

“senza sculacciate come fare?”



Se siete genitori forse avrete notato che il fatto di vivere con un bambino è un'avventura complessa alla quale non siamo preparati.

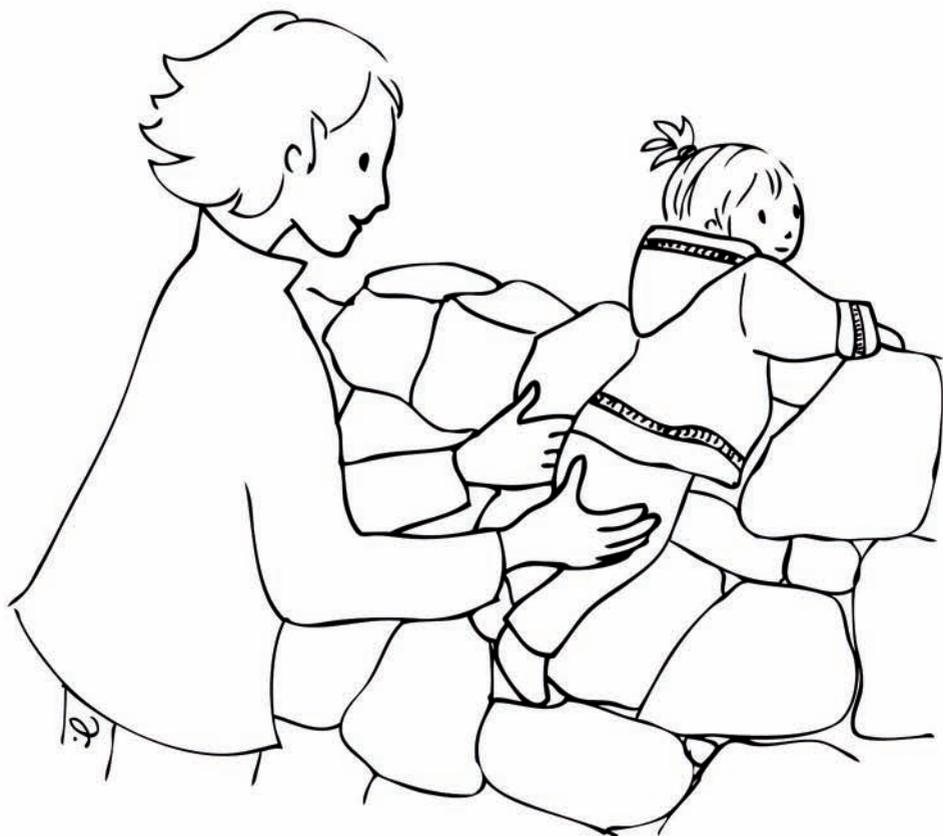


Le nostre attese corrispondono raramente alla realtà e, trascorsi i primi giorni di vita del nostro bambino, quando la magia che circonda la nascita si dissipa, potremmo doverci



confrontare con alcune grosse sorprese.

La maggior parte del tempo ci auguriamo il meglio per il nostro bambino. Al momento della nascita abbiamo generalmente modificato il nostro ordine delle priorità. Siamo consapevoli che il bambino è dipendente da noi, e che ha bisogno di sostegno e protezione.





Eppure, qualche volta abbiamo molte difficoltà a rispondere ai suoi bisogni.



Il nostro bambino crescendo ci pone molte sfide, e siamo qualche volta sorpresi dalle nostre reazioni che non corrispondono a quello che ci saremmo augurati.

Presi dalla nostra rabbia, capita che li picchiamo, che li puniamo, che facciamo loro paura. Sappiamo oggi che la paura non è uno strumento efficace per l'apprendimento, al contrario, spaventato, un bambino è sbalordito e non può capire quello che ci si aspetta da lui.

Inoltre le conseguenze negative a lungo termine sulla sua salute, il suo comportamento, la sua capacità di essere in relazione con gli altri sono state chiaramente dimostrate e si riveleranno decisive per il suo futuro.

Abbiamo poche indicazioni per fare diversamente, ma il modo di pensare dei genitori e la loro esperienza in questo ambito cominciano ad arricchirsi.

Quindi ti proponiamo qualche idea proveniente sia da opere che trattano di questo argomento sia dal lavoro di gruppo di genitori su questo tema.



Qualche suggerimento



Abbandona l'idea che il tuo bambino ti manipola.

