

Sgridare bene fa bene

Mio figlio di cinque anni è molto intelligente, vivace, intraprendente. Alla scuola materna è un leader. Sa fare moltissime cose. Ne sarei orgoglioso, se non succedessero degli episodi insopportabili. Riesce a ottenere quello che vuole o con le buone o con l'astuzia o con le cattive. A volte fa il prepotente, non solo con gli amici, ma anche in casa con noi e coi nonni. Allora lo sgrido, perché non voglio che diventi un "bullo". L'anno prossimo andrà alle elementari. Gli dico sempre che finirà male, che non lo sopporto, che non troverà mai una fidanzata, se continua così. Gliel'ho detto mille volte che così perderà tutti gli amici. Non può pretendere che gli altri facciano sempre quello che vuole lui. Però quando lo sgrido va a finire sempre che mi fa uscire dai gangheri: prima protesta e poi, quando gli mostro che così non va bene, si mette a guardarmi come un idiota, come se di colpo non capisse più niente. A volte mi è scappato di gridargli "stupido" e "imbecille" e che non serve a niente dirgli le cose. Allora si mette a piangere e gridare in modo esagerato. Sembra disperato e non si riesce più a dirgli niente. Mia moglie dice che io lo spavento, ma quando si comporta male devo sgridarlo, non posso far finta di niente. Sembra che lui non lo sopporti e ogni volta succede una tragedia. Come devo fare?

Quando i nostri figli ci fanno arrabbiare, è difficile ricordarci che la nostra principale funzione nei loro confronti è – sempre e in ogni caso – quella educativa, che consiste nel facilitare che essi, progressivamente, si attrezzino per arrivare pian piano a essere in grado di affrontare adeguatamente la loro vita di giovani prima e di adulti poi.

Non è facile, quindi, essere bravi e "competenti" anche quando sgridiamo i nostri figli, perché quasi sempre in quei momenti siamo emotivamente alterati.

Si tratta però sempre di momenti delicati. Dovremmo imparare a gestirli bene.

Come?

È naturale che, sul momento, succeda sempre che ci comportiamo come ci viene: un po' arrabbiati, un po' amorevoli, un po' consapevoli dei nostri scopi educativi, un po' esasperati, magari con tanta voglia di sfogarci... Per questo conviene arrivare al momento del rimprovero (e della rabbia che lo accompagna) "preparati" da atteggiamenti di fondo maturati nella nostra mente in altri tempi e in altri luoghi. Tali atteggiamenti di fondo, una volta strutturati, finiscono per appartenerci, così che ci possono sostenere anche quando ci verrebbe da attivarci quasi soltanto sull'onda dell'irritazione o della rabbia.

Ci sono due modi fondamentali con i quali ci si rivolge ai figli quando li si sgrida: l'uno quasi sempre controproducente; l'altro spesso più efficace.

Il primo è il rimprovero squalificante, che usa il disprezzo come risorsa "correttiva" e vuole suscitare umiliazione e vergogna.

Questo modo deriva spesso da una nostra esasperazione e trasmette sempre messaggi di nostra delusione e di svalutazione e sfiducia nelle possibilità di autocorrezione del figlio. Di fatto, anche al di là delle intenzioni consapevoli, tende a produrre nel figlio sgridato una erosione o addirittura un crollo dell'autostima.

Certe volte, quando ci capita di avere strapazzato in questo modo i nostri figli, ci verrebbe da giustificarsi con l'idea che così la nostra disapprovazione e il nostro messaggio correttivo risultano chiari e inequivocabili.

Già ricevere l'osservazione che il proprio comportamento non solo non è adeguato, ma è anche censurabile comporta un'umiliazione. Non è il caso di accentuarla ulteriormente con gesti e parole.

Certamente il disprezzo è una risorsa nell'immediato: è come una frustata, che richiama prontamente all'ordine. Però, per sua natura, tende ad avere come effetto permanente lo sgretolamento dell'autostima, senza la quale diventa poi impossibile impegnarsi in modo efficace e nutrire la speranza di buone realizzazioni di sé. È questo il motivo per cui il disprezzo, di fatto, sabotava le possibilità di autocorrezione, che dovrebbero essere lo scopo del rimprovero.

Il secondo è il rimprovero incoraggiante, che, pur essendo ben fermo e ben chiaro nel sancire che il comportamento in questione non va bene, cerca di indicare che cosa bisogna invece fare (o non fare) e come. Questo modo, anche quando è severo, trasmette fiducia nelle possibilità di autocorrezione del figlio.

Di fronte alla squalificazione, l'interlocutore si trova "costretto" a difendersi, per cui non prende neppure in considerazione le indicazioni che gli vengono date. Di fronte a un apprezzamento, anche se veicolato assieme a una critica, l'interlocutore tende invece ad ascoltare le indicazioni che gli vengono rivolte e a considerarle fattivamente. Oltre tutto, questo secondo modo contiene indicazioni praticabili sul come fare, mentre il primo modo segnala l'inutilità delle indicazioni fornite: anche sul piano della pura e semplice comunicazione, in un modo si aprono delle possibilità praticabili e nell'altro modo si sancisce che non

esistono né potranno mai esistere possibilità praticabili per ben operare. È chiaro che un modo è utile, e che l'altro non solo è dannoso (perché comporta umiliazione), ma è anche inutile (perché non insegna né indica nulla). Punizione e rimprovero non sono uno scopo: sono e devono essere soltanto un mezzo.

Gli scopi educativi di un rimprovero, essenzialmente, sono:

- favorire che il bambino capisca con chiarezza che uno specifico comportamento da lui adottato non va bene;
- favorire che capisca perché quel comportamento non va bene;
- favorire che, in situazioni analoghe, impari a inibire quel comportamento e ad attivare altri comportamenti più adeguati;
- favorire che capisca perché quegli altri comportamenti sono più adeguati e vanno bene.

Tutto questo al fine di facilitare che – progressivamente, nel tempo – impari a comportarsi bene.

Il papà che mi ha scritto è giustamente orgoglioso del bambino, ma i suoi difetti lo deludono. È per questa delusione che spesso gli viene da rimproverarlo in modo squalificante. Lo sguardo “da imbecille” del figlio e la sua disperazione sono segni dell'improvviso crollo della sua autostima.

Non bisogna mai umiliare un bambino, per nessun motivo. Se il papà, progressivamente, imparerà a sgridare il bambino in modo incoraggiante, rapidamente tutto funzionerà bene. C'è da scommetterci.

Paolo Roccato, UPPA N. 6 novembre-dicembre - 2009