

L'Educatore



Notiziario degli insegnanti del Sistema Educativo e dei dirigenti del Sacerdozio

Aprile 2007

Disciplinare con amore

La famiglia: Un proclama al mondo consiglia ai genitori di allevare i loro figli in amore e rettitudine. Tra le sfide più grandi che i genitori devono affrontare vi è quella di persuadere i figli ad obbedire e offrire loro una guida amorevole quando non lo fanno.

Secondo gli studiosi della genitorialità, i genitori fanno uso di tre approcci principali per ottenere l'obbedienza dei loro figli: coercizione, ritiro del proprio amore e induzione.

I genitori che fanno uso della coercizione tentano di forzare la loro volontà sui figli attraverso mezzi ostili o gravemente punitivi, quali urla, colpi o avvillimento. Sebbene tali strategie portino spesso all'obbedienza, le ricerche mostrano come i genitori che ne fanno uso frequente producano figli privi di capacità sociali, chiusi in se stessi, privi di spontaneità, più aggressivi e con una coscienza sottosviluppata.

I genitori che fanno uso del ritiro del proprio amore mostrano disapprovazione e sospendono la loro cura amorevole finché il comportamento non cambia. Ad esempio, potrebbero rifiutarsi di parlare al loro figlio fino a quando non obbedisce. Le ricerche relative all'efficacia di questo approccio mostrano risultati misti, ma indicano di certo che un figlio potrebbe soffrire di eccessivi sensi di colpa se viene disciplinato in questo modo di frequente.

L'induzione include il ragionare con i propri figli spiegando gli effetti del loro comportamento sugli altri. Esso fa uso della pazienza e della gentile persuasione al fine di incoraggiare il comportamento desiderato. Gli esperti affermano che l'induzione è una forma di disciplina di gran lunga migliore sia della coercizione che del ritiro dell'amore. I genitori che fanno un uso regolare

dell'induzione producono figli che possiedono una coscienza meglio sviluppata, sono più competenti e responsabili socialmente, più interiormente motivati a compiere scelte giuste, più indipendenti, fiduciosi e rivolti al raggiungimento di risultati.

A volte, tuttavia, il semplice ragionamento non è sufficiente ad ottenere l'obbedienza. In queste occasioni, i genitori potrebbero essere tentati a urlare, minacciare o punire il loro figlio. Invocare le conseguenze è un'alternativa migliore. Quando i genitori permettono ai figli di provare le dirette conseguenze delle loro scelte, piuttosto che proteggerli da questi risultati, i figli imparano da sé che certe azioni portano certe conseguenze. L'enfasi viene posta sull'insegnare al figlio, non sul punirlo. Ad esempio, un figlio che si alza tardi e perde l'autobus apprenderà una lezione importante se andrà a scuola a piedi, piuttosto che venire accompagnato in macchina da un genitore. Il figlio che non tira su i suoi calzini sporchi e non li mette nella cesta dovrebbe provare la diretta conseguenza della sua scelta -- niente calzini puliti da mettere.

È importante che i genitori stabiliscano a priori le logiche conseguenze che seguiranno un particolare comportamento sbagliato. Ad esempio, un adolescente che non rispetta regolarmente il coprifuoco perderà la possibilità di usare l'automobile per un periodo di tempo predeterminato. Un figlio che va a trovare i suoi amici senza dirlo a mamma o papà perderà in primo luogo il privilegio di trascorrere del tempo con gli amici.

Quando non esiste un chiaro collegamento tra il comportamento sbagliato e le conseguenze, è facile che i genitori puniscano piuttosto che insegnino.



Affinché le conseguenze siano efficaci, esse devono essere messe in atto in uno spirito di guida e insegnamento, sostengono gli studiosi Wally Goddard e Larry Jensen. La disciplina dovrebbe essere attuata in un contesto di amore e interesse genuino verso il benessere a lungo termine del figlio.

I genitori dovrebbero possedere un sincero interesse verso l'insegnamento ai figli di principi corretti, e non considerare la disciplina come un'opportunità di sfogo o di vendetta. L'autorità dei genitori non dovrebbe mai venire scambiata per l'opportunità di comandare o di abusare. Se sentiamo di desiderare che i nostri figli soffrano «per il loro bene», affermano Goddard e Jensen, probabilmente non abbiamo il giusto spirito.