*Conforta il tuo bambino e rispondi ai suoi bisogni
quando li manifesta.*



Non lasciare mai il tuo bambino piangere da solo, rimani con lui, ha bisogno di te per attraversare un'emozione difficile. Cerca di trovare una risposta appropriata.

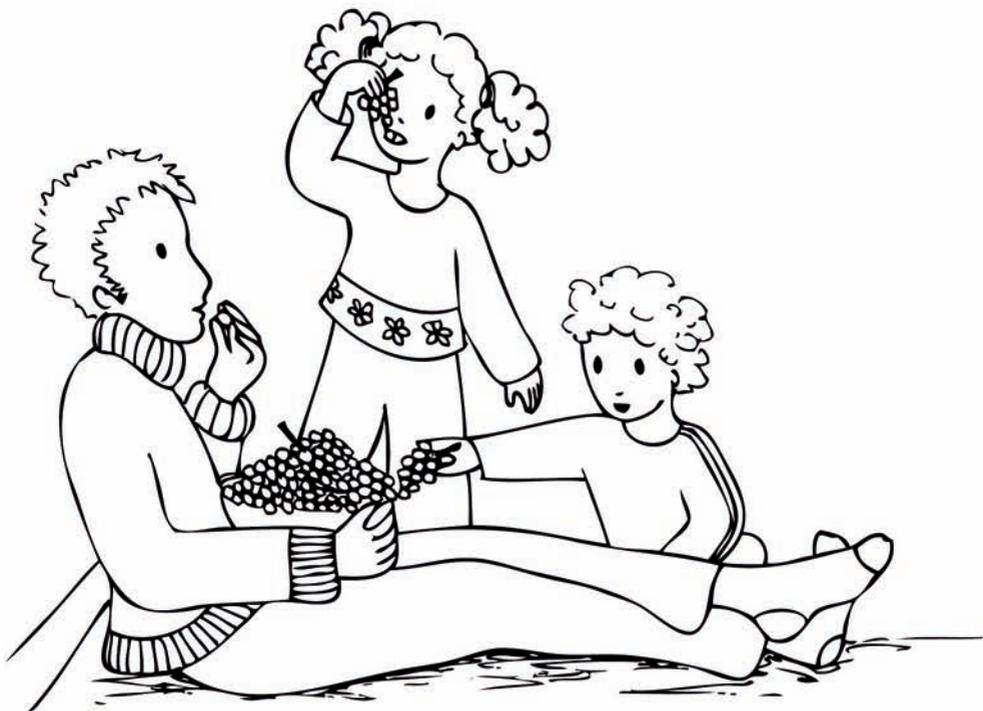


Se ascoltare piangere il tuo bambino ti fa venire rabbia oppure scatena violenza, chiedi supporto al tuo partner, o forse ad un amico che potrà in tua presenza ascoltare il tuo bambino.

Se puoi, non tentare di “regolare” i suoi bisogni fisiologici. Un neonato o un bambino piccolo conosce istintivamente quello di cui ha bisogno, nel momento in cui ne ha bisogno. Sa quando ha freddo o fame, e diviene ancora più consapevole quando i suoi genitori gli permettono di fare le proprie esperienze.

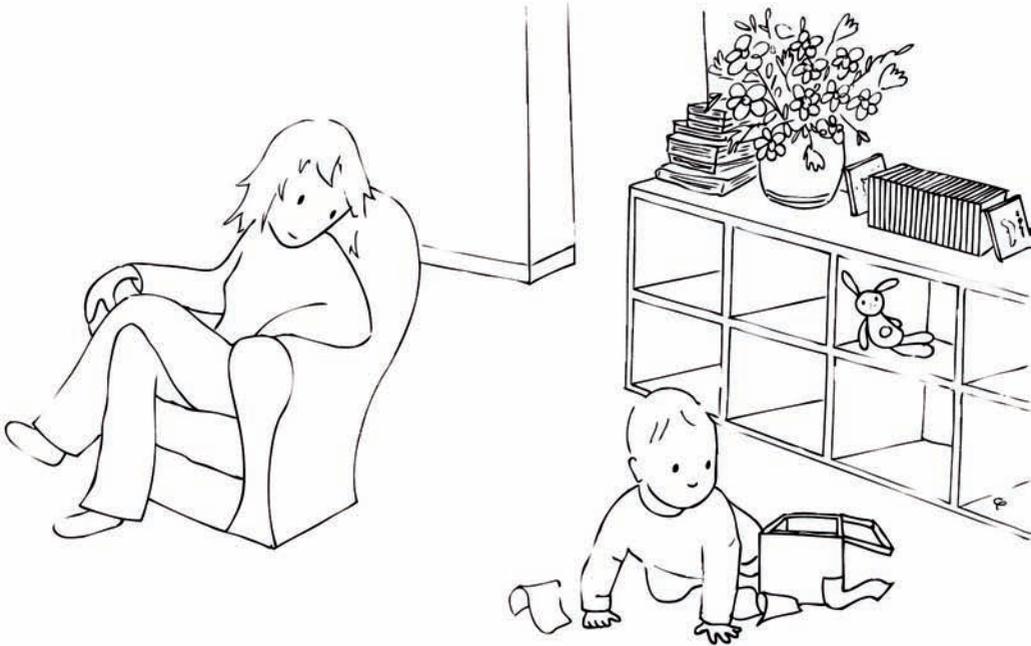
Molti contrasti potrebbero essere evitati se per esempio accettassimo che il nostro bambino abbia fame o meno al momento dei pasti, ma anche fuori dagli orari previsti.

