

# Il segreto per comunicare efficacemente con i bambini e i ragazzi – Lezione 17

## ASCOLTO

Dopo aver fatto ancora un passo in su nella spirale verso il magnetismo, imparando a comprendere chi ci sta davanti, forse vi chiedete ancora come cavolo fate a farvi ascoltare dai vostri bambini e dalle persone che vi circondano. Vi capita mai di chiedervi se qualcuno vi ascolta? Vi pare di parlare a un muro a volte? Vi ritrovate a ripetere le stesse cose cento volte al giorno e magari anche ad urlare pur di farvi ascoltare? Vorreste avere un'influenza sui vostri bambini? Vorreste che vi dessero ascolto? Volete infondere fiducia e sicurezza nei vostri bambini? Volete che i vostri bambini si aprano a voi sentendosi in assoluta sintonia con voi? Volete uscire dai panni del/della "rompiscatole/brontolone/a"? Volete essere presi sul serio dai vostri bambini senza dover ricorrere al "bastone o alla carota"? Molti di noi sono subito pronti a dire agli altri che non ci ascoltano. Quanto spesso diciamo ai nostri bambini e familiari: " tu proprio non mi ascolti! "? Ma quante volte diciamo ai nostri bambini: " Aspetta un momento! " e quel momento non arriva mai?

Ci chiediamo mai il perché andiamo così d'accordo con i nostri amici, ma con i nostri bambini finiamo spesso con il discutere?

### FARE BRECCIA NEL MURO

Prima di iniziare a contare quelle che sembrano le innumerevoli volte in cui vi sentite di parlare a un muro,

chiedetevi “Perché” i bambini non vi ascoltano. Potrebbe essere che, nonostante i nostri grandi sforzi, siamo anche noi dei pessimi ascoltatori? Degli studi dicono che la maggior parte di quello che i genitori dicono è unidirezionale. Siamo come delle radio umane. Trasmettiamo informazioni benissimo, ma non le riceviamo altrettanto bene. Come succede per le radio, se il pubblico non apprezza il programma, ci si sintonizza su un altro canale. A chi piacerebbe ascoltare “Radio Brontolona” o “Radio Rimprovero”?

Parlando con i figli di mia cugina, esasperati dalle sue continue grida, mi hanno detto: “Mamma non fa altro che urlarci tutto il giorno! Vorremmo che per una volta ci ascoltasse. Si fa sempre quello che dice lei ed ha sempre una soluzione per tutto e a volte vorremmo solo che ascoltasse quello che abbiamo da dire. Ha sempre ragione lei e quindi non ci sforziamo neanche più di dirle come la pensiamo, tanto non ci ascolta”.

Beh, queste parole fanno riflettere e mi sono detta che dopotutto il Signore non ci ha dato due orecchie e una bocca per niente! Dovremmo utilizzarle nella stessa proporzione. Se vogliamo quindi che i nostri bambini ci ascoltino, dobbiamo prima di tutto noi ascoltare loro. Leggete questa poesia che riassume il perché l’ascolto è così cruciale:

### ***Per favore ascoltami***

*Quando ti chiedo di ascoltarmi,*

*e tu cominci subito col darmi consigli,*

*mi sembra di non essere inteso.*

*Quando ti chiedo di ascoltarmi,*

*e tu mi fai delle domande, ti metti a discutere,*

tenti di spiegarmi come dovrei reagire,  
mi sento aggredito.

Quando ti chiedo di ascoltarmi,  
e tu ti impossessi di quanto dico  
per tentare tu di risolvere  
quello che credi essere il mio problema,  
strano a dirsi, mi sento ancora più sperduto.

Quando ricerco il tuo ascolto,  
ti chiedo di essere là presente,  
in quell'istante così tenue in cui io mi cerco,  
attraverso una parola,  
alle volte espressa male,  
inquietante, ingiusta, confusa.

Ho bisogno del tuo orecchio,  
della tua tolleranza, della tua pazienza,  
perché io possa parlarmi,  
esprimendo cose semplici o complicate....  
Attraverso il tuo ascolto  
Io tento di esprimere la mia differenza.  
Cerco di farmi capire soprattutto da te.

*Raggiungo così una parola limpida,  
quella di cui da tempo sono stato privato....  
Sì, il tuo ascolto è essenziale.  
Per favore, ascoltami, cerca di capirmi.  
E poi se a tua volta vuoi parlare,  
aspetta solo un istante che io possa terminare,  
ed a mia volta ti ascolterò meglio,  
soprattutto se mi sono sentito ascoltato.*

*Jacques Salomè*

*– da “Spalanca la finestra”*

Il segreto del farsi ascoltare è prima di tutto ascoltare chi ci sta di fronte, ma non solo con le orecchie: è un ascolto sensoriale, cioè con tutti i nostri sensi, un ascolto che ci porterà alla sintonia, a quello che in PNL viene definito Rapport, un processo inconscio di creazione di un clima di comprensione, fiducia e rispetto che dà alle persone la libertà di esprimersi liberamente e a pieno, sapendo che le proprie idee vengono rispettate: proprio quello che succede tra buoni amici. Questo non significa essere d'accordo con quanto l'altra persona esprime, ma semplicemente che ognuno rispetta il punto di vista dell'altro ed il modo di vedere il mondo.

Se vi siete accorti che a volte la persona con cui vorreste comunicare non vi ascolta, vi sarete accorti che il vostro messaggio non arriva , che c'è qualcosa nella fisiologia dell'altra persona che vi fa capire che il messaggio non

arriva. Cosa bisogna fare? Cambiare modo di comunicare! Ma come?

Prima di tutto bisogna essere consapevoli che il nostro messaggio non sta arrivando e quindi bisogna osservare l'altra persona. Osserviamo i nostri figli con gli occhi, le orecchie, con le sensazioni che abbiamo in corpo. Ve lo assicuro: la capacità di avere una sorta di acutezza sensoriale e di notare ogni piccolo particolare nella persona con cui comunicate è il primo passo per dominare la comunicazione.

Mi ricordo di un periodo in cui mio figlio aveva scatti di ira verso mia madre e non c'era modo (a mio avviso) di fargli entrare in testa che quello che faceva era sbagliato, era davvero come se parlassi al muro: mi sforzavo di spiegargli che picchiare la nonna non era giusto, ma niente, continuava. Un giorno, arrivato agli estremi e spiegatogli per l'ennesima volta che ciò era sbagliato, mi accorgo, osservandolo, che il messaggio non era arrivato, nonostante mi rivolgessi a lui nella sua "lingua", quella auditiva digitale. Dovevo assolutamente cambiare modo di spiegare le cose. Dopo averlo osservato bene, mi sono accorta che mentre gli spiegavo le cose non ero assolutamente in sintonia con lui, sulla sua stessa frequenza d'onda, in Rapport. Come me ne sono accorta? L'ho osservato, ho osservato la sua postura e la mia, il suo modo di respirare, il suo tono di voce e le sue parole. Erano del tutto diverse dalle mie. Non stavo arrivando a lui.

E allora cosa e come fare?

Alla prossima settimana

Con affetto

Vostra Siria

**Dr. Siria Rizzi – Certified NLP Trainer – ABNLP**

© Riproduzione riservata