

## **Essere in grado anche quando è difficile dire no**

E' difficile per i genitori dare un significato positivo al concetto di "limite" da tenere ed insegnare ai propri figli. Lo intendono molto spesso come divieto, punizione; certe volte attorno ad esso sviluppano ammonizioni e prediche.

Entrare in relazione educativa è difficile in generale ma nell'essere genitore il tutto si amplifica, ancora di più supportato dal senso di inadeguatezza, di colpa per carenze di varia natura, di sfiducia nelle proprie possibilità e capacità.

Tanti sono gli scritti di autori anche di una certa eccellenza per sviluppi teorici o per esperienza pratica. Spesso ci si rivolge ad essi sperando di poter delegare le proprie inquietudini educative e trovare le parole d'ordine essenziali per avere direttive e placare le personali sensazioni di insicurezza o di incapacità.

In realtà la "ricetta" sta proprio nella personalità e nella esperienza del genitore che, imparando ad accettare se stesso nella completezza di sé, nelle imperfezioni come nei punti di forza, può stabilire limiti e riconoscerne la flessibilità, necessaria in alcuni momenti. Bisogna saper cogliere ed accettare quello che siamo. Bisogna utilizzare la propria esperienza di figli, confrontarsi con la personale storia familiare e di vita senza idealizzazione ("prima tutto era migliore") o rifiuto ("tu avrai una vita migliore della mia").

I bambini hanno bisogno di capire, hanno bisogno di chiarezza.

Le regole ed i limiti sono importanti in tal senso perché, delimitando, offrono protezione. I limiti non hanno però nulla a che fare con le urla e i rimproveri costanti, con l'abuso di potere. Implicano sicuramente chiarezza, decisione, fermezza e rispetto. Da parte dei genitori spesso c'è il timore che nel dire di "no" si possa rompere qualcosa con il proprio figlio, si possa perdere la sua benevolenza. Tutti quanti noi abbiamo il bisogno, o forse anche la pretesa, di essere amati e accettati da tutti, però la perfezione per i bambini è di difficile accettazione, li spinge ad intaccarla. Porre limiti aiuta il bambino a sperimentare indipendenza, autonomia, senso di appartenenza. Inizialmente aiutano il piccolo a sentire sicurezza, protezione, a riconoscersi anche attraverso quello steccato in cui stare, per poi cercare nuove direzioni. Difatti, succede spesso che il bambino provi ad oltrepassare quel confine per mettere alla prova se stesso, le proprie possibilità del momento.

I confini devono essere modificati seguendo il processo evolutivo del bambino.

Gino ha sette anni quando viene in terapia accompagnato da Livia e Marco, i suoi genitori ultra quarantenni. Gino negli ultimi due anni è diventato molto irrequieto, come dice il padre è arrivato ad essere "maleducato", sempre attaccato al lettore DVD a vedere cartoni animati e a giocare alla play station. A nulla valgono oramai le urla e le punizioni soprattutto della madre. I genitori attribuiscono questo cambiamento all'ingresso nelle scuole elementari e al contatto con un paio di bambini, figli di separati, che sembrano un po' "due animaletti".

Livia da un anno ha ripreso ad aiutare il proprio padre nell'azienda di famiglia. E' una decisione che ha vissuto con difficoltà perché non avrebbe voluto tornare a lavorare e soprattutto a lavorare con il padre. Marco l'ha spinta in questa decisione dicendole che tanto Gino sarebbe andato alle elementari facendo il tempo pieno, che a lei sarebbe servito tornare a tenersi impegnata, ricordandole anche che tornare ad avere un aiuto economico l'avrebbe un po' alleggerito dal peso di doversi fare carico di tutte le spese della famiglia.

Marco vorrebbe tanto cambiare lavoro ma ha sempre sentito la responsabilità della famiglia. Livia avrebbe voluto avere un altro figlio ma lui proprio non se l'è sentita. Livia poi è

sempre stata troppo attaccata a Gino, non riesce ad educarlo ad essere più disciplinato. Sperava tanto che il figlio, andando alle elementari, sarebbe diventato più "grande" e "coscienzioso" e invece Gino ha sempre più preso il sopravvento. Oramai entrambi si arrabbiano in continuazione con lui. Marco la sera è sempre più stanco, torna tardi e spera sempre di trovare un po' di calma, invece lo accolgono madre e figlio in continuo litigio. In alcuni momenti vorrebbe cancellare gli ultimi dieci anni, mai avrebbe immaginato che l'aver una famiglia sarebbe stato così difficile.

Livia da qualche mese ha iniziato a non tollerare più il modo di fare di Marco con il figlio. Passa dal concedergli tutto, dal comprargli un regalino quasi ogni sera chiedendogli in cambio di "essere bravo" sino alle urla e alle sculacciate quando puntualmente Gino disubbidisce. Ma cosa è successo? Perché Gino si comporta così male? Perché il bambino è sempre più triste e annoiato?

Gino inconsapevolmente ha acquisito un potere grande. I sensi di colpa dei genitori e soprattutto il senso di inadeguatezza che il figlio fa vivere loro, li porta a non avere dei punti fermi nella propria metodologia educativa. Non concordano come muoversi con il bambino, seguendo solo l'emotività del momento e il grado di sopportazione e di pazienza che sono di volta in volta in grado di sostenere.

Il lavoro terapeutico ha puntato innanzitutto sul ripristino di una corretta e sincera comunicazione di desideri ed emozioni da parte di Marco e Livia. Successivamente, avendo rinforzato la coppia genitoriale anche attraverso la rilettura degli aspetti individuali di entrambi, nell'ambito della famiglia si è cercato di ripristinare lentamente dei veri confini tra i genitori ed il figlio permettendo a Gino di vivere i suoi spazi e la sua età in maniera più confacente al suo ruolo e ai genitori di riprendersi il proprio spazio di adulti che possono anche dire di no di fronte ai tentativi del figlio di "sconfinare" senza sentirsi oppressi da lui e in colpa per la propria incapacità di contenere i suoi comportamenti arroganti.