Per convenzione, mangiamo ad un orario preciso, i bambini, invece, mangiano quando il loro corpo lo richiede. Alcuni specialisti della nutrizione lo hanno già compreso. Per quanto riguarda i pasti, il tuo ruolo potrebbe consistere nel proporre degli alimenti sani, il tuo bambino, invece, sceglierà la quantità, la frequenza e gli alimenti.



Il tuo bambino cresce e inizia a spostarsi...

Vuole toccare tutto, ed è del tutto normale, compie il suo percorso di essere umano in sviluppo.



Alcuni genitori hanno scelto di adattare il loro ambiente di conseguenza, e questo ha permesso loro di vivere più tranquillamente questo periodo di scoperta.

Altri non hanno fatto questa scelta ed hanno avuto molti più limiti da porre...

La maggior parte ha optato per una soluzione mista che ha permesso ai loro bambini di familiarizzare progressivamente con la fragilità di alcuni oggetti.

I confronti avvengono quanto più la curiosità e la mobilità del tuo bambino aumentano e lo spingono all'esplorazione, ha un mondo da scoprire. Qualche idea per accompagnare il tuo bambino nelle sue esperienze:

un bambino (più o meno dai due anni) ama molto partecipare alle attività della casa: sciacquare le verdure, imparare a spelarle, a tagliarle, spazzare, pulire il pavimento o i vetri....

- Quando un bambino è impegnato in un'attività che gli piace, può essere molto concentrato e la tua vigilanza può sembrarti meno necessaria.

Quando prende un oggetto che non ti auguri che tocchi, prova a trovarne un altro meno pericoloso o fragile e che susciti lo stesso interesse per lui. Se persiste nel voler "toccare maldestramente" qualche cosa di delicato e che è prezioso per te, impediscigli con fermezza ma teneramente di avvicinarsi.

E' possibile che si metta allora a piangere oppure che abbia una crisi di rabbia, è la logica conseguenza della frustrazione. Ascoltare queste manifestazioni molto intense di delusione potrà forse costituire per te una vera sfida. La maggior parte delle crisi durano una quindicina di minuti.



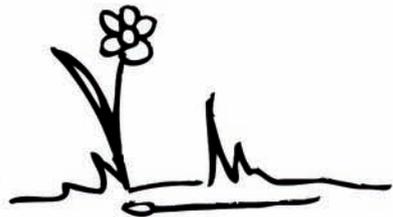
E' essenziale proteggere il tuo bambino dal pericolo, prevederlo può aiutare, ma anche spiegazioni chiare e concise.



Troverai altre opzioni confrontandoti con il tuo partner, i tuoi amici impegnati sul tuo stesso percorso, altri genitori che lavorano in gruppi di sostegno. Una selezione di libri alla fine di questo opuscolo ti potrà aiutare su questa strada. Le soluzioni sono numerose quanto le difficoltà che si presentano ogni giorno, basta porsi alcune domande:

Cosa posso “fare” che non sia né violento, né punitivo, né escludente? Che soluzione creativa o “soft”, potrei trovare?

Queste riflessioni permettono molto spesso di avviare il processo, e si diventa sempre più capaci di trovare delle idee al di là dei nostri condizionamenti educativi, che ci spingono a tornare inconsiamente ai vecchi “metodi” e che alla fine finiscono per ferire i bambini.



Le "buone" abitudini

Ogni famiglia ha le sue regole di vita. Come trasmetterle ai bambini senza minaccia, ricatto o punizione? E' una domanda complessa, ma eccoti un embrione di risposta.



