

Gianluca Daffi



– MINACCE e + GRATIFICAZIONI

Un racconto con attività per
vincere l'**atteggiamento ostinato**
e promuovere la collaborazione in famiglia



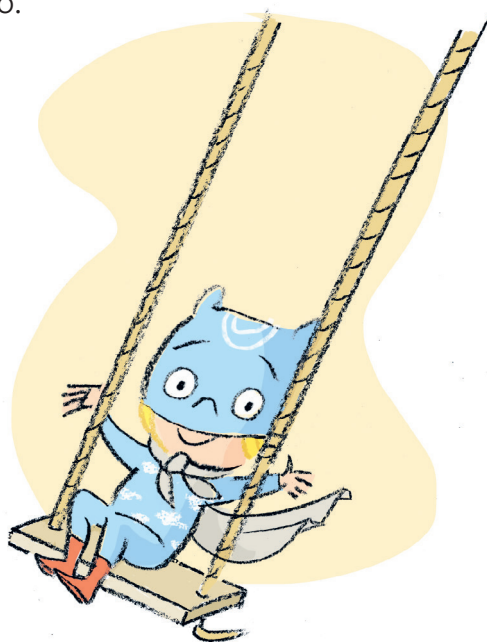
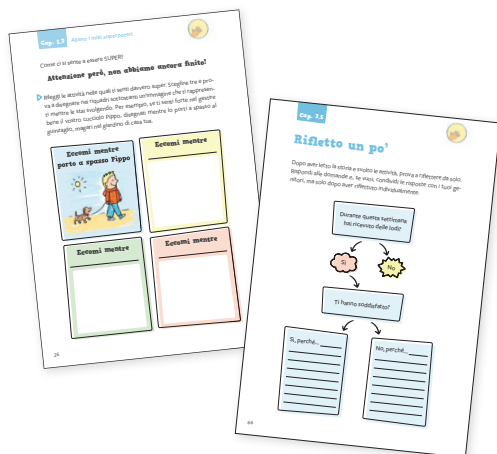
Erickson

«...perché le minacce non servono!»

Se vostro figlio o figlia tende a voler avere sempre ragione, a non voler esaudire le vostre richieste e vuole invece fare sempre di testa sua, ecco un libro-quaderno che spiega perché minacciare punizioni o fare la «predica» non serve, e propone invece un percorso educativo semplice ma strategicamente efficace da attuare in famiglia.

Una divertente storia illustrata con 4 «ipereroi» e una serie di originali attività da fare con i propri bambini (6-11 anni) aiutano a gestire con successo alcune difficoltà del comportamento e a valorizzare i punti di forza di ciascuno.

Così anche l'**atteggiamento ostinato** può diventare un **superpotere!**



€ 13,50

ISBN 978-88-590-2467-5



9 788859 102467 5

www.erickson.it

I LIBRI CHE AIUTANO

Indice

| | |
|------------------------------|----|
| <i>Introduzione</i> | 5 |
| Capitolo 1 | 15 |
| Il Castello del parco | 18 |
| Capitolo 2 | 34 |
| La «pensione» | 36 |
| Capitolo 3 | 49 |
| La Prova | 52 |
| Capitolo 4 | 69 |
| Finalmente un «piano»! | 72 |
| <i>Appendice</i> | 93 |
| <i>Bibliografia</i> | 96 |





Istruzioni per l'uso

Una delle frasi che i genitori di bambini con difficoltà nell'autocontrollo tendono a ripetere più spesso è: «Ma quante volte te lo devo dire?». La difficoltà di attenzione e l'impulsività sono spesso associate alla tendenza a ignorare le richieste provenienti dall'esterno e a perseverare in maniera ostinata in quello che si sta facendo.

Questo comportamento non è apprezzato dagli adulti e tende a essere etichettato come intenzionalmente irrispettoso. Eppure chi vive quotidianamente a stretto contatto con questi bimbi sa bene che, nella maggior parte dei casi, questa mancanza di attenzione per le sollecitazioni dei genitori non parte dal desiderio di provarli.

Quello che i genitori di un bambino con difficoltà di attenzione osservano nel loro figlio non è una mancanza di abilità generalizzata nel prestare attenzione, bensì un'incapacità di controllare in modo efficace l'attenzione e di focalizzarla dove il compito lo richiede. Questi bambini possono apparire impegnatissimi in attività che catturano la loro motivazione ma, ahimè, incapaci di ri-orientare l'attenzione stessa per spostarla su una nuova attività se le circostanze lo richiedono.

