

Nessia Laniado

Mio figlio
mi fa disperare!

red!

Perché questo libro

Scontri, discussioni, ripicche...

• Ci ha fatto impazzire fin dal primo giorno. Tutti gli altri neonati dormivano come angioletti nella nursery dell'ospedale e solo lui gridava a squarciagola.

• Arrivato a casa, non dormiva perché “deve abituarsi al nuovo ambiente”, poi come scusa ci sono state le coliche, i dentini, la paura del distacco, il trauma dell'asilo... Lo stesso succede con il cibo. I broccoli hanno un cattivo odore, il purè è troppo molle, la carota tritata ha dentro i pezzettini, la minestra è sempre o troppo calda o troppo fredda. Perfino i vestiti non vanno mai bene: la felpa piz-zica, il colore non piace, il maglione fa sudare...

• Tutto è eccessivo, compreso il modo di rifiutare. Non è mai di-staccato. Sembra sempre che sia una questione di vita o di morte: grida, si butta per terra, urla e piange. Si ribella, non dorme, non mangia, si mette nei pasticci, è irruente, impaziente, risponde male, morde, picchia i compagni, interrompe, parla sempre, di-strugge tutto, non sta mai fermo, non si concentra, è disordinato, pasticciatore, esigente... Insomma, il suo sport preferito sembra es-sere quello di rendere la vita impossibile agli altri.

«Non mi dà mai retta! Se non mi arrabbio non mi ascolta... Così non posso andare avanti!». Non sono frasi pronunciate in un momento di scoramento, ma la conclusione di un bilancio sui rapporti tra noi e il nostro piccolo contestatore. Gli scontri e le discussioni si susseguono senza sosta, con ripicche, punizioni, musì e battibecchi. Il bambino “si comporta male”, ma la nostra

reazione non serve a disinnescare il conflitto. Alle sue provocazioni seguono i castighi, che non ottengono alcun risultato, anzi: più si sente respinto, maggiore è la sua ansia per ottenere la conferma del nostro affetto. Diventa appiccicoso, non vuole staccarsi da noi nemmeno per un attimo, e le sue richieste si fanno sempre più esasperanti.

Abbiamo la sensazione che, osservandoci, tutti ci giudichino pessimi genitori di un bambino insopportabile. Ai giardini pubblici ci schivano, al supermercato e nei ristoranti ci guardano, per strada si fermano a osservare i nostri inutili tentativi per porre termine alle teatrali scenate del bambino.

E alla fine della giornata, privi di forze, vogliamo solo dire basta. Intrappolati in uno schema di “botta e risposta” che noi per primi riteniamo sbagliato, andiamo a dormire pieni di risentimenti e sensi di colpa.

Un esempio significativo di una situazione di questo tipo ci viene dal racconto di Nicoletta, mamma di una bambina di 2 anni e mezzo.

Una storia di ordinaria esasperazione

Quel giorno, me lo ricorderò per tutta la vita. Fin dal mattino c'era stato un viavai continuo di fattorini, fioristi, garzoni, che portavano fiori, biglietti di auguri, vassoi di pasticcini, elaborate composizioni di gastronomia... «Mamma, che cos'è?» domandava Mirella, la mia piccola di 2 anni e mezzo, saltando eccitata ogni volta che il campanello suonava. Strappava la carta dei pacchi, ficcava la testa all'interno delle confezioni. «Non toccare,» le dicevo, «sono cose fragili». «Non è per te!» aggiungeva la tata, dandole ogni volta uno strattone che provocava una sirena di piante. Accorreva la nonna, che cercava di sequestrare la piccola nella sua stanza facendola giocare, ma appena il campanello suonava di nuovo lei tornava sul campo di battaglia: «Cos'è? Cos'è?...». Stessi divieti, stesse urla.

Alle 19, tutto era pronto in sala per il ricevimento in onore del corpo diplomatico dell'Egitto con cui mio marito era riuscito a stabilire i contatti necessari per l'esportazione in quel Paese di una serie di macchinari per l'irrigazione. L'affare della sua vita.

