

Educare oggi

Saper dire no ai figli per aiutarli a diventare autonomi



PREMESSA

Saper dire 'No' è oggi una competenza indispensabile, ma non semplice da praticare in quanto non è data a priori ma implica la capacità di una gestione corretta dei conflitti e delle divergenze.

Dire 'No' significa, infatti, quasi sempre dire "conflitto" e tante volte nella vita quotidiana, e in particolare in ambito educativo, abbiamo evitato un No necessario e legittimo per non dover affrontare il conflitto che ne deriva? Il tema del 'No' è quindi particolarmente interessante perché la capacità di sostenere il "divieto", e quindi di saper dire No ai figli, è una competenza imprescindibile per poter educare.

SAPERE DIRE "NO" AI FIGLI

Sotto l'aspetto educativo, negli ultimi decenni si è passati dal non riconoscere ai bambini alcun diritto (i *Diritti dell'infanzia* sono una conquista recente) al considerarli come soggetti da accontentare, da assecondare e da agevolare, togliendo possibilmente qualsiasi ostacolo sul loro cammino. Ciò ha determinato nei genitori un'evidente difficoltà ad esercitare la fermezza, ovvero la capacità di dire 'No'.

Ma perché è così importante *saper dire No* ai figli? Perché sono proprio i No, e quindi i limiti e le regole, gli elementi che aiutano a crescere e a diventare autonomi.

I bambini hanno bisogno di un adulto in grado di contenerli e di dare loro dei limiti quando non ce la fanno da soli, e quindi che dia loro "sicurezza". Spesso invece l'adulto non riesce a svolgere questa funzione o perché teme che il suo divieto possa avere conseguenze sulla serenità del bambino o perché teme di venire giudicato troppo severo o, infine, perché teme che il suo No possa creare dei conflitti con il figlio; ed è proprio il timore del conflitto a spingere spesso il genitore ad accon-

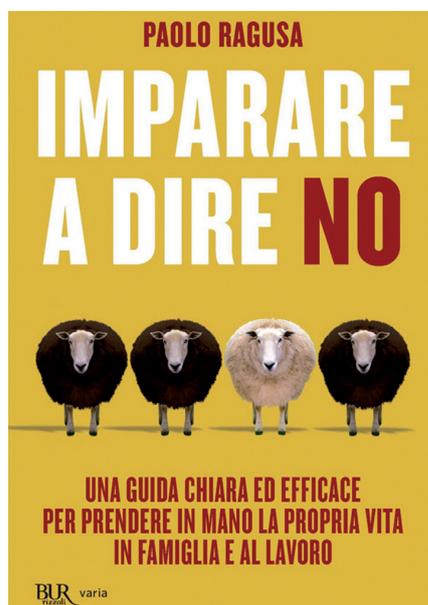
tentare le sue richieste anche quando non lo ritiene necessario. Va tuttavia ribadito che il compito dei genitori oggi è reso particolarmente arduo da una società che favorisce la tendenza a voler ottenere "tutto ciò che piace" e che alimenta l'illusione che "tutto è possibile", ostacolando realmente la capacità di pronunciare il No da parte di chi ha la responsabilità di educare.

Una responsabilità che tuttavia va assunta perché "imporre" dei divieti, quando occorre, fa parte del ruolo genitoriale e dell'esperienza di ogni educatore. Se, infatti, il bambino durante la crescita viene lasciato in balia di se stesso e dei suoi desideri e non incontra mai un ostacolo da parte dell'adulto, è portato a credere di poter fare tutto ciò che desidera, è quindi compito del genitore arginare questa idea e trasmettere al figlio il principio incontestabile che nella vita ci sono limiti da rispettare e rinunce da accettare.

