

E NOI?

## CARI GENITORI, NON DITEMI SEMPRE CHE SONO BRAVISSIMO!

Valorizzare l'impegno dei figli deve essere un modo per stimolare la loro libertà, non per schiacciarla con false e opprimenti pretese di eccellenza.

di Cristina Buonaugurio



Quante volte i genitori si sentono dire che è importante adoperarsi per creare la base di una buona **autostima** nei figli?

E allora giù con il massimo impegno a sottolineare ogni piccola conquista dei loro pargoli, ad evidenziare i loro successi, magari esagerando con i complimenti, oltrepassando la realtà, **usando in continuazione superlativi non necessari**. Ogni scarabocchio diventa un capolavoro e un bambino con capacità nella media diventa un supereroe agli occhi di mamme e papà, spinti dalle migliori intenzioni.

Ma siamo sicuri che sia il modo giusto per aiutare i nostri figli a formarsi un'adeguata stima di sé?

Proprio su questo ho avuto modo di riflettere negli ultimi

giorni, in seguito ad una riunione alla scuola materna del mio figlio maggiore (quella che ora si chiama scuola dell'infanzia). Le maestre chiedevano alle mamme presenti proprio di non esagerare con i complimenti, perché non sempre l'immagine che viene rimandata al bambino corrisponde alla sua realtà. E spesso l'uso eccessivo di frasi come "Sei bravissimo! Sei eccezionale! Sei il migliore!" contrasta con le frustrazioni che normalmente i bambini vivono in ambito scolastico. Inoltre etichettare un bambino come il "top del top" lo priva dello spazio mentale necessario ad una crescita ulteriore, a quel miglioramento costante a cui tutti siamo chiamati: se ho già raggiunto il livello più elevato di bravura, cosa mai dovrò migliorare?

### COME COMPLIMENTARSI CON I FIGLI SOSTENENDO UNA SANA AUTOSTIMA

Con questo non voglio dire che non bisogna fare i complimenti ai propri bambini o che bisogna sottolineare solo i loro errori. In tal modo crescerebbero assolutamente **privi di autostima**, credendo di essere totalmente incapaci o sbagliati in tutto. Ogni bambino è capace, magari in alcune cose più che in altre: è compito del genitore indicargliele, ma anche sostenerlo perché affini anche le altre competenze.

D'altro canto complimentarsi con i figli, evidenziare le loro conquiste e far notare le loro capacità è giusto e doveroso: aiuta i bambini a sentirsi apprezzati ed è la base affinché imparino ad apprezzare se stessi (e gli altri). A patto che quanto detto **corrisponda alla realtà**. E che non faccia sentire i bambini sotto pressione al pensiero di non essere all'altezza della situazione o del compito.

#### 1) ESSERE ONESTI

Se partiamo dal presupposto che i bambini non sono stupidi e **hanno la capacità di riconoscere la realtà**, quindi anche il valore del proprio operato, va da sé che sono perfettamente in grado di comprendere quando i genitori esagerano. Il punto è che quando questo accade, il bambino, che per natura tende a credere ai genitori, **rimane disorientato** perché non sa se dar retta a se stesso o a mamma e papà. Capisce che la

realtà e la valutazione dei genitori non corrispondono e non sa cosa credere. Dire "bravissimo" o "eccellente" di fronte ad un disegno colorato senza uscire dai bordi, ai compiti svolti bene o al grembiule allacciato precisamente è una forte tentazione per qualsiasi genitore. Il successo del proprio figlio è il successo dei genitori, quindi elogiarlo diventa un modo per sentire che si sta facendo un buon lavoro. Eppure sarebbe un errore cedere a questa tentazione. O quanto meno cedervi ogni volta: è chiaro che la prima volta che viene raggiunto un nuovo risultato va sottolineato ed evidenziato, così che il bambino si senta **ricosciuto e valorizzato**.

## 2) EVIDENZIARE L'IMPEGNO

Ma non bisogna mai scostarsi dalla realtà: l'elogio deve riconoscere qualcosa che realmente c'è. E deve **sottolineare l'impegno** che il bambino mette nel fare qualcosa: *"Ho visto come ti sei impegnata/o. Hai visto cosa sei riuscita/o a fare?" "So che sta facendo del tuo meglio, continua così!" "Se ti impegni diventerai sempre più brava/o!"*

Allo stesso modo, va indicato al bambino quando non si è impegnato abbastanza in qualcosa che gli è stato detto di fare o che ha scelto di fare: *"Forse se ti fossi impegnato di più avresti raggiunto un risultato migliore"*.

Bisogna fare in modo che ci **sia sempre corrispondenza tra quello che un genitore (o un adulto in generale) dice e quello che realmente è avvenuto**. Così che il bambino possa ritrovarsi e riconoscere ciò che avviene attorno a sé, oltre ad apprendere che c'è un nesso di causa-effetto tra l'impegno profuso e i risultati ottenuti.