Ecco in che cosa consiste il loro «problema». Se stanno giocando con i dinosauri e i dinosauri tengono in ostaggio la loro attenzione, potrebbero non avere la capacità di spostarla e dirigerla verso le vostre richieste. Non si stanno rifiutando di rispondervi, ma semplicemente sono «bloccati» su altro e potremmo quasi dire che non riescono a «sentire» le nostre richieste. Sebbene il suono delle nostre parole arrivi alle loro orecchie e ne faccia vibrare i timpani, una parte del loro cervello non reagisce, nemmeno se minacciata. Fanno parte di questa categoria i bambini che — troppo presi dal gioco in atto — non si accorgono neppure della nostra presenza e che, interrotto il gioco e obbligati a fissarci negli occhi, non sanno ripeterci nemmeno quello che abbiamo più volte ripetuto ad alta voce.



Ci sono bambini che sentono benissimo e magari ci rispondono con frasi del tipo: «Non ora... poi lo faccio... sì, ma dopo». Se hanno difficoltà di autocontrollo, magari in più di un contesto (casa, scuola, centro sportivo, ecc.), è importante che i genitori considerino che fragilità comportamentali di questo tipo spesso si manifestano in associazione a difficoltà di organizzazione e pianificazione, cosa che potrebbe rendere davvero complesso per la maggior parte di loro gestire più richieste contemporaneamente.

Come mantenere attive nella memoria le informazioni relative a quello che stanno facendo e allo stesso tempo prestare attenzione a ciò che l'adulto chiede di fare?

È un problema che sollecita la memoria di lavoro?

Certamente sì, ma non solo.

Forse le priorità dei nostri figli non combaciano con le nostre e questo, associato alla loro iperattività e alla loro tendenza a focalizzarsi prevalentemente sulla situazione presente, fa sì che l'adulto si trovi di fronte a continue attese, spesso confuse con una spiacevole mancanza di collaborazione.

Ci sono bambini che ascoltano, iniziano a rispondere alle nostre richieste ma poi, a un certo punto, sembrano perdere la focalizzazione sulle nostre consegne: si interrompono e iniziano a fare altro, come se il primo compito, quello che avevamo prospettato, nella loro mente non esistesse più.

Che cosa fa sì che archivino le nostre richieste ben prima di portarle a termine?

Anche in questo caso la risposta non può essere solo la ridotta capacità di attenzione.

Probabilmente c'è qualcosa in più che dovremmo analizzare sia a livello della motivazione ad agire, sia rispetto alle competenze legate alla pianificazione e all'organizzazione delle varie attività quotidiane in cui siamo impegnati.

Infine troviamo i bambini con tratti oppositivi, per i quali ogni richiesta proveniente dall'esterno, se non strategicamente formulata, ri-



schia di attivare all'estremo quel meccanismo che Jack Brehm¹ chiama della *reattanza psicologica*, cioè una tendenza a ribellarsi a qualsiasi cosa limiti la propria libertà.

In casi come questi potremmo quasi dire che è l'adulto che, commettendo errori nelle modalità con cui avanza le proprie richieste, provoca reazioni inadeguate in un bambino già predisposto a osteggiarlo e che, probabilmente, ancora non possiede quelle strategie che gli consentirebbero di assecondare la richiesta di collaborazione formulata dall'adulto. Anche tale incapacità andrebbe però ricondotta a una modalità di funzionamento a cui il bambino fatica a sottrarsi e quindi spetta a noi allearci nella ricerca di modalità alternative, piuttosto che attivare risposte polemiche e poco efficaci.

L'obiettivo della storia che state per leggere è proprio questo: far comprendere a adulti e bambini che per imparare a collaborare dobbiamo certamente iniziare ad ascoltarci reciprocamente ma, ancora prima, è importante riuscire a riconoscere i nostri punti deboli e i nostri punti di forza, lavorando su questi ultimi e potenziandoli al massimo per uscirne, tutti insieme, vincitori.

In fondo siamo una squadra, siamo *i SuperIperEroi!*

¹ J. Brehm, *Psychological Reactance*, Cambridge, Massachusetts, USA, Academic Press, 1981.



Il Castello del parco



Forse voi siete tra quelli che pensano che i supereroi non esistono perché non ne avete mai davvero visto uno in azione, e forse non ne avete mai visto uno in azione perché non avete mai avuto occasione di visitare il Castello del parco.

