

# “Capricci, rabbie e trasgressioni dei nostri figli: come affrontarli senza faticare troppo”

La psicoterapeuta Rosanna Schiralli inaugura la terza edizione della Scuola per Genitori

**H**a preso il via con l'intervento della psicoterapeuta Rosanna Schiralli, sul tema “Capricci, rabbie, trasgressioni dei nostri figli: come affrontarli senza faticare troppo” la terza edizione della Scuola per genitori di Confartigianato Arezzo.

La serata, che si è svolta nell'auditorium “Pieraccini” dell'ospedale di Arezzo, ha visto la presenza di Giovanni Battista Donati, e di Mauro Giovagnoli, rispettivamente presidente e direttore di Confartigianato Arezzo e il saluto dell'assessore comunale Lucia De Robertis, e su delega del Provveditorato agli Studi la Prof.ssa Giovanali Tiziana.

La relazione di Rosanna Schiralli (nella foto sotto) si è posta in un contesto di ideale continuazione con l'intervento dell'anno prece-



dente. Per questo Schiralli ha richiamato il paragone metaforico, già fatto nella scorsa edizione, dei genitori nel ruolo di “pilotti di aereo durante una turbolenza” che rappresenta appunto le fasi critiche dello sviluppo. Ai genitori quindi affida l'arduo compito di stare sereni e decisi nel posto di guida e di rassicurare sempre e comunque i figli senza perdere il controllo per la paura. I risultati di un atteggiamento sereno, coerente e autorevole sarebbero accreditati dai contributi delle neuroscienze. Infatti attraverso la “riso- nanza magnetica”, sottolinea Schiralli – è possibile mostrare come una sana educazione riesce ad attivare le aree cerebrali del benessere e della serenità. Al contrario si attivano altre aree celebra- li preposte alla produzione di sostanze che alimentano lo stress, l'adrenalina nei bimbi rendendoli sempre più irrequieti, poco incli- ni all'ascolto, impulsivi e instancabili. La psicoterapeuta ha spiega- to inoltre le funzionalità dei neuroni specchio, ultima scoperta scientifica, affermando che questi agiscono come una sorta di “antenne” verso il mondo esterno, presenti nel bambino fin dalla nascita, che testimoniano come gli esseri umani sono predisposti per la “connessione” con i loro simili essendo il cervello l'unico organo sociale. Queste antenne, i “neuroni specchio”, ci consento- no di vivere emozionalmente tutto ciò che osserviamo. “E' come – ha spiegato Schiralli – se i bambini ci leggessero nel pensiero, non a livello cognitivo, ma a livello intuitivo”.

Sempre a livello scientifico la Dr.ssa Schiralli ha dimostrato l'importan- za ormai indiscussa dei NO dal punto di vista educativo. “Un bambino appena nato ha prevalentemente pulsioni ed ha quindi attiva quell'area del cervello più arcaica e primitiva”. Piange e si sfoga, vuole tutto e subito è la sua pulsione non sa aspettare. Il problema nasce quando rimaniamo a questo livello, che se pur importante e fondamentale, risulta dannoso se poi attraverso le sinapsi non si collega alla parte frontale preposta al controllo e al ragionamento. Bisogna quindi insegnare ad aspettare, a gestire la sua pulsione. “Ma come si crea quel “ponte” che da adulti rappre- senterà, per i nostri figli, la capacità di giudizio, e di libero arbitrio?” “Che si fa – prosegue Schiralli – quando un bambino ha una crisi di



rabbia? Che si fa quando un bambino “non è gestibile”? Dobbiamo recuperare la genitorialità, altrimenti – sottolinea – è la resa del- l'adulto”.

I consigli che offre Schiralli sono pochi, chiari e difficilmente confu- tabili.

In ordine di priorità ci sono le regole, anche queste poche ma intransigenti, poi contenimento, ovvero gestione di stati di proble- maticità con calma e determinazione, evitando sia l'accondiscen- denza sia atteggiamenti di rabbia e autoritarismo.

Ma poi anche le piccole consolatorie hanno il loro ruolo. “Aiutano a riportare la calma, e questo – insiste Schiralli – non significa asse- condare il bambino. Il bambino deve essere contenuto, con uno sguardo sicuro, con un abbraccio, non con urla o con minacce. Questo tipo d'intervento non deve essere ritenuto adeguato stret- tamente nella fascia d'età relativa all'infanzia, ma anche e soprat- tutto trova la sua valenza applicato con gli adolescenti. L'ascolto, il contenimento, la ricerca di una strategia per costruire un dialogo sono ingredienti essenziali nell'adolescenza e nella preadolescenza-

za. È fondamentale per un ragazzo sapere che malgrado la burra- sca interiore all'orizzonte c'è un porto sicuro dove approdare.

La chiave è dunque la “sintonizzazione emotiva”, che aiuta a tra- sformare la “rabbia” e lo stress in calma e benessere. A conclusione di serata i genitori hanno rivolto domande e rappresentato casi specifici alla psicoterapeuta che ha risposto evidenziando le solu- zioni più adeguate ad ogni singolo caso.

Ulteriori informazioni sul sito [www.educazioneemotiva.it](http://www.educazioneemotiva.it).

Si ricorda inoltre che è ancora possibile iscriversi per poter accedere agli altri incontri rivolgendosi agli sportelli di Confartigianato Imprese Arezzo.

**INFO NUMERO VERDE 8003522**