Alcuni genitori insistono sulle punizioni severe o prendono immediatamente dei provvedimenti per i comportamenti sbagliati. Gli studiosi della genitorialità Craig Hart e Lloyd Newell, tuttavia, affermano che è importante comprendere le motivazioni del cattivo comportamento di un figlio prima di decidere la disciplina da attuare. A volte un bambino si comporta male a causa di un disturbo che necessita di cure mediche. Forse un bambino si sta comportando così per attirare l'attenzione, soddisfare una necessità non soddisfatta oppure esprimere paura o preoccupazione. Un adolescente potrebbe essere in ritardo per il ritorno a casa dopo un'uscita serale perché sta aiutando un automobilista rimasto a piedi. Reagire con una punizione immediata o prendere dei provvedimenti in queste situazioni sarebbe forse controproducente. I genitori dovrebbero cercare sinceramente di capire il comportamento di loro figlio piuttosto che reagire semplicemente ad esso. Grazie alla comprensione, i genitori possono offrire una disciplina più efficace ed essere dei migliori insegnanti per i loro figli. Una piena comprensione delle circostanze relative a un cattivo comportamento può altresì aiutare i genitori a prevenire ulteriori problemi che potrebbero presentarsi.

Dopo essere stati corretti, i figli sentono spesso una forte necessità di sentire l'amore che i genitori provano per loro. I figli devono sapere che sono ancora amati e considerati, anche

quando si comportano male. I genitori saggi danno seguito alla disciplina con l'assicurazione ai figli che sono amati e considerati.

Che cosa dire delle punizioni corporali? Sebbene vi siano alcune prove, non tutte concordi, sui benefici delle punizioni corporali, la maggioranza degli esperti è d'accordo sul fatto che altre opzioni siano migliori. Queste punizioni hanno risultati particolarmente negativi con gli adolescenti, sia per l'adolescente stesso che per il rapporto adulto-adolescente. Strategie migliori includono il ritiro dei privilegi, offrire una tregua, offrire delle opportunità di scusarsi e di rimediare alle offese o imporre conseguenze di tipo diverso.

In breve, la migliore disciplina evita la durezza e minimizza i rimproveri. Essa è un equilibrio sottile tra una ragionevole severità e un amore e un'accettazione incondizionati. La disciplina efficace viene sempre attuata entro il contesto di un rapporto genitore-figlio amorevole.

Qui di seguito riportiamo alcuni suggerimenti utili al fine di disciplinare con amore:

- **Calmatevi.** Correggete i figli quando siete calmi e padroni di voi stessi, non quando siete frustrati e adirati. Se vi trovate a disciplinare con rabbia, fate un respiro profondo, fermatevi e contate fino a 30, oppure mandate vostro figlio in camera sua e andate voi in camera vostra per ricomporvi e riflettere sulla situazione.
- **Cercate di comprendere il comportamento errato di vostro figlio prima di disciplinarlo.** Vostra figlia si sta comportando male perché è stanca, agitata o desiderosa di attenzioni? Forse un sonnellino o un po' di tempo extra con voi sarebbe meglio di una punizione. Vostro figlio è in uno stato di crescita in cui va alla ricerca della libertà (tipicamente i due anni, i tre anni e negli anni dell'adolescenza)? Che cosa potete fare per aiutarlo a cercare la sua indipendenza in maniera sicura e responsabile? C'è qualcosa nell'ambiente che gli dà fastidio? Forse ha perduto uno



dei suoi giocattoli preferiti, o ha paura del buio o ha preso un brutto voto in un compito in classe. Forse vostro figlio non sa mostrarlo in altro modo. Se è così, insegnategli invece che punirlo.

- **Fate uso delle conseguenze.** Le conseguenze insegnano ai figli in che modo le loro azioni influenzano la loro e l'altrui vita. Le conseguenze funzionano meglio delle minacce e dei brontolii. Esse sono particolarmente efficaci quando i figli vengono inclusi nel decidere quali conseguenze seguiranno quale cattivo comportamento. Ad esempio:

Prima che i figli escano, molti genitori hanno l'abitudine di porre le domande Chi-Cosa-Dove-Quando: Con chi stai? Che cosa farete? Dove andate? A che ora ritorni? Insieme si mettono d'accordo sulle risposte. Qualsiasi variazione di programma deve essere approvata da una telefonata. In caso contrario, i privilegi dell'uscire verranno ritirati per un po' di tempo.