**Premiare l'impegno** di un figlio, non il suo risultato, deve essere il primo obiettivo di un genitore. Riconoscendo anche quando il prodotto non è dei migliori, con onestà ed **autenticità**. Solo in questo modo anche il bambino imparerà l'autenticità e l'obiettività nel valutare il proprio operato e non pretenderà di ricevere ottime valutazioni anche quando esso non è dei migliori.

## 3) CHIEDERE IL PARERE

Se sono educati nell'autenticità e all'obiettività, i bambini impareranno a riconoscere i propri punti di forza e di debolezza e accetteranno giudizi non eccelsi, perché in grado di comprendere che corrispondono alla realtà. Inoltre, **i bambini sanno valutare il proprio operato** prima ancora di ricevere giudizi e complimenti dagli



adulti.

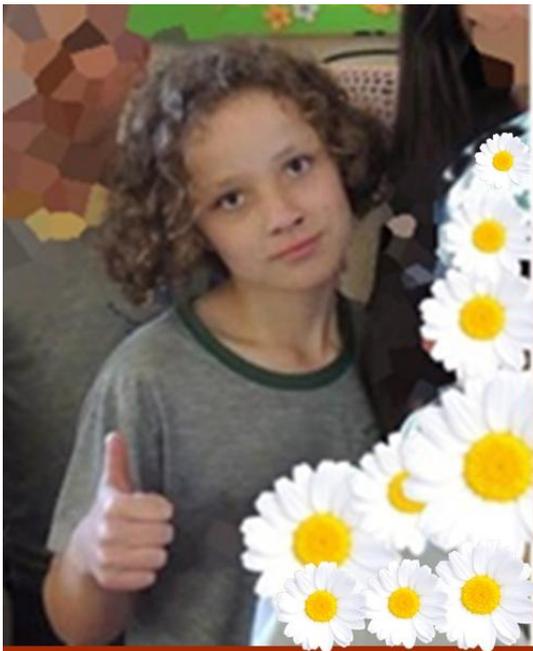
Per questo motivo i genitori possono chiedere al figlio la sua opinione su quanto ha fatto, prima di esprimere un giudizio: *"Tu cosa ne pensi? Secondo come hai fatto questa cosa?"* Logicamente poi il genitore dovrà correggere il bambino se il suo giudizio non è corretto (per eccesso o per difetto), per aiutarlo ad essere capace di autovalutarsi in modo obiettivo.

Ciò vuol dire che tanto i genitori quanto i bambini devono accettare che la **perfezione non**

**esiste**, che ognuno ha i suoi limiti (a volte maggiori, a volte minori) e che va bene così. Amo imparare ma odio essere forzato!

## DUE PERICOLI

Ci sono due pericoli nascosti dietro un uso inadeguato ed inappropriato dei complimenti. Il primo è identificabile nella **difficoltà di alcuni genitori ad accettare il limite del proprio figlio**. In quel caso le lodi eccessive e non veritiere diventano un modo per non considerare il problema, andare oltre come se non esistesse. Alla base di questo comportamento ci sono: una sorta di senso di colpa per aver generato un figlio che non è perfetto, un senso di inadeguatezza nel far fronte ai suoi limiti e il falso mito della perfezione che tutti dobbiamo raggiungere.



La realtà però è che nessuno è perfetto, che i genitori non hanno colpe per eventuali problemi dei figli e che solo riconoscendoli si impara a camminare accanto al figlio e ad aiutarlo nel limite del possibile. In questo cammino sarà bene evidenziare ogni piccolo traguardo raggiunto, ma anche tenere ben fissa in mente la realtà oggettiva del figlio e anche qual è il livello che concretamente potrà raggiungere.

Il secondo rischio si cela dietro l'idea di alcuni genitori (e non solo!) che esagerando nei complimenti si invogliano i più piccoli a dare sempre il massimo, a perseguire sempre i risultati migliori. Il messaggio che però arriva ai figli in questo modo è **"lo voglio che tu sia perfetto"** e sappiamo che ciò è impossibile.

Ma i figli non lo sanno e si sforzeranno in ogni modo per raggiungere quella perfezione tanto desiderata da mamma e papà. Ciò può portare a diverse complicazioni nel percorso di crescita, che spesso si manifestano pienamente solo una volta diventati adulti, ma soprattutto **va a limitare la libertà dei bambini**. Che pur di essere accettati svilupperanno un Falso Sé, una maschera di perfezione inesistente, che li farà crescere perennemente insicuri e che prima o poi si sgretolerà.

Oppure si ribelleranno a quell'idea di perfezione e faranno l'esatto contrario di ciò che i genitori desidererebbero, nel tentativo di prendersi uno spazio di libertà, che però è fasulla e per questo non li aiuterà (neanche in questo caso) a formarsi un Vero Sé. **Laddove c'è ribellione, infatti, non c'è mai vera libertà** perché si compiono scelte in opposizione a qualcuno/qualcosa e non per convinzione personale.

Crescere i figli nell'autenticità, allora, si dimostra l'unico modo per aiutarli ad essere a loro volta autentici e liberi. Ed è una palestra di verità anche per gli adulti.