Prendiamo l'esempio del lavaggio dei denti.

Forse hai iniziato a lavare i denti del tuo bambino quando era un bebè con uno spazzolino speciale, crescendo lo vuol fare da solo. Va tutto bene.

Cosa fare se la vostra situazione non è così idilliaca (e siamo numerosi in questo caso!)?

Puoi:

Accompagnarlo da un dentista affinché gli spieghi la fondatezza dell'igiene dentale, e come fare. Il parere di un professionista ha spesso più peso delle nostre recriminazioni disperate.

Giocare a lavarsi i denti insieme durante un periodo determinato da una piccola sveglia (di quelle che si usano in cucina). Quando squilla, è finito.

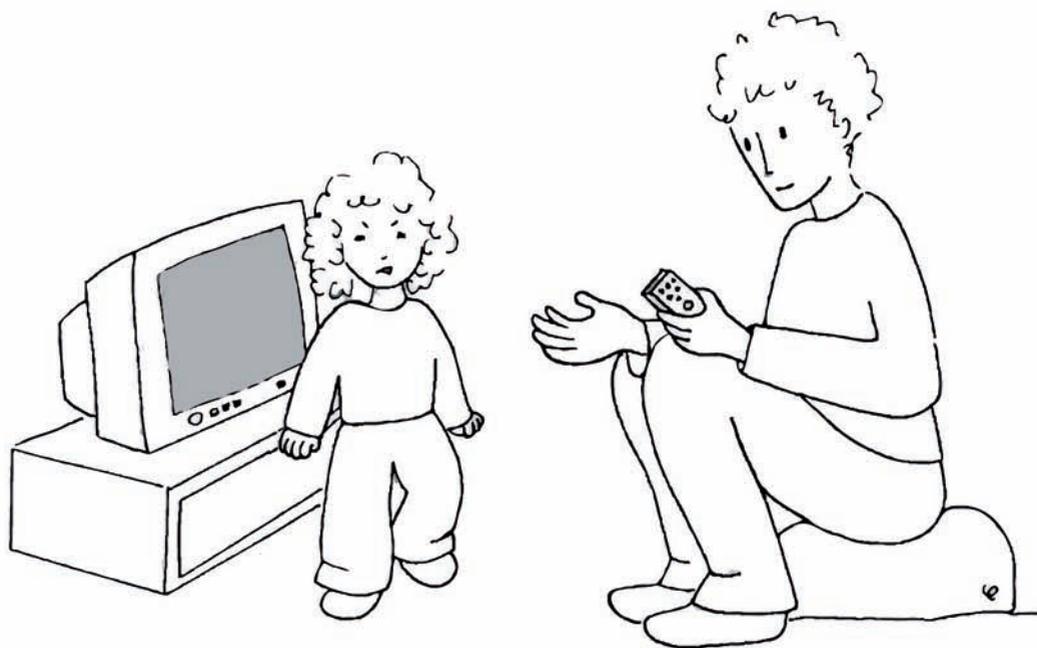
Lavarti i denti assiduamente. Il tuo bambino impara soprattutto con l'imitazione.

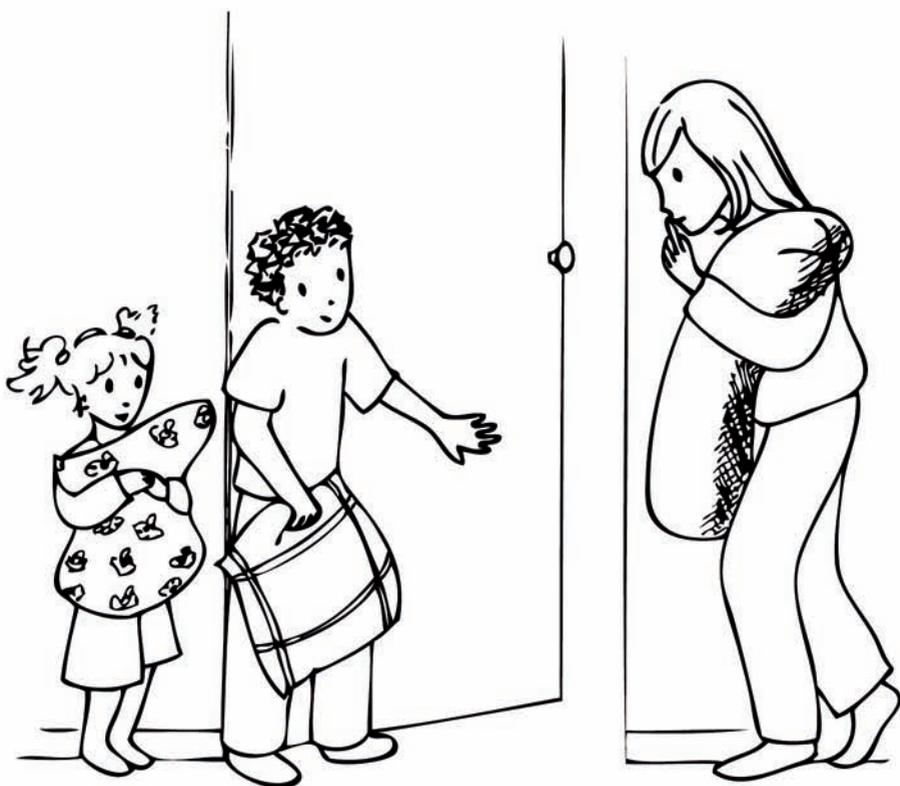
Lavargli i denti te, anche se è grande, senza forzarlo, piuttosto giocando, rischia di farlo ridere molto!