La maggior parte dei genitori assegna dei lavoretti domestici ai propri figli, spesso con l'aspettativa che vengano svolti prima di cena. Se si lamentano dei loro lavoretti, si può chiedere di andare in camera loro fino a quando non decidono di obbedire. In caso contrario, salteranno la cena.

- **Cercate delle alternative alle punizioni fisiche.** Le opzioni includono il ritiro dei privilegi (una guida pericolosa risulterà nel non poter guidare per una settimana), porre l'enfasi sul danno o sul dolore inflitto («Hai fatto stare male tua sorella quando l'hai chiamata in quel modo», oppure «Questa cosa ha davvero danneggiato la mia fiducia in te»), e richiedere una restituzione (chiedere scusa, adoperarsi per riparare le proprietà o i rapporti danneggiati).
- **Continuate ad amare.** Quando attuate la disciplina, fatela seguire da amore e affetto. Assicurate i vostri figli che, anche quando non vi va ciò che fanno, li amate ancora. Esprimete fiducia in loro («Tutti

facciamo degli errori. So che farai meglio la prossima volta»).

Articolo redatto da Megan Northrup, Assistente Ricercatrice e da Stephen F. Duncan, Professore presso la School of Family Life, Brigham Young University.

Riferimenti

Goddard, H. W., & Jensen, L. (2000). Understanding and applying proclamation principles of parenting. In D. C. Dollahite (Ed.), *Strengthening our families: An in-depth look at the proclamation on the family* (pp. 124-134). Salt Lake City, UT: Bookcraft.

Hart, C., & Newell, Lloyd D. (2000). Proclamation-based principles of parenting and supportive scholarship. In D. C. Dollahite (Ed.), *Strengthening our families: An in-depth look at the proclamation on the family* (pp. 100-123). Salt Lake City, UT: Bookcraft.

Approfondimento

I profeti degli ultimi giorni hanno consigliato ai genitori in maniera costante di disciplinare i figli in uno spirito di amore. L'Anziano James E. Faust (1990) disse: «Di certo, il principio che sta alla base della disciplina dei figli è che tale disciplina dev'essere motivata più dall'amore che dalla volontà di punire» (p. 41).

Quale apostolo, il presidente Gordon B. Hinckley (1994) parlò contro le punizioni corporali: «Non ho mai accettato il principio del 'risparmia la verga e vizia il figlio'.... I figli non devono essere picchiati. Essi hanno bisogno di amore e incoraggiamento» (p. 53).

Joseph F. Smith (1963) disse riguardo al disciplinare i figli: «Non usate né frusta né violenza, ma avvicinatevi a loro con la ragione, con la persuasione e con amore non finto. L'uomo che si adira con il suo ragazzo e cerca di correggerlo mentre è adirato, in lui resta la colpa più grandePotete correggere i vostri figli solamente tramite l'amore, in gentilezza, con amore non finto» (pp. 316-317).



L'Anziano Hinckley esortò i padri a seguire l'insegnamento di Dottrina e Alleanze 121:41-42. «'Rimproverando prontamente con severità' può in verità essere cosa appropriata, ma non in uno scatto d'ira, 'quando sospinti dallo Spirito Santo; e mostrando in seguito un sovrappiù di amore' (DeA 121:43)» (1967, cit. in Hart, 2000, p.106).

Riferimenti

Faust, James E. (1990, November). *The greatest challenge in the world--good parenting*, *Ensign*, 20, 32.

Hart, C. H., Newell, Lloyd D., & Sine, L. L. (2000). Proclamation-based principles of parenting and supportive scholarship. In David. C. Dollahite (Ed.), *Strengthening our families: An in-depth look at the proclamation on the family* (pp. 100-123). Salt Lake City, UT : Bookcraft.

Hinckley, Gordon B. (1994, November). Save the children. *Ensign*, 24, 52.

Smith, Joseph Fielding. *Dottrina Evangelica*.