Per fare un esempio: saper dire 'No' all'ultimo modello di cellulare o all'ennesimo oggetto tecnologico appena uscito sul mercato, pone il figlio di fronte ad un'esperienza di limitazione molto positiva perché frena, appunto, la tendenza a credere che "Si può avere tutto ciò che piace" e fa diminuire la richiesta continua di oggetti non indispensabili e spesso non educativi. Oppure dire 'No' all'acquisto "immediato" di un giocattolo e rimandarlo, eventualmente, ad un evento ben preciso come il compleanno o il Natale, educa il bambino all'attesa, all'aspettare e quindi a saper sopportare quelle piccole frustrazioni che sono evolutive e creano le basi della vita sociale.

La capacità di dire No, è dunque essenziale in educazione, tuttavia non è innata, al contrario, è una competenza che nasce gradualmente dalla consapevolezza di avere una responsabilità educativa nei confronti dei figli. Il genitore "consapevole" del suo ruolo sa, infatti, accettare la fatica del conflitto, della coerenza e della fermezza e sa prendere decisioni anche emotivamente difficili ("Ti dico di No anche se mi costa") perché ha compreso che quel No viene detto per il bene del figlio.

Ricordiamo, infine, che l'altro elemento imprescindibile dell'educare è la coesione nel sostenere il divieto, perché anche la migliore decisione rischia di essere vanificata se non viene condivisa dalla coppia educativa.



UN TESTO PER APPROFONDIRE

Paolo Ragusa

IMPARARE A DIRE NO, una guida chiara ed efficace per prendere in mano la propria vita in famiglia e al lavoro
BUR Milano 2013

DALLA DIPENDENZA ALL'AUTONOMIA

Il bambino crescendo compie un percorso che va da uno stato di dipendenza verso gradi sempre più ampi di autonomia, ma questa conquista, che è da considerare una *pietra miliare* del processo di crescita, si realizza solo se egli trova da parte degli adulti, attenzione e risposta ai suoi bisogni. Ricordiamo che il bisogno fondamentale del bambino è quello di ricevere *protezione*, il che significa *limiti e contenimento*, nel senso che se dico al bambino: “Questo non lo puoi fare”, io lo proteggo, e sotto questo aspetto potremmo anche dire che la parola ‘No’ è un po’ magica per l’importante funzione a cui assolve.

Se tutto procede bene, questa protezione dell’adulto si trasformerà poi in “*auto-protezione*” perchè quei ‘No’, quelle regole, quegli argini ripetutamente sperimentati, verranno interiorizzati dal bambino facendo nascere in lui la coscienza del limite e facendolo uscire, a poco a poco, dalla dipendenza dall’adulto. In altri termini, grazie all’intervento e alla guida dell’adulto, il bambino diventa gradualmente capace di darsi limiti e protezione da solo e, dunque, di essere “*autonomo*”.

Va infine evidenziato un elemento che attiva spesso l’ansia del genitore al momento di porre un divieto: il timore di sbagliare. È un timore comprensibile, tuttavia pensare che esista il genitore ideale che non sbaglia mai o un metodo per ‘non sbagliare’ è una convinzione ingenua oltre che non realistica né auspi-

cabile, in quanto l’errore è un’occasione di apprendimento e quindi non va temuto, se mai va utilizzato per comprenderne l’origine e la causa. È bene quindi imparare a non sentirsi in colpa per un “*No detto al figlio*” o per un “*No sbagliato*” e ricordare, invece, che ogni decisione educativa va presa in collaborazione con l’altro genitore.

CONCLUSIONI

Il presente articolo ha cercato di evidenziare come l’adulto, utilizzando il ‘No’ quando occorre, può aiutare un bambino a passare dalla dipendenza all’autonomia e come l’educazione sia necessariamente costituita anche da “*conflitti e contrasti*”. Per concludere, mi sembra interessante riportare un’affermazione del pedagogista del CPP Paolo Ragusa: “*Il No che viene usato con finalità educative... è il No che ci permette di imparare a stare al mondo... perché sono i limiti ciò che ci consente di vivere insieme*”.

Un’affermazione che contiene in sé gli obiettivi fondamentali dell’educazione, ovvero la capacità di affrontare la vita con le proprie forze e di saper vivere insieme agli altri.

Marisa Silvestri
Consulente pedagogica
marisa.silvestri@libero.it

