

## I "si" che aiutano a crescere

*La meta dell'educazione dev'essere la vita stessa.  
Insegnare la vita significa insegnare la conoscenza del sé.  
Il destino dell'umanità è nelle mani dell'educazione.*

Osho



Forse il titolo di questo articolo vi ricorda qualcosa, ma vi suona male.

E' certo che rimanda ad un famosissimo saggio "I no che aiutano a crescere", scritto dalla psicoterapeuta Asha Phillips, ma a differenza di quel testo, dove l'accento era puntato sul NO, in questo articolo vorrei riflettere sull'importanza del SI.

Partiamo dal NO e da quello che l'autrice ci dice: per poter crescere bene, un bambino ha bisogno di limiti. Dare delle regole, ragionate e improntate al rispetto, adatte alle varie età del bambino e ricordiamoci, coerenti con i nostri atteggiamenti e il nostro stile, offrono al piccolo un contenimento, una sicurezza, un argine dentro il quale poter stare al sicuro, sperimentare, vivere senza perdersi.

Anche se a volte dire NO può sembrare complicato, offrire un contenimento aiuta i nostri bambini ad essere più forti e consapevoli di sopportare le frustrazioni. Attenzione però: ci sono dei NO che impongono, che ordinano senza ascoltare, che schiacciano il punto di vista del bambino, che negano la sua personalità, che umiliano. Come genitori, abbiamo il dovere di riflettere sul nostro modo di relazionarci con i nostri figli e, se necessario, adattare il nostro punto di vista alle loro esigenze.

Facciamo un gioco: concediamoci una giornata piena da trascorrere con i nostri figli e segniamo su un foglio tutte le volte che diciamo NO/NON al nostro bambino e l'occasione o la circostanza che ha portato a questa nostra risposta.

*"No, non toccare!"*

*"Non devi fare così!"*

*"Non saltare!"*

*"Non fare rumore!"*

*"Stai fermo, non alzarti da quella sedia!"*

...

# SPAZIO Pedagogia

---

www.agamica.org

Quanto può essere lunga la nostra lista?

Studi basati sulle interazioni linguistiche tra genitori e figli, sottolineano che in una giornata, i rifiuti degli adulti, sono in genere più abbondanti dei consensi: qualche centinaio in media!

Riprendiamo in mano la lista e soffermiamoci ora sulle circostanze che ci hanno portato a dare un rifiuto: il nostro NO è davvero educativo in tutte queste situazioni? Quando avremmo potuto farne a meno?

Troppi NO creano quel "rumore di fondo" che impedisce al bambino di prestare attenzione ai veri NO, quelli educativi, quelli che lo aiutano e lo fanno crescere e che possono nutrire la sua indipendenza e rafforzare la sua personalità. Si crea così un circolo vizioso nel quale il genitore sperimenta la sua autorità e intransigenza e il bambino si impunta in un atteggiamento oppositivo ed ostinato: quanti più NO il bambino riceverà, tanti più ne darà. Il risultato sarà una mancanza di ascolto reciproco che porterà ad un allontanamento emotivo, ad una "disconnessione".

La psicologia dello sviluppo e la teoria dell'attaccamento ci insegnano che un attaccamento profondo e significativo rende i bambini più forti, indipendenti e sicuri di sé, crea relazioni di qualità, promuove una connessione emotiva forte, capace di sostenere e aiutare nelle varie fasi della crescita e dello sviluppo. Ecco che, se ci fermiamo un attimo di fronte all'automatismo del NO, possiamo anche noi imparare a svezzarci da esso e scoprire quanto un SI possa nutrire e arricchire.

Dire SI significa offrire possibilità e alternative, è l'occasione per stare insieme ed esserci, è l'opportunità di condividere emozioni, è imparare ad essere creativi: sì ti rispetto e ti ascolto, sì mi piaci come sei anche se a volte mi dà fastidio quello che fai, sì ti voglio bene, sì mi fido di te!

Proviamo a trasformare i NO inutili della nostra lista in SI positivi:

*"Sarebbe meglio evitare di toccare quel soprammobile perché..."*

*"Prova in questo modo..."*

*"Questo non è il luogo adatto per saltare, potremo farlo più tardi..."*

*"Giochiamo al gioco del silenzio..."*

*"Vedo che hai voglia di alzarti, potresti prendermi il sale?"*

...

Dire sì è ascoltare, è sentirsi amati e apprezzati, rispettati, essere profondamente connessi.

Come in tutte le cose, ciò che conta è il giusto equilibrio: la giusta dose di SI e NO non è una ricetta preconfezionata, ma è un processo che insieme, genitori e figli, possono percorrere, aiutandosi e rispettandosi a vicenda.

# SPAZIO Pedagogia

---

www.agamica.org

"La base del "no" è costituita dal "sì" [...]. Il mondo [dei bambini] si espande in rapporto alla quantità e qualità di nuove cose alle quali la madre dice "sì". In questo caso lo sviluppo del piccolo si fonda su ciò che la madre approva molto più che su ciò che proibisce. Il "sì" è lo sfondo su cui si inserisce il "no" [...] e costituisce una solida base per la vita del vostro piccolo nel mondo" (D. W., Winnicott, *Colloqui con i genitori*, p. 35-36).

## Alcune letture...

Isabelle Filliozat, *Le emozioni dei bambini*, Edizioni Piemme, Casale Monferrato, 2004.

Hilary Flower, *Crescerli con amore. L'avventura della disciplina dolce*, La Leche League, Brescia, 2008.

Asha Phillips, *I no che aiutano a crescere*, Feltrinelli, Milano, 1999.

Jan Hunt, *Genitori con il cuore*, Il Leone Verde, Torino, 2009.

D. W. Winnicott, *Colloqui con i genitori*, Raffaello Cortina Editore, Milano, 1993.

Dott.ssa Valentina Meggetto

*Pedagogista Clinico*