Farlo attivamente partecipare alla ricerca di soluzioni.

In una situazione classica nel porre limiti, non esitare a dire di "no" e, nello stesso tempo, sii pronto ad ascoltare la tristezza, la delusione, o la rabbia del tuo bambino dopo questo rifiuto.

Permetti al tuo bambino di esprimere un "no", imparerà così a manifestare tranquillamente le sue opinioni.





Quando il tuo bambino commette una goffaggine per gioco, per esplorare, perché è stanco o stressato, può, in modo semplice, riparare all'involontario pasticcio provocato. Stai solo attento a che la riparazione sia compatibile con il suo sviluppo psicomotorio, proponigli sempre aiuto.

Gioca quanto più frequentemente possibile con lui, il gioco è un modo molto efficace di connettersi a lui e di dargli attenzione.



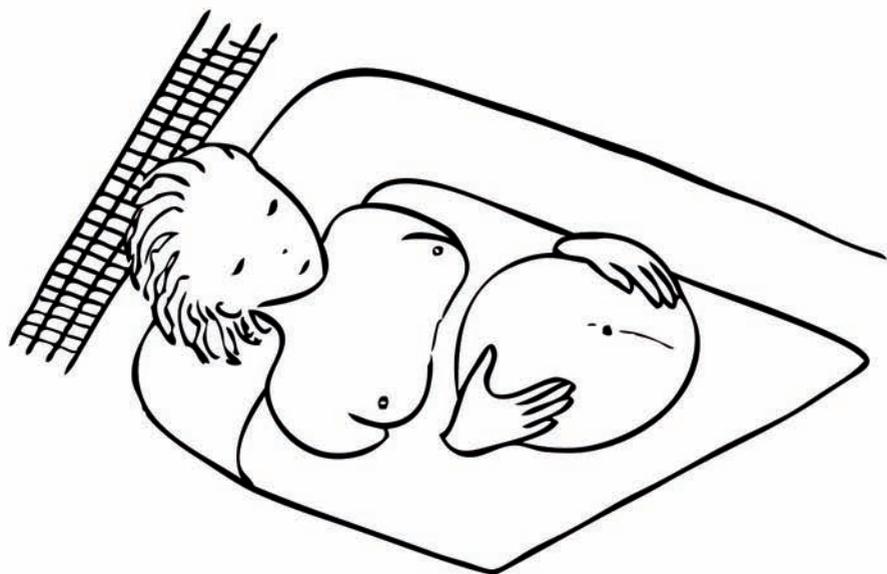
Pensa ai suoi bisogni, e ai tuoi

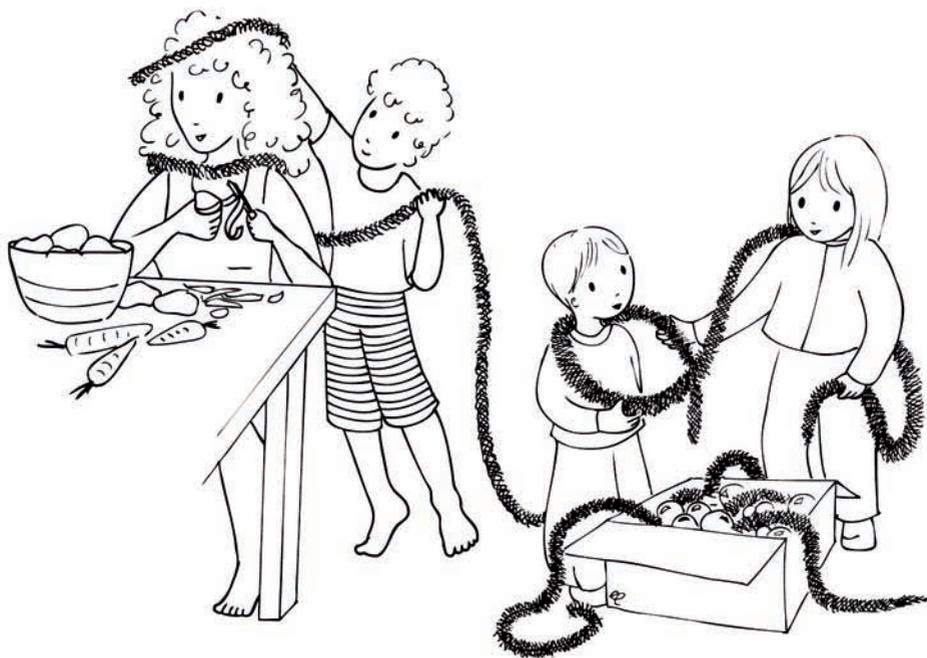
Cosa fare se la rabbia ti sommerge?

