

# Il bambino perfetto non esiste

La crescita prevede errori, cadute e ripensamenti che stimolano nuovi punti di vista necessari allo sviluppo. Ecco sei modi per aiutare i bambini a crescere

DI VALENTINA TOMASELLI, PSICOTERAPEUTA DELL'ETÀ EVOLUTIVA

**S** spesso i genitori esprimono preoccupazione per alcuni comportamenti sbagliati del figlio o per condotte a rischio, si lamentano perché il bambino risponde male, il ragazzo non studia o si chiude nella sua cameretta a giocare ai videogames per tutto il giorno. A volte, invece, ci sono bambini e ragazzi perfetti di cui non si sente mai parlare perché non fanno mai parlare di sé.

Sono quei giovani che vanno benissimo a scuola, eccellono nelle discipline sportive e se iniziano

nuove attività le portano avanti con impegno estremo e aspirando sempre al massimo. Sono descritti come educati, attenti, precisi, rispettosi degli impegni e degli altri.

Non fanno mai uno sbaglio, non protestano, si adeguano a qualsiasi proposta e soddisfano tutte le richieste. Ma quanto può durare questo ideale? E cosa succede se questo bambino o ragazzo perfetto prima o poi fallisce?

Nel momento in cui mi confronto con queste "famiglie di figli perfetti" i genitori arrivano

in consulenza con una grande paura: quel ragazzo o quella ragazza, sempre bravi in tutto, sono improvvisamente cambiati. Ci sono figli che iniziano ad attivare comportamenti sregolati e sembra che provino in tutti i modi a essere ripresi, puniti e sgridati, come per dimostrare che anche loro possono essere "cattivi". Proprio loro che fino ad allora avevano sempre avuto un atteggiamento mite e calmo (la frase famosa delle mamme è quella del: «lui è buonissimo. Dove lo metti sta»). Bambini sempre diligenti nei compiti iniziano a manifestare svogliatezza e scarso interesse. In altri casi il "bambino perfetto" può tendere a ritirarsi dalle relazioni con gli altri bambini e sviluppare vissuti di tristezza e apatia, o attivare comportamenti infantili caratteristici di un'età minore (ad esempio vuole stare sempre con la mamma, o vuole aiuto e conferme per le diverse attività della giornata).



Oppure può iniziare a cercare modi per evitare qualsiasi situazione di valutazione, sia a scuola sia con i coetanei (lamentare malesseri per non andare a scuola, non voler fare più sport e non andare alle feste dei compagni).

#### CONCEDERE SPAZI, TEMPO E LIBERTÀ

Se il genitore vive lo sconforto misto a delusione per quello che a volte percepisce come un fallimento del figlio, anche il bambino da parte sua soffre l'angoscia e il senso di colpa per non sentirsi più all'altezza. L'ansia da prestazione che a breve termine garantisce brillanti risultati è la stessa che con il passare degli anni può determinare blocchi emotivi del futuro adolescente, che per paura di sbagliare può scegliere di non rischiare e di conseguenza rimanere bloccato di fronte alle scelte e i rischi che la crescita gli presenta.

**L'ansia da prestazione, che a breve termine garantisce brillanti risultati, è la stessa che con il passare degli anni può determinare blocchi emotivi del futuro adolescente.**

Il bambino, infatti, trova attraente poter rispondere positivamente alle aspettative dei genitori, anche perché questo di solito è il modo più facile per essere visto e riconosciuto. Ma oggi le aspettative di madri e padri sono sempre più alte e non sempre adeguate all'età del figlio. Secondo l'Istat circa il 20% dei bambini non ha tempo libero durante la settimana. Oltre alla scuola e ai compiti per casa il bambino deve fare sport, imparare uno strumento musicale, fare

teatro, studiare le lingue straniere. In questo modo però, al bambino rimangono ben poco tempo e spazio per essere sé stesso. L'unica cosa importante sembra imparare cose nuove e vincere. Non è raro, infine, che a questa richiesta di successo dal lato cognitivo e della performance faccia da contraltare un'indifferenza per lo sviluppo della competenza emotiva. La perfezione è statica, ferma, bloccata. L'evoluzione, invece, prevede sbagli, cadute, ripensamenti che aiutano a sviluppare nuovi punti di vista e nuove possibilità di sviluppo. Ecco allora sei modi per aiutare i vostri bambini a crescere:

**1** Non anticipare i bisogni dei figli e non dare subito la soluzione ai loro problemi. Permettere ai bambini di vivere piccole frustrazioni e di cercare soluzioni personali alle difficoltà, non sempre uguali a quelle che adatteremmo noi, è un modo per renderli più consapevoli della loro capacità e autonomie, senza limitarsi a condotte imitative e accondiscendenti verso i genitori.

**2** Premiare l'impegno e non solo il risultato: se il bambino ha ripetuto la poesia per tutto il pomeriggio e il giorno dopo a scuola prende un voto appena sufficiente non è utile dirgli che poteva prendere un voto più alto. Meglio comprendere come mai l'ansia non lo aiuti a esprimersi.

**3** Mantenere coerenza nelle richieste, che devono essere adeguate all'età del bambino. In altri termini, per esempio, non posso chiedere al bambino di imparare due lingue straniere e poi imbroccarlo mentre mangia.

**4** Riassettare le dinamiche familiari dando più spazio a situazioni di condivisione emotiva in assenza di giudizio e valutazione. Ad esempio, giocare senza che nel gioco ci sia finalità di vincita o perdita, o risultati finali da raggiungere.

**5** Sviluppo emotivo e cognitivo vanno di pari passo e seguono ritmi variabili. Non imporre al bambino troppe attività strutturate e lasciargli del tempo libero lo aiuterà a sviluppare maggiormente i suoi interessi e a scaricare lo stress.

**6** Bisogna fare i conti con il fatto che non esistono figli perfetti, e non esistono neppure genitori perfetti. Riguardare i propri limiti e le proprie imperfezioni senza proiettare sul figlio ideali personali che non si sono raggiunti in passato è un buon inizio per dare al bambino la libertà di potersi esprimere al meglio, e farlo sentire amato e riconosciuto nei suoi pregi e difetti. ■

Illustrazione tratta da *Il mio pianeta* di Emmanuelle Houdart, Logos Edizioni 2017

In seguito a un conflitto scoppiato nella sua galassia, un bambino arrivato qualche tempo fa da molto lontano è stato costretto a fuggire precipitosamente e a effettuare un atterraggio d'emergenza sul nostro pianeta, dove è stato accolto da una coppia di mostri, i Terrestri. Adattatosi rapidamente alla nuova situazione,