Il Castello del parco è praticamente la seconda casa di Loris, Greta, Matteo e Riccardo. Al termine della scuola, dopo aver pranzato e ripulito i piatti da tutti i manicaretti che genitori e nonni hanno cucinato per loro, i quattro amici si ritrovano tutti i giorni esattamente sopra il ponte del grande Castello del parco.

Loris, Greta, Matteo e Riccardo si conoscono da sempre e da sempre sono appassionati di supereroi. Tra loro, per chiamar-



si, usano addirittura dei soprannomi che richiamano i loro personali «superpoteri».

Greta, ad esempio, è una bambina molto curiosa: la sua attenzione è catturata da mille cose e tutte contemporaneamente, come se fosse un radar. Infatti il suo nome da supereroe è proprio Miss Radar.



Matteo è il più energico del gruppo,

si entusiasma in occasione di ogni avventura e riesce a trasmettere la sua energia a tutti. Non sta mai fermo un momento e sembra che abbia sempre le pile cariche. Infatti il suo nome da supereroe è proprio Capitan Pila.



Poi c'è Riccardo, pieno di

idee. Ha sempre qualcosa da proporti: quando lo incontri ti fissa con i suoi occhi vivaci e hai subito l'impressione che abbia in testa mille idee. Hai presente i personaggi dei fumetti, quando



si accende una lampadina in testa?

Infatti il suo nome da supereroe è proprio SuperLampadina.

Infine c'è Loris, un bambino impetuoso ma anche passionale. Sai che cosa significa «passionale»? Diciamo che ricorda molto le onde del mare quando, cariche di energia, si infrangono sugli scogli. Infatti il suo nome da supereroe è proprio Ondaman.

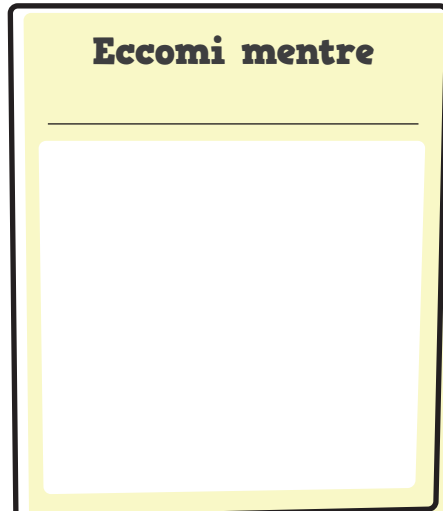




Come ci si sente a essere SUPER?

Attenzione però, non abbiamo ancora finito!

- ▶ Rileggi le attività nelle quali ti senti davvero *super*. Scegline tre e prova a disegnare nei riquadri sottostanti un'immagine che ti rappresenti mentre le stai svolgendo. Per esempio, se ti senti forte nel gestire bene il vostro cucciolo Pippo, disegnati mentre lo porti a spasso al guinzaglio, magari nel giardino di casa tua.





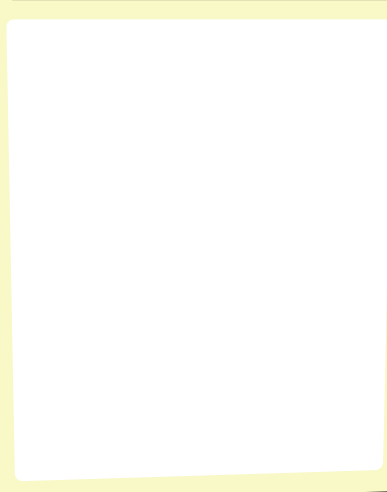
**È bello vedere di essere capaci di
fare la differenza!
Ma tu sai che cosa vuol dire
«fare la differenza»?**

- ▶ «Fare la differenza» è un modo di dire: significa che la presenza di una persona e le sue capacità modificano (in meglio) una situazione rispetto a quando quella persona non c'è. Nello sport, per esempio, si dice che un giocatore «fa la differenza» se la sua squadra inizia a vincere quando lui entra in campo e invece perde se lui non gioca. Nella pagina precedente hai disegnato quello che accade quando attivi i tuoi «superpoteri» per aiutare i tuoi genitori, ma cosa succederebbe se tu *non* rispondessi alle loro richieste? Se non ci fossi tu a *fare la differenza*? Prova a immaginarlo e disegnalo qui sotto. Se proprio non sai cosa disegnare, chiedilo ai tuoi genitori: sapranno certamente darti qualche utile consiglio.

