

Punire i figli (senza sentirsi in colpa). Ci riuscite? Quando?

di Federica Mormando

“La paura di essere puniti può trattenere dal fare il male, ma non indurre a desiderare di fare il bene, l’unica disciplina efficace è l’autodisciplina», scrive lo psicanalista Bruno Bettelheim.

Il desiderio di comportarsi bene deriva da valori e consuetudini assorbiti principalmente attraverso l’ammirazione e l’amore per chi li pratica. Da piccoli e da grandi, a determinare il comportamento è soprattutto l’identificazione, che passa dapprima dall’amore verso le persone-guida, poi dall’esperienza delle conseguenze delle nostre azioni. **Una punizione data per ira, prepotenza, impotenza provoca rancore e, se umiliante, un cocente senso d’ingiustizia:** sensazioni che sostituiscono il desiderio di «non farlo più» col proposito di farlo appena nessuno se ne accorge.

La punizione può distrarre dallo scopo che dovrebbe avere perché può essere vissuta come un pagamento che estingue il debito, senza distogliere dal procurarsene altri.

Quanto ai provvedimenti in voga fra genitori buoni, come togliere i giochi per un po’ di tempo, sono come la grandine: **i bambini aspettano la fine della pena, e i giochi divengono ancora più preziosi.** Per gli adulti, sentire la necessità della punizione deriva da carenza di autorità, di chiarezza, di capacità e coerenza nel trasmettere valori e regole. **Talora le regole sono troppe e perdono significato. Talora troppo poche e si corre ai ripari dopo non averle date.**

Spesso sono impartite senza convinzione o con spiegazioni formali che annoiano. Più volte si sono dati esempi o permessi (parolacce, liti, svogliatezza, bugie, cattive abitudini) che paiono divertenti nel bambino piccolo e che poi, in modo per lui ingiusto e imprevedibile, diventano insopportabili.

Spesso i genitori si sentono in colpa nel punire e tornano sulle decisioni prese o chiedono scusa. Se dichiarare senza piagnistei di aver sbagliato, dopo un ripensamento serio, è cosa giusta e positiva, **chiedere scusa e mostrarsi o sentirsi bisognosi di perdono da parte dei figli toglie credibilità e dà insicurezza.** Io credo comunque che in generale

piuttosto che punire sia meglio far vivere concretamente la conseguenza delle azioni, buone e cattive, il che significa insegnare a prendersi le responsabilità.

Se vai male a scuola, studiare diventa prioritario, perché devi avere dei buoni voti, senza i quali non ti mostri capace di assolvere il tuo dovere, quindi neppure di meritarti degli svaghi.

Se ti comporti male a tavola, non puoi restare seduto con il resto della famiglia perché è sgradevole per gli altri.

Se sei prepotente, non puoi essere amato dagli amici. Se lasci la casa in disordine, non ci puoi fare la festa.

Se non sai mantenere gli orari, non puoi uscire... E viceversa.

Il problema è che i grandi vorrebbero far poca fatica nel formare i bambini, e quando le conseguenze diventano pesanti cercano scorciatoie che non ci sono.

È importante che l’azione formativa dei genitori sia intangibile. La gioia e la stima che seguono a un buon comportamento sono un incentivo assai più importante di qualunque regalo. E il silenzio è più incisivo di una scenata. **L’interruzione** (mai troppo prolungata) **della comunicazione è più grave di un ceffone:** se fai una cosa che non va bene, non puoi aspettarti che io sorrida e abbia voglia di stare con te; sono dispiaciuto ed

offeso, ti ignoro. Così l'allontanamento: ti stai comportando male, vai in camera tua. È sempre importante sforzarsi contemporaneamente di comprendere, di chiedersi:

che cosa mi spingerebbe a comportarmi così? Che cosa mi farebbe cambiare?

Mostrare ai ragazzi che si riflette sulle loro motivazioni è sempre utile, e non coincide con l'indulgenza ma con l'interesse per loro, che non hanno la nostra esperienza, e agiscono di solito in funzione del momento presente. È questo il motivo per cui **le minacce riguardanti il futuro non fanno presa**. A volte bisogna chiudere la stalla a buoi scappati: famiglie impreparate si trovano di fronte a comportamenti che non hanno potuto o voluto prevedere.

Bullismo, furti, violenze. In questi casi **la punizione** fa parte dei rimedi. Va pensata, non concordata. **Che sia riparatoria, costruttiva**. Che non aumenti la rabbia dei ragazzi. **Che esponga ad esperienze positive**. Che non dia adito a protagonismi negativi. Che sia severissima. Può essere necessaria una consulenza. Non permettere di uscire la sera quando se ne sono visti i pessimi risultati è difficile, ma lo è meno se accompagnato da un'atmosfera serena in famiglia, preludio a un rapporto di confidenza.

Talora può essere necessario un provvedimento drastico, come l'allontanamento, da viversi però come soluzione, non come punizione. E, in casi estremi, che arrivi uno spavento vero, anche dalla forza pubblica, che sia avvertimento importante per il ragazzo e, per i genitori, **un'opportunità di recuperare il proprio ruolo**.

Corriere della Sera – sabato 10 marzo 2012