

URLARE NON SERVE A NULLA

Alzi la mano chi, con i figli, non ha mai perso le staffe. Capita. Ma non deve diventare un'abitudine, spiega Daniele Novara nel suo ultimo libro

di SILVIA CALVI scritte a scavi@mondadori.it

Un tempo bastava un'occhiata per mettere i bambini sull'attenti. «Per fortuna non è più così. Ma, come mi confermano le coppie che vengono in consulenza, si è passati all'eccesso opposto. Tanto che una delle emergenze educative di oggi è proprio la difficoltà a farsi ascoltare dai figli» commenta Daniele Novara, pedagogista, presidente del Centro psicopedagogico di Piacenza (www.cppp.it) e autore del libro *Urlare non serve a nulla* (Burr). Secondo una tendenza sempre più diffusa, se i ragazzi non ascoltano è normale alzare la voce. «Sbagliato. In educazione, l'aggressività verbale non paga. Né sul momento, né dopo» spiega Daniele Novara. «Secondo una ricerca condotta nelle Università di Pittsburgh e del Michigan urlare ha delle ripercussioni sulla psiche dei bambini tali che, nell'adolescenza, compaiono i primi sintomi di depressione. Succede perché le urla mettono la mente del bambino in uno stato di allerta: sta subendo una pressione mortificante che, via via, interferisce con autostima e autonomia». Con l'aiuto dell'esperto abbiamo allora identificato quattro stili educativi moderni. E i due ingredienti per cambiare finalmente rotta.

Il genitore superemotivo

«È quello che ha talmente paura di ferire il figlio da aver fatto della morbidezza il suo stile dominante: gli parla sempre

dolcemente, spesso con un linguaggio infantilizzato, gioca molto con lui, è superpaziente e ricorre spesso alle domande: "che ne dici di mettere il pigiamino?", "cosa vuoi mangiare stasera?", "sei pronto per alzarti stamattina?"» spiega Daniele Novara. «In questo modo, però, consegna al figlio il potere di decidere su tutto e di comandare gli adulti. E i tempi per vestirsi, andare a scuola o a nanna, si dilatano all'infinito». Finché, sempre sull'onda emotiva, il genitore crolla e comincia ad alzare la voce. Con questa modalità, del resto, è normale che finisca per urlare almeno una volta al giorno.



«Con il suo comportamento, chi ha l'abitudine di urlare insegna ai figli che ha ragione chi strilla di più. E, prima o poi, i ragazzi cominceranno ad alzare la voce contro gli adulti», spiega Daniele Novara.

Il genitore primo della classe

Ha letto tutti gli ultimi manuali di ispirazione pedagogica, è iscritto ad almeno due social network di genitori, non si perde una conferenza sui problemi dei preadolescenti. «Apparentemente è il miglior educatore del mondo, nei fatti è una sciagura» spiega Daniele Novara. «Perché è il classico adulto convinto che educare i figli voglia dire soprattutto una cosa: parlargli. Spiegare con fiumi di parole il perché di una regola, di un fenomeno atmosferico, dell'arrivo del fratellino. O, perfino, della sua vita sentimentale di padre (o madre) separato. In genere è una modalità tipica di chi ha avuto genitori molto chiusi. Così, per reazione, con i propri bambini diventa verbosissimo. Invece andrebbe tenuta a mente una regola d'oro: più si parla, meno il bambino capisce. Alla fine di un lungo discorso è confuso, si è già dimenticato quale regola dovrebbe rispettare e quindi non lo farà». E il genitore? Perde la pazienza («Con tutto il tempo che mi hai fatto perdere per spiegarti come ci si comporta...») e si mette a urlare.

Il genitore autoleisionista

È quello poco paziente e poco organizzato per natura. «Che, proprio per questi motivi, facilmente finisce per alzare la voce, urlare comandi o, quando è stanco o nervoso, fare commenti umilianti, che mortificano e rendono insicuro il bambino. «Sei sempre il solito!», «Anche oggi mi hai fatto arrabbiare» è inutile che te lo diciamo, tanto non capisci niente» spiega Daniele Novara. «Questo genitore, però, in genere, dopo la tempesta, si pente. E commette un altro errore: cerca di correre ai ripari con frasi come: «So di sbagliare con te, ma non so davvero fare diversamente». In questo modo però, manda in frantumi il suo ruolo e la sua autorevolezza. In breve tempo, il bambino non si fiderà più degli adulti di casa.

Il genitore recidivo

È il classico genitore che si lamenta: «Per farmi ascoltare gli devo ripetere le cose dieci volte!». Ed è proprio così. «Per forza: i bambini sono consuetudinari. Se la mamma, a causa della sua ansia, ha l'abitudine di ripetere per dieci volte che è ora di spegnere la tivù, prima di staccarsi dai cartoni animati aspetteranno di sentirli arrivare alla decima» spiega l'esperto. Peccato che, a quel punto, sia facile per il genitore sbottare e alzare la voce.

Ecco come cambiare stile

«Educare vuol dire soprattutto due cose: buone regole (semplici e adeguate all'età) e organizzazione» esordisce Daniele Novara.

«Con questi ingredienti, è molto difficile che capiti di urlare. Perché sono quelle che permettono di educare i figli senza tiranneggiarli né essere tiranneggiati da loro». Se i paletti sono chiari richiedono pochissime parole: «La sera si va a dormire alle nove perché il giorno dopo si va scuola». Da sole però non bastano: e qui entra in gioco l'organizzazione. Spegnerla la tivù o sospendere giochi di movimento mezz'ora prima della nanna, apparecchiare insieme la tavola per la colazione del giorno dopo, per esempio, sono gesti che, se ripetuti, creano una routine. Cioè un'abitudine rassicurante, nella quale non c'è molto spazio per i capricci.

VOSTRI CONTRIBUTI SU
GIORNIMODERNI.
DONNAMODERNA.COM

I COMMENTI AL POST
GIORNIMODERNI.
DONNAMODERNA.COM/AFFETTI/
FIGLI-EDUCAZIONE-DEPRESSIONE

Angela
«Da quando nostro figlio ha iniziato la primaria, io tutti gli anni comincio a urlare dal 15 settembre, esattamente con l'inizio della scuola... I miei pomeriggi sono da incubo, i miei fine settimana idem, con l'intento di seguirlo nei compiti (così trascurò tantissime cose da fare in casa). E alla fine? Io perdo la voce, mio figlio rimane impassibile come sempre, mio marito si innervosisce. Insomma, mi ritrovo esausta senza neppure la soddisfazione dei vuoti voti!»

Chiara
«Mia mamma mi rimprovera perché con i miei tre bambini alzo spesso la voce. È vero, ci sono giornate molto faticose e io perdo facilmente la pazienza. Voglio cambiare, so che così non va bene, ma mi fa ridere che sia lei a scandalizzarsi: con me e mio fratello urlava tanto che una volta la vicina ha suonato alla porta per capire cosa stava succedendo. Stava per chiamare i carabinieri!»

Paolo
«A me succede nel fine settimana: faccio un lavoro molto faticoso e avrei bisogno di recuperare ore di sonno, ma da quando c'è il bambino non si riesce più a dormire fino a tardi. Così la stanchezza accumulata mi rende nervoso. E al primo capriccio del piccolo perdo subito la pazienza. Poi mi pento ma ormai lui ha paura dei miei strilli.»