- *Isolati se è possibile. Alcuni genitori si sfogano allora gridando o picchiando su un cuscino, altri preferiscono andare a fare un giro...*
- *Respira profondamente*
- *Grugnire come un animale selvaggio, può anche aiutare.*
- *Chiama un(a) amico(a) e raccontagli quanto è difficile.*
- *Allontanati sempre del tuo bambino se senti della rabbia salire in te.*
- *Una volta passata la rabbia, prova a capire cosa l'ha scatenata, ti aiuterà per le prossime crisi*



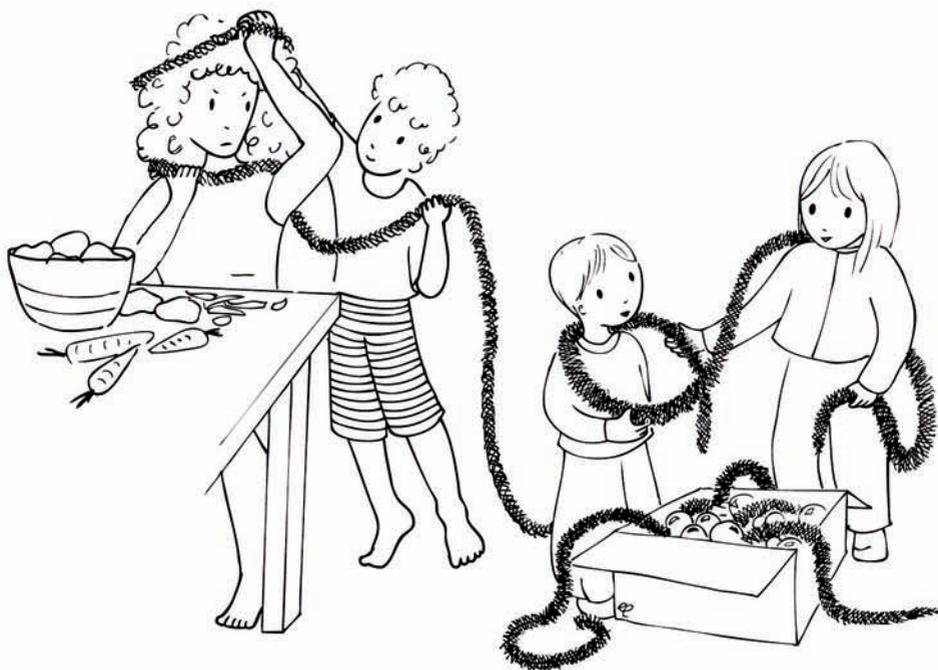
Prenditi cura di te...





*Ognuno di noi possiede un serbatoio affettivo.
Quando è pieno, la nostra soglia di tolleranza è molto alta,
viviamo ogni evento con ottimismo e entusiasmo.
Si potrebbe dire che va tutto bene nella nostra vita.*

Invece, quando il nostro serbatoio affettivo è vuoto, la nostra soglia di tolleranza è bassa, siamo stanchi, parassitati dalle preoccupazioni della vita quotidiana, diventiamo allora infinitamente meno comprensivi.



