



Dialogo tra Gius e due Genitori

Chi sono i genitori che parlano in questa storia? Ognuno di noi può riconoscere in loro una parte di se stesso: quando siamo stanchi, sfiduciati, nervosi...

E chi può essere Gius, questo anziano signore che dialoga con loro? Anche in Gius c'è una parte di noi: una parte di noi più capace di ascoltare, di mettersi in gioco, più disponibile verso sè e verso gli altri.

L'augurio è di avere sempre maggiore consapevolezza di queste nostre parti, a volte più positive altre volte meno, e di accoglierle entrambe con benevolenza.



«Io sono una persona che sa ascoltare... non ho nessun problema e nessuna difficoltà ad ascoltare i bambini...»



«La tua potrebbe essere una grande fortuna...ma attenzione! E' sempre rischioso considerare l'ascolto un impegno facile e scontato...nessuno è un ascoltatore perfetto, perché l'ascolto richiede tanta disponibilità, tanta energia, per fare silenzio dentro di noi e dare spazio ai problemi e alle comunicazioni dei bambini, così difficili e diverse da quelle che ci aspettiamo...»

«Ma io ascolto sempre i miei figli... so tutto di loro...»

«Attenzione! La presunzione è nemica dell'ascolto!

E' meglio sempre interrogarci sulle nostre capacità di ascolto e su quanto mettiamo veramente i nostri figli nelle condizioni emotive di aprirsi e di confidarsi i disagi, piccoli o grandi, che hanno nel cuore...»



«Tutte balle! Non sono gli adulti che devono imparare ad ascoltare i bambini! Sono i figli che devono imparare ad ascoltare i genitori.»

«Ho detto che sono i figli che devono imparare ad ascoltare i genitori. Questo è il mio programma educativo!»

«Auguri! Preparati ad un sacco di guai e di tensioni. Vedo proprio che non ascolti! Non vorrei essere tuo figlio. Ti ripeti come un disco incantato!»

«Se noi genitori non impariamo ad ascoltare e rispettare i figli, se noi grandi non diamo il buon esempio, come possiamo pretendere che i figli imparino ad ascoltare e rispettare i genitori e più in generale ad ascoltare e rispettare le altre persone e le regole che devono seguire...»



*«Certo che bisogna ascoltare sempre i bambini...
io non riesco a farli soffrire per cui cerco di accontentarli in tutto e per
tutto... io faccio fatica a dire di no alle richieste di mio figlio...»*

*«Ma cosa cavolo dici? Ascoltare i
bambini è pericoloso...
così finiscono per crescere viziati...»*



*«Un momento, un momento...
sento tanta confusione. Dite cose opposte, ma tutte e due non capite
cosa vuol dire ascoltare...ascoltare vuol dire permettere ad
un bambino se ha un sentimento di gioia o di dolore di poterlo
esprimere, se ha un problema, piccolo o grande che sia di poterlo
dire, se ha una paura, fondata o non fondata, di poterla ammettere
con un adulto, senza che questo adulto stia subito a salire in cattedra,
a giudicare, a consigliare, a consolare o a fare la predica...»*

«Ma allora ascoltare non vuol dire accontentare?»

*«No. Ascoltare non vuol dire accontentare. Dobbiamo imparare ad ascoltare e comprendere
gli stati d'animo dei nostri figli, i problemi o le difficoltà. Così saremo più forti ed autorevoli
quando chiediamo ai nostri figli di imparare il senso della realtà, il senso dei limiti, il
senso del dovere.»*

«Ma allora si devono dire dei no ai figli? Ma allora si devono dire dei sì ai figli?»

*«C'è un momento per dire di sì al bisogno dei nostri figli di ricevere attenzioni affettive
e materiali e c'è un momento per dire di no, per esempio alle pretese, alla mancanza
di rispetto, alla fuga dall'impegno.»*



«Io da piccolo non sono mai stato ascoltato e sono cresciuto bene lo stesso...»

«Se lo dici tu... Io so che un bambino per nulla ascoltato può diventare un adulto con tanti problemi e scarsamente sensibile. E so che un bambino ascoltato può diventare più facilmente un adulto sicuro ed attento agli altri.»



«C'è un grande pericolo nell'ascoltare i bambini: credere a tutte le fantasie e le storie che raccontano...»

«Certamente! Ma c'è un pericolo ancora maggiore: il pregiudizio per cui un bambino, in quanto bambino, non può che essere un bugiardo in partenza e non può che dire stupidaggini. Bisogna dare ai bambini almeno il diritto di esprimere il proprio punto di vista e di essere presi sul serio. Certamente ciò che un bambino dice non è oro colato, ma non è nemmeno da buttar via senza cercare di capire.»



«Ma i bambini non hanno l'esperienza e la capacità dei grandi...»

«E' vero, ma hanno comunque altre qualità e capacità. I bambini possono essere competenti nel vedere e nel ricordare e possono essere sensibili come radar capaci di cogliere verità che non piacciono agli adulti come il bambino della fiaba di Andersen, che vedeva la realtà dell'imperatore in mutande, mentre i grandi da illusi vedevano l'imperatore con un vestito magnifico addosso.»



