



*Ecco, è successo di nuovo ...
di Emy*

Ecco, è successo di nuovo ...: hai alzato le mani, hai urlato con tuo figlio, forse ti dispiace ma l'esempio che hai avuto nel passato e nella società ti viene in aiuto ... *"È così che si fa", "i bambini devono imparare!"*

,
"Me l'ha tirato proprio fuori dalle mani"

,
"Cosa vuoi che sia, succede, i bambini dimenticano in fretta"

,
"siamo tutti venuti su bene lo stesso anche se abbiamo ricevuto qualche botta ... rafforza il carattere"

Bene, sei *socialmente accettabile*: non hai fatto nulla di così grave.

Eppure ...

Eppure, qualcosa non mi torna, quando poi sento i racconti dell'infanzia di amici, sento dispiacere per questi episodi "che si dovrebbero dimenticare in fretta", ma si ricordano invece in

modo molto lucido.

Ci sarà un motivo.

A volte "ci si ride su"... come se non fossero loro i protagonisti. È una risata un po' amara.

Ma ci ricordiamo invece, in quel momento, quali erano le sensazioni del bambino di allora? Eravamo davvero allegri? Forse, come capita spesso, eravamo talmente imbarazzati che ci veniva da ridere mentre il cuore era deluso, forse eravamo gonfi di indignazione per come ci sentivamo trattati, forse eravamo tristi, forse ci sentivamo forti e furbi e fondavamo la nostra relazione con l'adulto su queste piccole ricompense di attenzione, strano modo per ottenere affetto.

Ma non c'era davvero nulla da ridere, in quel momento. Era una cosa importante. Il bambino di allora non si sentiva rispettato.

Ora si sdrammatizza perchè altrimenti dovremmo ammettere che quelle persone che erano gli adulti di allora hanno semplicemente sbagliato, non hanno fatto gli adulti in quel momento, ma si sono messi sullo stesso piano nostro, incapaci come noi di tenere a bada e incanalare le emozioni, incapaci di capire le nostre sensazioni, incapaci di fare un passo oltre al loro naso. Ascoltare le emozioni e saperle gestire è una cosa che si impara con la crescita e le esperienze, ma se l'esempio che ci viene dato è incompleto, è difficile assimilarlo.

Perciò se ci capita anche a noi, è perchè nessuno ci ha insegnato a gestire queste emozioni. Così come era capitato agli adulti di allora che non hanno potuto imparare.

Ma le cose possono cambiare, a cominciare da noi stessi e dai nostri figli.

Non siamo più piccoli, possiamo accettare da adulti che altri adulti abbiano sbagliato, non dobbiamo più aver paura di perdere il loro affetto o vergognarci di loro.

Perciò la prima cosa da fare è scusarci.

Scusarci con la persona a cui vogliamo un mondo di bene, perchè il messaggio che deve passare è che ci dispiace di non averla rispettata, ci dispiace di aver dato un brutto esempio per risolvere il conflitto, ci dispiace perchè non è così che si merita di essere trattata.

Non è un chiedere perdono, e non ci si può aspettare un perdono.

Poi possiamo lasciarle il tempo che serve, è un suo diritto, come anche quello di poter piangere

e sentirsi abbracciata.

Se non ci viene, pensiamo a ciò di cui abbiamo bisogno quando ci sentiamo tristi e delusi, forse per nostro figlio è la stessa cosa.

Non cercate di sminuire, sdrammatizzare in modo esagerato, non prendete in giro, non arrabbiatevi... non serve a nostro figlio, anzi aumenta il suo dolore perchè non si sente compreso, stiamo solo reagendo al nostro imbarazzo, non ci è stato insegnato ad accogliere e accettare i sentimenti "difficili".

Ma possiamo imparare, guardando quello di cui nostro figlio ha bisogno, cercando di capire cosa smuove in noi quando ci fa arrabbiare. Possiamo imparare a capire quando dobbiamo fermarci per evitare di arrabbiarci, come trasformare l'ambiente e la situazione per non passare il limite.

Per fare questo bisogna accettare di essere "umani", di essere fallibili, di non fare sempre tutto giusto, che non siamo quella persona ideale che ci hanno richiesto di essere, ma che comunque è bello anche così, siamo unici ed irripetibili e abbiamo diritto di essere amati anche in tutte le tappe del nostro crescere.

Scritto da: [Emy](#)

http://it.wikipedia.org/wiki/Giornata_internazionale_per_i_diritti_dell'Infanzia_e_dell'Adolescenza