stare al loro posto.

Se l'allenatore non fa giocare il proprio bambino nel tal ruolo, piantano delle grane alla società, condizionano con i loro atteggiamenti la crescita sociale del bambino



"Impariamo ad accettare i limiti dei nostri bambini. Essi non sono nati per soddisfare il nostro orgoglio o per compensare le nostre frustrazioni"

Un manifesto che campeggia sulle tribune di 400 piscine d'Italia. Un'idea della Federazione Italiana Nuoto, per cercare di "educare" questa massa di adulti .



Per chi allena?

Ecco il pensiero di Ezio Vendrame, calciatore fuori dalle righe negli anni '70, oggi allenatore di settore giovanile in Veneto. Quello che dice deve far riflettere:

"Siamo tutti vittime di genitori convinti di aver creato tanti Maradona. Per loro, l'unica cosa che conta è vincere. Così fai fatica a spiegare ai ragazzi che perdere una partita non è la fine del mondo, che non si può star male per questo."



Il modello educativo?

É cambiato il modello educativo: il piccolo selvaggio da domare, è stato soppiantato dal piccolo genio che nasce buono e dotato e va solo aiutato ad avere successo da genitori che diventano i sindacalisti del figlio.



Il dolore della ricerca della perfezione



Questa ricerca della perfezione non è indolore. Cresce il disagio per i figli che non riescono a sopportare tante pressioni: difficoltà nel sonno, problemi con il cibo e di apprendimento. Emergono anche nuovi disturbi. Come la deglutizione atipica che ha subito un boom: dall'1 al 35% dei casi. Sono i bambini che tengono il ciuccio o il dito in bocca fino a 5-6- anni con l'effetto di modificare il palato. E ci sono anche quelli che non riescono a fare a meno del biberon fino a 9 anni.

Stimoli e risposte



“C'è una grande enfasi sulla prestazione.

A due anni usano il telecomando, a tre giocano con il computer, alla scuola materna hanno già il telefonino a tasto unico per chiamare la mamma.

Ma a nove anni dormono ancora nel lettone con i genitori.

Reagiscono, insomma, rallentando o arrestando lo sviluppo su altri piani”.

E se c'è la sconfitta?

La paura dello scacco, del fallimento è l'altra faccia del superfiglio. Analizza il neuropsichiatra infantile Gabriel Levi:
"Oggi convivono due modelli. I genitori, da un lato, vogliono il figlio super riuscito. Dall'altro, non vogliono che soffra. È come se gli dicessero contemporaneamente: vinci tutte le battaglie, ma non ti frustrare".



Da adolescenti

"Una grande tipologia dei tossicodipendenti - segnala Guglielmo Masci, direttore dell'Agencia per le tossicodipendenze del Comune di Roma - è quella dei traumatici: erano bravissimi, super, capaci di tutto e, alla prima mazzata, crollano.

E per reggere l'immagine grandiosa di sé ricorrono alle sostanze. La cocaina, prima di tutto".



Il ritiro dal mondo

Qualcuno, più semplicemente, si ritira in casa, nel suo bozzolo, rinunciando alle sfide. Sono sempre di più i casi di adolescenti che a 14-15 anni si ritirano dal mondo.

Il vero dramma del superfiglio è così di crescere. E per i genitori di lasciarlo andare e farlo anche fallire.



I risultati

Così, nell'ansia di tirar su un bambino perfetto, i genitori si torturano nella preoccupazione di non esserne capaci.

E finiscono con l'essere insoddisfatti di sé e scontenti del figlio.

Aiutooo! Cosa fare?

É giusto dare loro molte opportunità e stimolarli a impegnarsi e ad avere ambizioni personali, ma senza attendersi la ricompensa che il nostro ego e i nostri sforzi ci fanno sembrare adeguata.

Consideriamoli creature imperfette, anzi PERFETTIBILI, limitate, ma potenzialmente meravigliose per il solo fatto che sono vive, hanno davanti a sé il tempo per costruirsi una vita fruttuosa e hanno noi che li ameremo sempre e cercheremo di aiutarli nelle difficoltà. Dobbiamo essere consapevoli che il nostro chiedere tanto può portarli a raggiungere alte vette ma spesso non senza pagare uno scotto.

I figli che non...

- fanno sport → lo sport fa bene ma non pressiamoli;
- vanno bene a scuola → seguiamoli e diamo loro gli strumenti ma senza ossessionarli;
- sono belli e tonici → ognuno ha la sua bellezza, apprezziamola al di là delle convenzioni;
- raggiungono gli obiettivi → ognuno ha i suoi tempi, lasciamoli fare e aiutiamoli con discrezione;
- frequentano la bella gente → è importante che frequentino persone positive, non superficiali;
- mangiano quello che noi vorremmo → forniamo cibi sani e buon esempio, poi lasciamoli fare.

I figli che non...

- hanno tanti amici e preferiscono stare da soli → aiutiamoli ad aprirsi agli altri ma rispettiamo le loro scelte;
- hanno successo con esponenti dell'altro sesso → non dovrebbe essere un problema di prestazione, educiamoli a livello affettivo;
- si sposano → stimoliamoli ad essere indipendenti ma affettivi, poi si vedrà;
- fanno carriera → non tutti hanno le caratteristiche (non tutte positive) per lo scopo ,basta che siano contenti di sé;
- parlano e si confidano con noi → lo faranno solo se saremo comprensivi e disponibili;
- sono ammirati dagli altri genitori → che è poi la madre di tutti i nostri obbiettivi inconsci, ma conteniamoci...

