

SAPER GESTIRE I CONFLITTI

Quante volte papà e mamme si trovano insieme di fronte alla domanda cruciale: “E adesso cosa facciamo?” per cercare, decidere, inventare una soluzione educativa per i figli alle prime **difficoltà e incomprensioni**.

Essere genitori ben organizzati con un **progetto educativo condiviso**, vivere la dimensione relazionale affettiva, essere autorevoli e non autoritari, saper stare nei conflitti senza colpevolizzare e riuscire a dare regole sostenibili, è una **competenza da costruire giorno per giorno**.

I bambini o i ragazzi entrano in conflitto e i genitori intervengono: urlando, individuando il colpevole, punendo, tentando più o meno efficacemente di pacificare o prevenire. In ogni caso si intromettono nel loro discorso.

Succede così perché **siamo ancora fortemente legati agli effetti di una cultura pedagogica che considera negativamente il contrasto infantile**.

Ma la ricerca e gli studi hanno superato queste impostazioni e vanno oltre: oggi sappiamo che litigare aiuta i bambini a riconoscere risorse e limiti stimolando l'autoregolazione, l'apprendimento dall'errore e la capacità di assumere diversi punti di vista. È insomma **un'occasione preziosa per acquisire competenze sociali**.

È quindi fondamentale saper insegnare ai figli a **litigare**.

Da sempre la sana psicopedagogia considera la gestione dei conflitti una opportunità di crescita.

Presupposto fondamentale è quello di **non colpevolizzare i bambini litigiosi**: il contrasto tra loro è una forma d'interazione.

L'interventismo adulto non solo è inutile ma risulta deleterio perché inibisce l'istintiva capacità **autoregolativa** dei bambini di trovare autonomamente un accordo, soprattutto per quel che riguarda i più piccoli. Impedisce inoltre la necessaria **frustrazione evolutiva** che il litigio offre in modo naturale.

Semplificando, si può dire che i litigi insegnano ai bambini a conoscersi e a **imparare a stare con gli altri**, a scoprire gradualmente risorse e limiti. Gli scontri, anche quelli fisici, sono paragonabili a quelli dei cuccioli di animali che utilizzano il gioco della lotta per capire come convivere. È quindi **sbagliato intromettersi** in queste dinamiche e soprattutto voler **cercare il colpevole**, cosa consueta tramandata da un'educazione tradizionale e classista.



Insegnare a litigare bene a scuola e a casa è efficace per consentire ai bambini di **gestire in autonomia i propri litigi senza l'intervento degli adulti**, gestire gli oppositori in classe, **prevenire i fenomeni di bullismo**, favorire l'inclusione scolastica, **ridurre lo stress di insegnanti, educatori e genitori**.

È indubbio che la percezione adulta dei litigi infantili e quella dei bambini non coincide. Per i bambini e le bambine il litigio è un'esperienza naturale: normale, fisiologica, carica di emotività, ma facilmente riletta a posteriori come priva di significati diversi da quelli vissuti in quel momento.

Le ricerche di psicologia dello sviluppo sull'argomento hanno contribuito a confermare che alcune caratteristiche della litigiosità infantile possono essere spiegate solo interpretando la litigiosità come un evento fisiologico, un *modus vivendi*, una parte quasi inevitabile del giocare assieme.

Per i bimbi anche il litigio è una fase del gioco. Per i più piccoli si può parlare di accordo e se questo non viene trovato, smette però la contrapposizione. Nel momento in cui invece un accordo si trova, spesso li si sente dire "Ci siamo chiariti". L'importante è fare comunicare i bambini, senza intervenire togliendo carica alle emozioni. Durante l'infanzia non si rimane arrabbiati, perché non si prova ancora rancore. Voler a tutti i costi imporre una soluzione non funziona. È una sorta di "Aiutami a litigare da solo con le mie risorse, non schiacciarmi". "Aiutami a fare da solo" di montessoriana memoria.