«Ascoltare i bambini? Ascoltare mio figlio? Ma non tocca certo a me...io non sono mica uno psicologo!»

«La capacità di ascoltare i bambini non è una questione di studi. Possono esserci persone poco istruite che sanno ascoltare meglio di un laureato! Imparare ad ascoltare i bambini e gli adolescenti, soprattutto quando esprimono disagi o problemi, è una competenza che possono e devono sviluppare tutti i genitori, è una responsabilità di tutti gli adulti che stanno a contatto con l'infanzia e l'adolescenza.»



«Cosa?! Dove trovo la sicurezza??»

«La sicurezza la trovi, nell'accettazione e nella benevolenza che trasmetti a tuo figlio quando lui porta un problema e tu così lo incoraggi a ritornare da te a raccontarti le cose, se domani si trovasse in un guaio o in addirittura in una situazione di violenza o di pericolo...»



«Vorrei conoscere perfettamente tutti i segnali che mi consentano senza parlare con lui di capire se mio figlio sta vivendo una situazione di violenza o un pericolo...»

«Conoscere perfettamente i segnali non ti risolve il problema, se non costruisci un dialogo con tuo figlio... La sicurezza più profonda la trovi innanzitutto imparando a parlare e a comunicare in modo autentico con lui...»

«Ascoltare il disagio del bambino... sarebbe bello, ma ci sono problemi ben più importanti che devo affrontare...»



«Capisco che i problemi della vita dei genitori possono essere enormi... Ma non so quante cose siano più importanti ed arricchenti di stabilire un buon rapporto con un figlio.»



«Sarà pure, ma chi lo trova il tempo?!?»

«Il tempo dedicato ad ascoltare il disagio di un bambino è il migliore investimento oggi per evitare di affrontare domani i problemi e le sofferenze che in mille modi derivano sia ai figli che ai genitori dal disagio di un bambino per tanto tempo non ascoltato e capito.»



«A cosa serve ascoltare i bambini se sono stati male o stanno male. Farli parlare serve soltanto a farli soffrire di più! Meglio che dimentichino: il tempo è rimedio di tutti i mali... Ma sei sicuro che non è meglio invitare i bambini a mettere una pietra sopra sul loro passato di sofferenze?»

«Quando il problema che vive il bambino è di lieve entità può anche darsi che dopo un po' egli possa dimenticarlo senza grossi inconvenienti. Ma se il problema è serio o in qualche modo pesa nell'animo del bambino, dimenticare non è la soluzione e col passare del tempo il problema rischia di trasformarsi in un tarlo...

La pietra sopra rischiamo di metterla sul bambino. Il bambino non ascoltato resterà solo con il suo problema. Cercherà in qualche modo di buttarlo via dalla sua mente, ma non ci riuscirà senza pagare un prezzo salato. Nella mente del bambino il peso rischia di trasformarsi in macigno...»



«Mi sento un genitore fallito penso di aver fatto e di fare un sacco di sbagli coi miei figli...non sono capace di ascoltare e aiutare i miei figli.»

«Se vi ponete sinceramente il problema di ascoltare e comprendere meglio i vostri figli, già questo vuol dire che avete una grande possibilità per cambiare e, al di là di quelli che sono o pensate che siano i vostri sbagli, non è vero, non è assolutamente vero che siete genitori falliti...»

«Sono pieno di sensi di colpa e non so come uscirne...»

«Per uscirne la prima cosa da fare è smetterla di consumare le vostre energie con i sensi di colpa, che distruggono e non costruiscono. Meglio guardare in faccia e capire i vostri limiti con fiducia senza dimenticare le vostre risorse. Non fate lo sconto sulle vostre responsabilità, ma trattatevi con compassione. Confrontatevi con qualcuno per evitare di esagerare nell'autoassolvervi o anche, all'opposto, di esagerare nell'autoaccusarvi.»

*«Vorrei imparare ad ascoltare e aiutare di più i miei figli ma mi trovo io in grosse difficoltà emotive e rischio di essere prigioniera della mia depressione e del mio stress...
Vorrei imparare ad ascoltare e aiutare di più i miei figli ma mi trovo io in grosse difficoltà e rischio di essere prigioniero della mia crisi e della mia rabbia...»*

«Vi capisco. Trovate innanzitutto qualcuno che vi ascolti e vi capisca. Anche i grandi hanno bisogno e diritto di essere ascoltati nei loro problemi emotivi e relazionali che spesso condizionano il rapporto con i figli.»

«Ma sono i bambini che hanno il diritto di precedenza, sono i bambini per primi che devono essere ascoltati...»

«Forse dovete anche ascoltare la bambina e il bambino che stanno dentro di voi. Forse la bambina e il bambino che siete stati un tempo anche loro chiedono di essere ascoltati e se continuate a non farlo non potrete mai imparare ad ascoltare ed aiutare i vostri figli. E ricordate: in tante situazioni noi grandi finiamo per essere deboli e sofferenti come i più piccoli e se non troviamo in questi momenti comprensione e sostegno non possiamo trovare la forza per dare comprensione e sostegno ai nostri bambini...»



*Claudio Foti, psicoterapeuta,
Direttore scientifico del Centro Studi Hänsel e Gretel*