

DALL'AUTORE BESTSELLER DI
LITIGARE FA BENE E PUNIRE NON SERVE A NULLA

DANIELE NOVARA

URLARE NON SERVE A NULLA

Gestire i conflitti con i figli per farsi
ascoltare e guidarli nella crescita



DANIELE NOVARA

URLARE NON SERVE A NULLA

Gestire i conflitti con i figli
per farsi ascoltare e guidarli nella crescita

BUR *varia*

Proprietà letteraria riservata
© 2014 RCS Libri S.p.A., Milano

ISBN 978-88-17-07692-0

Prima edizione BUR Varia settembre 2014

Realizzazione editoriale: studio pym / Milano
Progetto grafico: Patrik Dolo per studio pym

Seguici su:

Twitter: @BUR_Rizzoli www.bur.eu Facebook: BUR Rizzoli

Urlare non serve a nulla

A mia figlia e al suo piccolo bambino

INTRODUZIONE

Urlare non serve a nulla. Anzi: invece di correggere o limitare i comportamenti scorretti dei figli, li peggiora. Ad affermarlo è uno studio longitudinale pubblicato nel maggio 2014 su «Child Development», prestigiosa rivista americana di psicologia dell'età evolutiva: Ming-Te Wang, professore di psicologia e pedagogia dell'Università di Pittsburgh, e Sarah Kenny, ricercatrice di studi sociali presso l'Università del Michigan, hanno seguito per due anni un campione di quasi mille famiglie di diverso status economico e sociale, con figli adolescenti tra i 13 e i 14 anni, analizzando in step successivi con questionari, studi incrociati tra genitori e figli, test e report, la correlazione tra lo stile educativo genitoriale e i problemi di depressione e comportamento dei figli.¹

Lo studio ha dimostrato che questi atteggiamenti genitoriali inducono nei ragazzi preadolescenti stati depressivi e antisociali aggravando i loro comportamenti invece di migliorarli, come sarebbe stato nelle intenzioni dei padri e delle madri che li hanno adottati come stile relazionale. Non solo, la ricerca ha inoltre rivelato che l'affetto e il calore di mamme e papà non ne attenuano gli effetti negativi, sia che si tratti di dimostrazioni occasionali sia che dominino la quotidianità.

Le urla e le minacce punitive minano il senso di fiducia e contribuiscono a rafforzare comportamenti problematici.

Gli autori sottolineano che gli effetti di queste modalità relazionali verso i figli sono equiparabili alle conseguenze derivanti dalle punizioni fisiche.²

Urlare non è un'esclusiva del genitore violento, del caso limite, del padre o della madre aggressivi verso i figli.

Sempre più spesso è la conseguenza del suo opposto: del voler essere vicini ai figli, di capirli e correggerli adeguatamente, di un coinvolgimento emotivo che diventa confidenza eccessiva se non promiscuità. Il genitore che vuole essere morbido, accondiscendente e disponibile, finisce nella palude delle urla e delle sgridate. Quando il figlio non si comporta secondo le aspettative, ecco che allora nasce un conflitto che viene gestito quasi sempre con le urla. Diventa come automatico, neanche ce ne accorgiamo più. Ma questo stile educativo fa male ai figli e fa male ai genitori.

Una buona educazione lascia i segni per sempre, così come il suo contrario, purtroppo.

Quando la tensione con i figli cresce, diventa importante conoscere la mossa giusta piuttosto che lasciarsi andare alla collera, alle sgridate se non alle botte.

Questo libro, rivolto ai genitori e agli adulti tutti, offre un'alternativa e piacerebbe ai ricercatori di Pittsburgh e dell'Università del Michigan.

Da molti anni lavoro sulla gestione dei conflitti fra le persone e nei gruppi. Quelli fra genitori e figli li incontro tantissimo nelle consulenze pedagogiche e nelle serate della Scuola Genitori in tante città italiane.³

Elvira, 13 anni

Ho litigato con i miei genitori, ancora. Hanno sempre ragione loro, ovviamente, e io non devo fare niente, devo solo obbedirgli, questo è quello che dicono loro, ma il mio carattere è totalmente diverso per obbedire in continuazione e non rispondere a ciò che dicono. Dal litigio devo uscire con la testa alta; se mi picchiano non gli do la soddisfazione di piangere davanti a loro e devo ferirli a parole, visto che purtroppo non posso alzare le mani. Oggi abbiamo discusso perché passo più tempo a leggere libri che a studiare e fare compiti. Se li finisco in poco tempo è colpa mia? 'Sta cosa mi fa imbestialire. «Studi poco» dicono. E intanto prendo 6, 7 e a volte 8, quindi non vedo perché devono rompere così tanto! Non li sopporto! Finisco qui se no andrei avanti all'infinito.

Gustavo, 12 anni

Io litigo con i miei genitori perché a volte faccio qualcosa di sbagliato e loro mi sgridano e io ribatto, oppure quando esco ho il telefono silenzioso e quando mi chiamano non sento e loro si arrabbiano.

Queste testimonianze e tutte le altre che seguono mi spingono a due riflessioni.

La prima riguarda i figli.

Sulla base di tutto ciò che conosciamo dal punto di vista psicoevolutivo, non ha molto senso ragionare nei termini di comportamento giusto o comportamento sbagliato. In genere sono interpretazioni degli adulti che leggono con le loro categorie ciò che fanno i figli.

Uso qui un altro presupposto che penso più scientifico ed effica-