Il segreto **per evitare la guerra** non è non avere mai disaccordi, ma **saper gestire le contrarietà**, in particolar modo quelle relazionali, con competenza e con l'attitudine giusta.

I bambini con questo metodo imparano a vedere il punto di vista dell'altro, a cercare di far valere le proprie ragioni ascoltando anche le ragioni altrui.

Imparano il valore della rinuncia, cercano di dare e ricevere rispetto, per esempio, in ordine al giocattolo oggetto di contesa. Se non si impara a litigare bene, ma al contrario si evitano i litigi, si rischia di diventare delle mine vaganti per sé stessi e per gli altri.

Per questo dobbiamo insegnare ai bambini a comunicare, non attraverso una comunicazione emozionale, ma attraverso una comunicazione maieutica. Un tipo di comunicazione che non è basata sulla rabbia, ma sull'interesse e l'ascolto reciproco. Se la comunità educante agisce non con il controllo ma favorendo la gestione autonoma dei conflitti e delle contrarietà, è più difficile che sorgano dei problemi. I bambini che imparano a litigare bene saranno adulti più sicuri di sé e avranno maggiore autostima.

Saranno capaci di riconoscere le proprie competenze, di collaborare con gli altri e di ascoltarli, di non spaventarsi se qualcuno ha un'idea diversa dalla loro.



Insomma, saranno persone in grado di orientarsi nel ginepraio delle differenze, nell'ambito del lavoro, come in famiglia e nella coppia. Nel matrimonio o nelle relazioni autentiche non mancano i litigi, l'essenziale è che non manchi la volontà di risolverli insieme.

I bambini litigano per un giocattolo, per avere l'attenzione della mamma o della maestra, a volte si litiga in maniera compulsiva semplicemente per mettersi al centro dell'attenzione, per voler comandare. È importante e necessario smettere di colpevolizzare i bambini e le bambine perché litigano, ma dobbiamo aiutarli ad imparare a litigare bene come ricorda da molti anni il Prof. Novara.

L'antidoto alla distruttività e alla violenza è saper comunicare. Non sapere insultare o denigrare, ma riuscire a comunicare per scambiarsi le versioni reciproche. Con questo metodo il bambino ha la possibilità di confrontarsi, usando anche alcuni dispositivi come il conflict corner, uno spazio specifico dove incontrarsi con il compagno o il fratello e mediante delle tecniche anche simpatiche, come passarsi un gomito, condividere le versioni reciproche. È il diritto a comunicare le nostre idee alla controparte. Ai bambini piace, è una specie di gioco che aiuta a decontrarre le loro emozioni negative come la rabbia, la paura, il rancore e permette di comunicare.

Benché gli adulti spesso temano l'esplosione di energia che si verifica nei litigi, i bambini hanno formidabili risorse che vanno attivate e messe in gioco: sono capaci di accogliere le emozioni e i vissuti dei loro coetanei, di trovare accordi creativi e soddisfacenti, di imparare da questa esperienza così comune e così ricca di potenzialità evolutive.

Ai genitori e agli educatori si ricorda di non cercare il colpevole, non imporre la soluzione, incoraggiare la versione reciproca del litigio, favorire l'accordo creato dai bambini e, soprattutto, lasciarli litigare. Il conflitto tra bambini rappresenta uno dei tabù pedagogici della nostra epoca e al primo accenno di litigio infantile, la maggior parte degli adulti tende a intromettersi e reprimere il conflitto, nella convinzione che sia necessario imporre immediatamente una rappacificazione.

La vita non è dicotomica, tutta bianca o tutta nera, nessun periodo di vita è uguale a sé stesso. Per stare in pace **occorre fare la pace** e i contrasti rappresentano per i bimbi una fondamentale occasione di apprendimento relazionale che, se lasciati liberi di agire, imparano a gestire autonomamente. Comunicazione e autonomia, insieme all'autostima, sono fili dorati dell'abito "da festa" da indossare nella quotidianità.

LETTURA CONSIGLIATA

DANIELE NOVARA, *Litigare fa bene*, Bur, 2015