**Cosa accadrebbe se
io non portassi a
spasso Pippo**



**Cosa accadrebbe se
io non _____**





Adesso tocca a noi!

► In questa fase del percorso il contributo dei genitori diventa davvero essenziale.

I vostri *SuperIperEroi* dovrebbero avervi consegnato un foglio contenente una serie di osservazioni che riguardano la vostra vita familiare. Leggetelo attentamente insieme per capire se hanno colto alcune piccole e grandi abitudini che caratterizzano le vostre giornate.

Ricordate: l'obiettivo non è correggerli.

Se non doveste ritrovarvi in qualche comportamento descritto dai vostri figli, potreste chiedere direttamente a loro spiegazioni o discutere di possibili integrazioni.

Non modificate mai quello che hanno scritto, lasciate piuttosto che siano loro a introdurre variazioni dopo essersi confrontati con voi; se non dovessero proprio rilevare alcuni aspetti che ritenete fondamentali, per il momento lasciate perdere e rimandate a un'altra occasione. In questa fase è importante che i vostri ragazzi sappiano descrivere il loro piano e capiscano che anche voi lo apprezzate.

Partendo dall'elenco delle routine domestiche, proponete di creare un «Piano d'azione», ovvero una tabella settimanale, divisa in giornate, di «buone abitudini» che riporti:

- nella prima colonna a sinistra, le principali fasce orarie in cui la famiglia si ritrova riunita a casa;
- nelle righe corrispondenti, gli impegni che in quella fascia oraria ciascun membro della famiglia già compie o si impegna a svolgere da ora in avanti.

Nell'individuare i compiti di ognuno, tenete in considerazione le proposte di aiuto/supporto avanzate dai vostri figli. Non abbiate paura che sia troppo: dopotutto si tratta di suggerimenti che arrivano direttamente da loro, perché non dovrete accoglierli?

Il risultato del vostro lavoro dovrebbe essere qualcosa di molto simile alla tabella di Miss Radar riportata alla pagina accanto.



Piano d'azione di Miss Radar

Settimana dal 10 al 17 marzo

| | Mamma | Papà | Nonna | Bea | Io |
|---------------|--|--|--|---|---|
| Ore 7 | Preparare la colazione e aiutarmi a ripassare la lezione (quando necessario) | Preparare la colazione e aiutare Bea a ripassare la lezione (quando necessario) | | Lavarsi, vestirsi, fare colazione, mettere la tazza nel lavandino | Lavarsi, vestirsi, fare colazione, mettere la tazza nel lavandino |
| Ore 13 | Se è a casa, preparare il pranzo e apparecchiare | Se è a casa, preparare il pranzo e apparecchiare | Se non ci sono mamma e papà, preparare il pranzo e apparecchiare | Lavarsi le mani, sedersi puntuale a tavola, sparecchiare la propria parte | Lavarsi le mani, sedersi puntuale a tavola, sparecchiare la propria parte |
| Ore 14 | Se è a casa, riordinare la cucina | Se è a casa, riordinare la cucina | Se non ci sono mamma e papà, riordinare la cucina | Aiutare a riordinare la cucina e le proprie cose prima del momento relax | Aiutare a riordinare la cucina e le proprie cose prima del momento relax |
| Ore 15 | Se è a casa e se ne abbiamo bisogno, aiutarci nei compiti che non riusciamo a svolgere da sole | Se è a casa e se ne abbiamo bisogno, aiutarci nei compiti che non riusciamo a svolgere da sole | Se non ci sono mamma e papà e se ne abbiamo bisogno, aiutarci nei compiti che non riusciamo a svolgere da sole | Iniziare a fare i compiti | Iniziare a fare i compiti |



Rifletto un po'

▶ Pensando alla tua ultima settimana, sei riuscito a seguire le buone abitudini riportate nel «Piano d'azione» che hai costruito con la tua famiglia? Sì No

▶ Ci sono stati dei momenti in cui ti sei sentito utile a qualcuno? Se sì, sapresti indicare quali? _____

▶ Usando questo «Piano d'azione», ti sembra che ci sia più serenità in famiglia? Sì No
Perché? _____

▶ Usando questo «piano d'azione» ti sembra di aver:
 perso tempo 😞 guadagnato tempo 😊
Perché? _____

▶ In questa avventura quale nome da SuperIperEroe ti daresti? Scrivilo nello stemma.

