

# Piccole belve crescono

Capricci infiniti e scenate da panico sia in casa che fuori. Non è sempre facile prendere in mano la situazione. Ecco come comportarsi davanti a questi atteggiamenti con efficacia e senza perdere la calma

*a cura di Alessia Gabrielli*





Cosa fare quando i figli fanno i capricci, in un'escalation di scenate, magari in pubblico, che mettono in difficoltà i genitori? Il dottor Alberto Ferrando, medico pediatra dal 1978, docente all'Università degli Studi di Genova, ci aiuta a ritrovare la bussola, anche quando la situazione sembra disperata.

**Dottor Ferrando, come deve comportarsi un genitore quando suo figlio è incontenibile e perde il controllo?**

Bisogna innanzitutto distinguere il capriccio in base all'età del bambino. In alcune fasi della crescita va considerato come una manifestazione normale, che va inquadrata in un contesto di educazione generale. Fino a due anni il bambino è l'espressione della prepotenza allo stato puro, della natura dell'uomo in assenza

di regole. Per esempio, sin da neonati capiscono che se piangono probabilmente qualcuno li prenderà in braccio. Ma per allevare figli occorre sia il rinforzo positivo che quello negativo.

**In cosa si manifesta la prepotenza dei piccoli?**

La prima forma di ricatto è il cibo. Molti genitori, quasi disperati, mi confidano di non riuscire a far mangiare i loro bambini. Di attuare tentativi rocamboleschi per intrattenerli, distrarli. Ma non c'è nulla da fare. Il nutrimento è fonte di legame. Basti pensare al bisogno fisico della mamma di tenere al seno il piccolo nei primi mesi di vita. Ma il bambino impara, assorbe come una spugna e cerca di ricondurre tutto a suo vantaggio, anche perché è l'essere

più egocentrico che ci sia. Il suo mondo è composto esclusivamente da lui e pretende qualunque cosa.

**Fin dove possono spingersi nelle bizzes?**

Ci sono bambini che se contrariati arrivano a vomitare o che battono la testa ripetutamente al muro o a terra, in modo isterico. Molto spesso in queste occasioni viene naturale all'adulto assecondarli, anche per evitare di prolungare lo stitico. Ed è lì che loro approfittano della situazione e imparano che quella è la strada per ottenere ciò che vogliono, è un precedente. A volte qualcuno può arrivare ad avere gli spasmi affettivi: il bambino trattiene il respiro, arriva a diventare cianotico (reazione che si nota se contrariato o se ha dolore), fino allo svenimento. Il genitore ha il compito di educare, e in questi casi, anziché accontentarlo, deve intanto soffiare in faccia al piccolo o bagnarlo con dell'acqua, mantenendo la calma, perché se il bimbo perde conoscenza, si riprende subito.



**Già a un anno e mezzo-due i bambini capiscono molto più di quanto immaginiamo. Al momento del capriccio la madre dovrebbe rispondere con fermezza frasi del tipo: "Fai quello che vuoi, ho da fare".**

**Cui seguiranno certamente grida e crisi di nervi.**

**In quel momento, portarlo alla ragione è inutile. Quando sono così piccoli, in quelle circostanze, sono permeabili solo al tono di voce, che riconoscono come deciso, inflessibile. Solo dopo, tornato alla calma, si può usare la dolcezza per dare spiegazioni e coccolarlo**



### E se le scenate avvengono fuori casa?

In generale, non è semplice stabilire una linea di condotta. Ma per i bambini è importante la coerenza. Se il piccolo fa lo scalmanato sulle strisce pedonali, per esempio, è ovvio che non sarà quello il momento migliore per correggerlo, ma sarà opportuno prenderlo in braccio e affrontare il problema dopo. In casa è più semplice. Bisogna tener presente che già a un anno e mezzo-due i bambini capiscono molto più di quanto immaginiamo. Al momento del capriccio la madre dovrebbe rispondere con fermezza frasi del tipo: "Fai quello che vuoi, ho da fare". Cui seguiranno certamente grida e crisi di nervi. In quel momento, portarlo alla ragione è inutile. Quando sono così piccoli, in quelle circostanze, sono permeabili solo al tono di voce, che riconoscono come deciso, inflessibile. Solo dopo, tornato alla calma, si può usare la dolcezza per dare spiegazioni e coccolarlo. Il classico errore è cercare di usare frasi forti, in tono dolce.

### Cos'altro fa breccia sui bambini?

Il comportamento. Il bambino capisce tutto di noi, guardandoci. Se lo si sgrida a parole, mentre il corpo anziché esprimere riprovazione è proteso verso di lui, sarà tutto inutile. Dai due anni in poi la diplomazia deve essere messa da parte, a favore dei "no"

secchi. Cosa che, molto spesso, i nonni non riescono a fare con i nipoti. Fondamentale è anche il rinforzo dell'io materno: più che ai consigli degli esperti, bisogna abbandonarsi al proprio cuore, dato che ogni bambino è diverso, ma al tempo stesso dedicare del tempo a se stesse.



## L'incubo pappa

«Il bambino è come noi, può avere più o meno fame a seconda dei giorni», dice il dottor Ferrando, che ricorda come in Italia 4 piccoli su 10 siano in sovrappeso. «A volte non lo si deve forzare, mangerà più la volta dopo. Sarebbe sbagliato, farlo mangiare a suon di ricatti o costringerlo a cibi che non gli piacciono, dato che hanno già i loro gusti. O proporgli pasti faraonici con cinque varianti a portata per far sì che ci sia qualcosa per lui irrinunciabile, per prenderlo per la gola, magari le patatine fritte o dei cibi non sani. Oltre alle proteine, animali e vegetali, deve mangiare cinque porzioni, tra frutta e verdura, tutti i giorni. Anche qui, vale il buon esempio: il bambino osserva i genitori, a poco varrà l'imposizione se i genitori non faranno lo stesso» conclude l'esperto.