Mirella, che aveva saltato il pisolino del pomeriggio, barcollava da un divano all'altro. Ma non cedeva. «Voglio la festa», continuava a ripetere con ostinazione.

«Non c'è nessuna festa, è ora di andare a nanna,» cercavo di spiegarle e, per essere più convincente, alla fine aggiunsi: «Anch'io vengo a dormire con te».

Arrivate nella cameretta, contrariamente al solito, Mirella si lasciò mettere il pigiama e si coricò sul lettino senza alcuna resistenza. Quando mi sembrò addormentata, cercai di scivolare di soppiatto fuori dalla stanza, sicura di farla franca. Ma, appena toccai la maniglia della porta, scattò il pianto dell'emergenza.

Gli ospiti erano già arrivati e, nel silenzio imbarazzato delle prime presentazioni, l'urlo disperato della piccola fece sorgere dubbi sulla salute mentale della famiglia.

Mio marito, furibondo, accorse per tacitare la bimba. Sulla porta della stanza, iniziammo una serie di scambi di accuse a voce più alta, e Mirella ne approfittò per raddoppiare il volume dei suoi pianti.



• L'ambasciatore scambiò un commento sarcastico con il primo
• consigliere.

• Per calmare la bambina mi sfilai l'abito da sera e mi sdraiai ac-
• canto a lei, facendo finta di dormire. Un attimo di quiete asso-
• luta, Poi Mirella riaprì gli occhi: «Mamma, mettili il pigiama...»
• borbottò assonnata.

• «Perché fai così...» implorai. Ma la piccola, tornata vispa come
• non mai, si aggrappò a me, e iniziò a scalciare, alternando grida
• lancinanti a scoppi di pianto.

• Voleva a tutti i costi che io, come promesso, andassi a dormire
• con lei, ovviamente in pigiama, e senza trucco.

• In sala, tutti si resero conto del dramma familiare. Sotto lo sguar-
• do attento di Mirella, dovetti rassegnarmi a levare gli orecchini,
• svestirmi e spazzolarmi i capelli: una seduta dal parrucchiere più
• caro della città era andata sprecata.

• «Un improvviso malore...» ripeteva mio marito per scusarsi della
• mia assenza con gli invitati, che lo guardavano con un sorrisetto
• compiacente.

• Ma che cosa ho fatto per meritarmi una bambina così? Vivace,
• terribile, incontentabile...

«Dove abbiamo sbagliato?»

Preoccupati, depressi, ansiosi per il futuro, ci sentiamo sempre più isolati, incompresi. Nonostante i rancori nei confronti del nostro piccolo, siamo convinti di essere gli unici a capirlo e, contro tutti, lo difendiamo.

In molti casi l'altro genitore, che per tutta la giornata è fuori casa, non riesce a fornire alcun sostegno. Non si rende conto della situazione, e si limita ad associarsi al coro di critiche: «Lo vizi», «Non hai polso», «Reagisci in modo isterico».

La nascita del bambino, che avrebbe dovuto rafforzare il legame, rischia di offrire l'occasione per una rottura definitiva.

Esauriti, ci interroghiamo: «Dove abbiamo sbagliato?». «Come

mai con il primo bambino non abbiamo avuto alcun problema, e con questo la vita è un inferno?».».