Per un bambino, è esattamente lo stesso processo che è in atto.

Quando i suoi bisogni sono appagati, compresi i bisogni di attenzione e di contatto, è gioioso e cooperativo.

Quando invece il suo serbatoio è vuoto, ha pochi mezzi per chiedere chiaramente quello di cui ha bisogno. Diventerà aggressivo, questa aggressività è solo un chiedere aiuto.

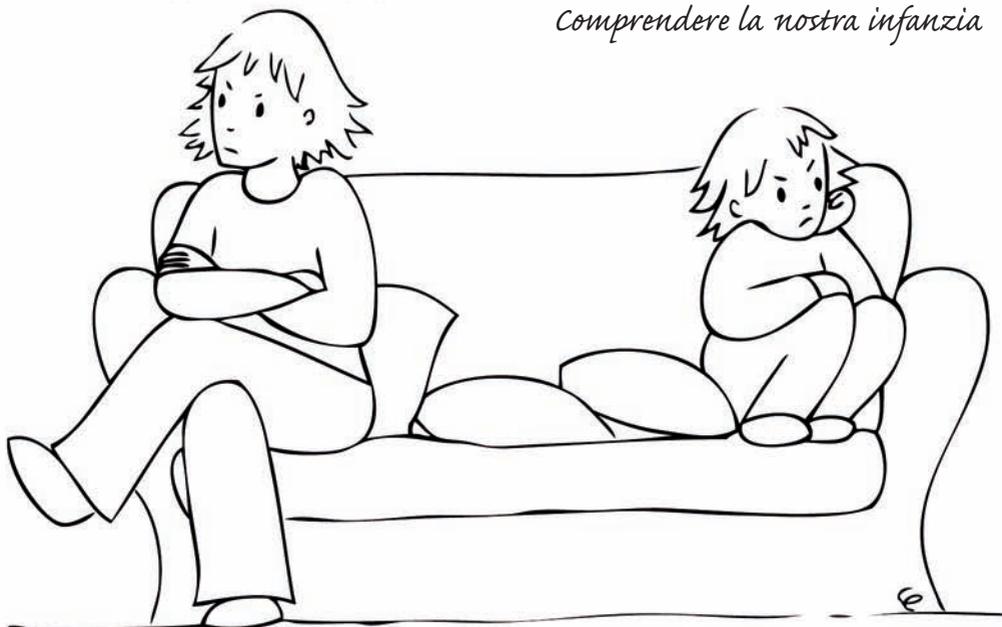


Paradossalmente, non ti stimolerà a volerlo aiutare proprio nel momento in cui ha il più grande bisogno di te.

Soprattutto...

Non aspettarti subito un risultato immediato. Quando si cerca di stabilire una relazione di fiducia con il proprio bambino, che non si picchia più e che non è più punito, ci si può sentire nella condizione di metterci sempre in discussione. Non sottomettiamo più il nostro bambino, non ci aspettiamo più da lui un'obbedienza automatica. Invece noi ci siamo piuttosto per aiutarlo a crescere, e crescere non significa imparare a sottomettersi. Significa piuttosto essere in contatto con sé e gli altri, imparare a cercare un equilibrio tra i nostri bisogni e quelli degli altri, saper stabilire delle priorità, diventare consapevole... ci vuole tempo per imparare il mondo!

Comprendere la nostra infanzia



INel suo libro "la connaissance interdite", Alice Miller diceva che in ognuno di noi si trova una stanza dove sono rinchiusi tutti i nostri vecchi mostri (tutte le nostre ferite di bambino), e aggiungeva che solo i nostri figli hanno la chiave di questo luogo terrificante. I nostri figli riattivano le nostre vecchie ferite, sta a noi identificarle e lavorarci per non essere più intralciati da loro. I nostri bambini ci mettono spesso brutalmente di fronte a noi stessi e alla nostra storia, è l'occasione per prendere consapevolezza di quel che è stata la nostra vita da bambino.

Il fatto di voler dare quello che non abbiamo ricevuto genera molti conflitti e tentennamenti

Quindi non dimenticarti che non sei sola in questa avventura:

Cerca di non isolarti.

Pensa al tuo sostegno e organizzalo.

Abbia fiducia nella tua capacità a trovare soluzioni rispettose per porre dei limiti ai tuoi bambini.

Contatta delle associazioni che valorizzano il sostegno da genitore a genitore, che organizzano dei gruppi in cui ci si può esprimere liberamente con la parola.