Vorremmo cancellarne il "non" per essere genitori realizzati e felici, ma è probabile che l'ansia non cesserebbe; perché?

- e se non durasse per sempre?
- e se i figli dei nostri parenti e amici faranno di più?
- e se ...

Come non è facile essere genitori senza le comode regole del passato, nel nostro caotico mondo contemporaneo **non è neppure facile essere figli.**

I ragazzi percepiscono la nostra ansia e ne sono spaventati ed infastiditi.

Spaventati perché?

Ci sentono insicuri e non capaci di dar loro sostegno.

Infastiditi perché?

Perché giudicano i nostri interventi come intrusioni nella loro privacy e segnali di mancanza di fiducia verso di loro.

- I nostri figli sono sottoposti a mille sollecitazioni, hanno giustamente paura di non raggiungere quel **successo** che pensano la famiglia si aspetti da loro. E spesso hanno ragione, le aspettative dei genitori sono molto elevate.
- Padri e madri si aspettano che i figli li gratifichino con una visibilità ed un successo che diventano una misura del loro stesso successo, soprattutto se la vita ha riservato loro delle frustrazioni dolorose. Oppure, se sono persone realizzate, disprezzano i figli che non riescono a collocarsi al loro livello.

Aiutiamoli ad accettare se stessi

- Non è facile per i ragazzi raggiungere una discreta serenità ed accettare se stessi. Noi genitori potremmo aiutarli facendo sentire loro il nostro **amore incondizionato** che deve stimolarli senza sottoporli a tensioni distruttive.
- E allenarli anche all'insuccesso, alla frustrazione, al non riconoscimento da parte degli altri.



I fallimenti ..che paura!

- I giovani devono avere la lucidità di porsi obiettivi elevati ma non improbabili, la determinazione per raggiungerli e la capacità di incassare le delusioni senza soccombere e sentirsi dei falliti.
- Il fallimento è una condizione indesiderabile, ma possibile e dovrebbe essere gestita in modo da non distruggere l'individuo e non fargli sentire il mondo come popolato da nemici e da ingiustizie.

I fallimenti ..che paura!

- I genitori possono fare molto per indurre nei figli la forza di affrontare i fallimenti in modo costruttivo. Devono lavorare su questo aspetto da subito, ma soprattutto prima dell'adolescenza, che espone i ragazzi a mille turbative e potenziali insuccessi.
- I genitori possono lavorare per trasmettere l'incondizionabilità del loro amore...

L'amore incondizionato

Ti amo perché sei tu,
mi piaci e sei sempre
nei miei pensieri.
Non è importante quanto
diventerai ricco, famoso,
visibile, importante e stimato, per me sarai
sempre la persona più cara e adorabile
qualunque cosa tu farai.
L'importante è che tu ti possa creare le
condizioni per sentirti bene nella tua pelle,
sereno e abbastanza contento di te....



La felicità è il successo dei bambini

La felicità ha come base l'autostima e
quando la tua autostima è salda i tuoi
obiettivi sono chiari, ben definiti e sono
quelli che veramente ti interessano e non
ti fai distrarre dagli "obiettivi" che vanno
di moda in quel momento
e dai facili risultati.

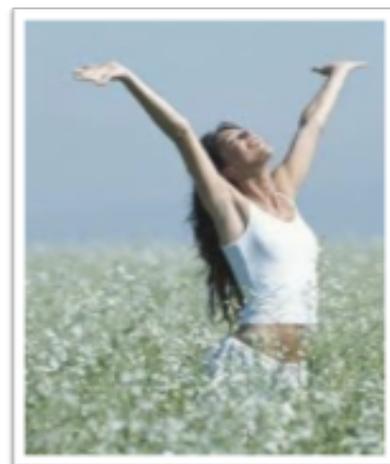
Siamo noi ad insegnare ad aver fiducia!

Felicità significa fiducia negli altri, ed avere fiducia negli altri significa poter condividere interessi ed obiettivi e strategie e di conseguenza significa poter cooperare per raggiungere obiettivi comuni, condividendo e valorizzando capacità e competenze così da progettare la soluzione più efficiente ed efficace.



Saper gestire le emozioni

La felicità ti consente di non farti travolgere dalle emozioni e saper attendere il momento giusto per raggiungere il vero obiettivo, e così goderti il successo raggiunto.



Guardiamoci dentro

- Ti è mai capitato di adottare dei comportamenti anche per scelte molto più importanti seguendo l'onda di emozioni come la paura di ricevere un giudizio negativo, il dolore per quella che ritenevi un'ingiustizia, la rabbia nata dall'ansia di non farcela?
- Il risultato che hai ottenuto in quelle situazioni è stato proprio quello che desideravi? È stato veramente un successo? Sei ancora felice di quel successo?

Un altro poeta ...e questa è sintesi!

- *Non dimenticare mai che l'amore che provo per te è come il vento: non potrai mai vederlo, ma potrai sempre sentirlo... ovunque sarai.*
- *La sola battaglia che non puoi vincere è quella che non vuoi combattere.*

Sergio Bambarén,

da Lettera a mio figlio sulla felicità