Un aiuto concreto

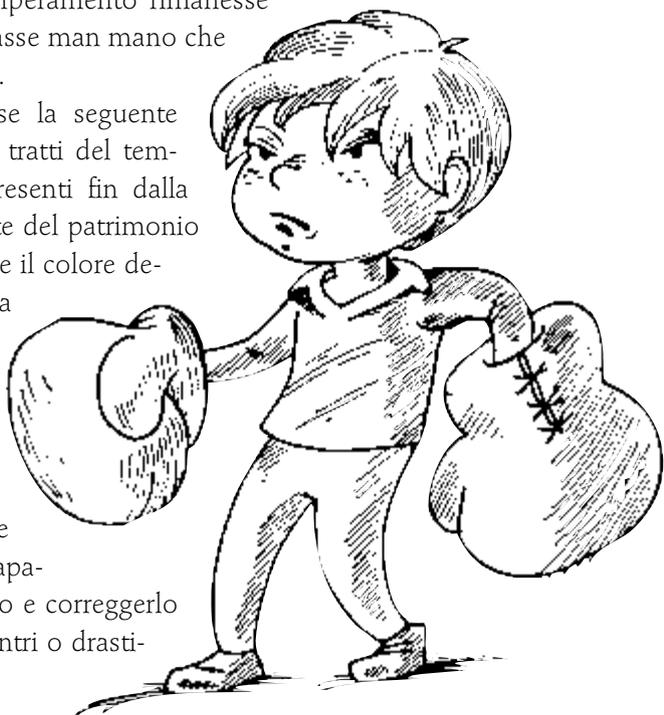
Questo libro racconta le storie di genitori che hanno vissuto lo stesso problema, presenta i consigli degli esperti e i risultati delle ricerche scientifiche più aggiornate, e offre una guida semplice e chiara:

- per riconoscere ciò che si nasconde dietro le ostinazioni, gli scatti d'ira, le richieste "assurde" dei nostri bambini;
- per prevenire le situazioni difficili;
- per mettere in atto strategie diverse che interrompano lo schema di provocazione e punizione;
- per reagire con calma e fermezza, limitando i conflitti;
- per far emergere e per valorizzare le doti di bambini considerati impossibili.

Temperamento o ambiente?

Nel 1956 tre studiosi americani dell'Università di New York iniziarono una ricerca che durò per oltre 18 anni. Scelsero 133 bambini di 3 anni e li seguirono, anno dopo anno, fino a che raggiunsero l'età adulta. Per ogni bambino, gli studiosi compilarono una scheda che conteneva una lista di caratteristiche cui veniva assegnato un punteggio. Lo scopo dello studio era verificare come il temperamento rimanesse stabile o si modificasse man mano che i piccoli crescevano.

Dalla ricerca emerse la seguente conclusione: alcuni tratti del temperamento sono presenti fin dalla nascita e fanno parte del patrimonio ereditario, così come il colore degli occhi o la forma del naso. Possono però essere accentuati o resi più sfumati in base all'ambiente in cui il piccolo cresce, e anche alla nostra capacità di comprenderlo e correggerlo senza arrivare a scontri o drastiche rotture.



- Il 10-15% dei piccoli presi in considerazione possedeva tutte le caratteristiche che rendono un bambino difficile da gestire, arrivando al punto da essere soprannominato con termini più o meno scherzosi come “ammazza baby-sitter”, “stendi-genitori”, “tornado”, “uragano”...
- Gli studiosi rilevarono inoltre che la maggior parte dei bambini aveva almeno due o tre caratteristiche considerate “difficili”.

Caratteristica	Bambino tranquillo	Bambino vivace
1. Vivacità	È attivo, ma tranquillo.	È irrequieto.
2. Controllo di sé	Ha un buon controllo di sé. È paziente.	È impulsivo.
3. Concentrazione	Sa prestare attenzione. Si applica con continuità allo svolgimento di un compito.	Si distrae facilmente. Ma a volte per ottenere qualcosa è molto ostinato.
4. Regolarità	Dorme e mangia a orari regolari.	I suoi ritmi sono irregolari.
5. Adattabilità	Si apre facilmente con persone sconosciute. Si adatta con facilità alle nuove situazioni.	È diffidente e non ama le novità. Rifiuta i cambiamenti.
6. Sensibilità	Riesce con facilità a sopportare gli inconvenienti.	Reagisce a rumori, luce, odori. È molto sensibile al dolore. Si infastidisce facilmente.
7. Comportamento	È tranquillo e non ha bisogno di attenzioni continue.	È rumoroso, esuberante, energico. Esprime i suoi sentimenti in modo drammatico.