Su internet esistono dei gruppi di sostegno, così come esistono numerosi siti che pubblicano articoli e testimonianze spesso molto motivanti.

Leggi tutto quello che ti può incoraggiare nel tuo percorso, e informati! Se ne hai l'occasione formati alle tecniche di comunicazione interpersonali.

*E approfitta della tua vita familiare,
il tempo passa molto in fretta!*



spanking is counterproductive and dangerous

Why spankings, slaps, and even apparently harmless blows like pats on the hand are dangerous for a baby?

They teach him violence.

They destroy the absolute certainty of being loved that the baby needs.

They cause anxiety: the expectancy of the next crisis.

They convey a lie: they pretend to be educational, but parents actually use them to vent their anger; when they strike, it's because, as children, they were struck themselves.

They provoke anger and a desire for revenge, which remain repressed, only to be expressed much later.

They program the child to accept illogical arguments (I'm hurting you for your own good) that stay stored up in their body.

They destroy sensibility and compassion for others and for oneself, and hence limit the capacity to gain insight.

What long-term lessons does the baby retain from spankings and other blows?

That a child does not deserve respect.

That good can be learned through punishment (which is actually wrong, punishment merely teaches children the will to punish in their own turn).

That suffering mustn't be felt, it must be ignored (which is dangerous for the immune system).

That violence is a manifestation of love (fostering perversion).

That denial of feeling is healthy (but the body pays the prize of this error, often much later).

How is repressed anger very often vented?
In childhood and adolescence:

By making fun of the weak.

By hitting classmates.

By annoying the teachers.

By watching TV and playing video games to experience forbidden and stored up feelings of rage and anger, and by identifying with violent heroes. (Children who have never been beaten are less interested in cruel films, and, as adults, will not produce horror shows).

In adulthood:

By perpetuating spanking, as an apparently educational and effective means, often heartily recommended to others, whereas in actual fact, one's own suffering is being avenged on the next generation.

By refusing to understand the connections between previously experienced violence and the violence actively repeated today. The ignorance of society is thereby perpetuated.

By entering professions that demand violence.

By being gullible to politicians who designate scapegoats for the violence that has been stored up and which can finally be vented with impunity: «impure» races, ethnic «cleansing», ostracized social minorities, other religious communities etc.

Because of obedience to violence as a child, by readiness to obey any authority which recalls the authority of the parents, as the Germans obeyed Hitler, the Russians Stalin, the Serbs Milosevic.

Conversely, some become aware of the repression and universal denial of childhood pain, realizing how violence is transmitted from parents to children, and stop hitting children regardless of age. This can be done (many have succeeded) as soon as one has understood that the causes of the «educational» violence are hidden in the repressed history of the parents.

Alice Miller

This text can be distributed
without any changes, additions or cuts.

May 22nd, 2003

<http://www.nospank.net>

«The Drama of the Gifted Child: The Search for the True Self», Alice Miller (Hardcover - Jul 22, 2008)

«The Aware Baby», Aletha Solter (Paperback - May 2001)

«Helping Young Children Flourish», Aletha Solter (Paperback - May 1989)

«Punished by Rewards: The Trouble with Gold Stars, Incentive Plans, A's, Praise, and Other Bribes», Alfie Kohn (Paperback - Sep 1999)

«Nonviolent Communication: A Language of Life», Marshall B. Rosenberg and Arun Gandhi (Paperback - Sep 1, 2003)

«Parent Effectiveness Training: The Proven Program for Raising Responsible Children», Thomas Gordon (Paperback - Oct 31, 2000)

«La fessée», Olivier Maurel, Editions La Plage.

«Faut-il battre les enfants?», *Jacqueline Cornet, Editions Hommes et perspectives*

«Poser des limites à son enfant et le respecter», *Catherine Dumonteil-kremer, Editions Jouvence.*

«Elever son enfant... Autrement», *Catherine Dumonteil-Kremer, Editions La Plage.*



*Plaquelette de La Maison de L'Enfant pour
la journée de la non violence éducative.*

*Chacun est libre de reproduire ce fascicule à la
condition de ne rien y changer.*

Édité par La Maison de L'Enfant, 2007.

Traduction : Sylvie NG

*Catherine Dumonteil-Kremer
cdumonteilkremer.com*

*Illustration : Elsa Pastor
delespoir.com*

avec le concours de :

Anne-Marie Bellorget, Christian Cools

Mise en page : Noémie Renevey