Test: quali di queste caratteristiche ritroviamo nel nostro bambino?

Nella tabella a fronte sono riassunte le sette principali caratteristiche che, secondo lo studio americano, contribuiscono a rendere un bambino più o meno difficile da gestire. Vediamo più nel dettaglio questi tratti.

1. È sempre in agitazione

Quella di essere sempre in movimento è una caratteristica piuttosto comune per un maschietto (lo è meno per le bambine). A scuola non riesce a stare seduto più di qualche minuto. A casa si arrampica sui mobili, si tuffa dall'armadio al letto, corre con la bicicletta in corridoio stritolando qualsiasi cosa trovi sulla sua "pista". Nei lunghi viaggi in macchina è insofferente, vuole fermarsi continuamente. Se è tenuto ingabbiato nell'abitacolo dell'automobile per un periodo troppo lungo, sfoga la sua frustrazione disturbando gli altri passeggeri.

2. Agisce d'impulso, senza pensare

Prova ad aprire la scatola dei giochi, e se non riesce gli viene una crisi di nervi. Vuole tutto e subito, non considera le conseguenze delle sue azioni. In poche parole, è impulsivo, interrompe in continuazione, risponde ancor prima di aver sentito la domanda, e i compiti in classe sono pieni di cancellature e correzioni.

3. Non riesce a concentrarsi ma è testardo

Passa da un gioco all'altro, prova tutto e si stanca subito. Dà l'impressione di non essere capace di ascoltare. Lo si chiama e non risponde, gli si danno delle istruzioni e alla fine della spiega-

Indice

- 7 **Perché questo libro**
- 7 Scontri, discussioni, ripicche...
- 13 **Temperamento o ambiente?**
- 15 Test: quali di queste caratteristiche ritroviamo
 nel nostro bambino?
- 17 Già a pochi mesi sa ottenere ciò che vuole
- 19 Tre storie esemplari
- 22 “Difficili”, ma assolutamente normali
- 24 **E se fosse iperattivo?**
- 24 Che cosa dicono...
- 27 E se invece fosse l’ambiente a essere “iperpassivo”?
- 28 Servono i farmaci?
- 30 **Come prenderli per il verso giusto**
- 30 Ricorrere a parole e rimproveri “soffici”
- 32 Rimuovere i risentimenti
- 35 Riconoscere i falsi miti
- 38 Provare a mettersi nei suoi panni
- 40 Offrire uno sguardo d’amore senza condizioni
- 41 **I suoi (e i nostri) “no”**
- 41 La prima, vera parola
- 42 E quando non riusciamo a opporci?
- 46 Il ricatto affettivo
- 47 Un esempio concreto
- 50 Sette segreti per non farsi ricattare
- 55 Come imparare a dire di no

57	La strategia dell'attenzione
59	Una volta detto "no", non cedere
64	Se vuole fare "di testa sua"
67	I momenti difficili
67	La buonanotte, il risveglio, il bagno, il distacco, le sfide...
68	«Io a letto non ci vado!»
74	«Ancora cinque minuti...»
75	«Non voglio vestirmi!»
76	«Non mi va di fare il bagno!»
77	«Mamma, stai sempre qui...»
81	«Faccio quello che mi pare!»
82	Domande e risposte che non funzionano
84	Dalla parte dei genitori
84	Come tenere elevata la riserva di energie
88	Quando lo scontro è inevitabile
89	Ma perché si arrabbia per così poco?
91	Quattro principi per non interrompere il dialogo
96	Sgridare un bambino senza farlo dubitare del nostro amore
97	La "sgridata di un minuto"
100	Perché funziona sempre
102	L'arte di farsi rispettare dai bambini
105	Punizioni, castighi, conseguenze e premi
106	Come presentare un incentivo
108	A cosa servono le lodi
110	Il rimprovero in positivo
111	Conseguenze, anziché punizioni
114	E quando prendiamo un provvedimento...
116	Le maniere forti sono efficaci?
121	Le regole per punire senza ferire
125	Bibliografia