

Il segreto per comunicare efficacemente con i bambini e i ragazzi – Lezione 4

Parlando con molti genitori questi sono i problemi principali nella loro routine familiare. Purtroppo nessuno ci insegna a essere genitori. Quasi ogni genitore che incontro però pensa che potrebbe essere un genitore migliore. Ne sono la prova il successo di trasmissioni tipo “la Tata” ed il fatto che voi state leggendo questo articolo. Spesso chiedo: “Se potessi cambiare solo una cosa nel fare il genitore, cosa sarebbe?”. Mi sento dire:

“Vorrei non arrabbiarmi così tanto con i miei bambini” oppure “Vorrei non essere così impaziente o irritato”.

Considerato il pentolone della nostra vita domestica, non è sorprendente trovarsi a volte a perdere la pazienza, essere nervosi o irritati e spesso è molto facile incolpare i nostri bambini invece che fermarci ad interrogarci sulle ragioni, come nel caso del fiore di prima. Per esempio dopo aver detto a nostro figlio di spegnere la Play Station per quindici volte senza alcun risultato, troviamo il perdere la pazienza del tutto naturale pensando di non avere altra scelta.

Molti pensano di non poter controllare le proprie emozioni e si sentono come su una montagna russa in balia dei bambini. Ma cosa succederebbe se NOI potessimo avere il controllo e non i nostri figli, se potessimo rimanere sempre calmi e i nostri bambini cooperassero con noi? Sarebbe davvero raggiungere il nirvana!

Questo è possibile e quindi vi do il benvenuto nel mondo dei genitori magnetici!

Pensate a due calamite: una siete voi e l'altra i vostri

figli. Cosa può succedere? O si attraggono e si attaccano o si respingono separandosi.

Genitori e figli sono proprio come le calamite: si attraggono o si respingono. L'attrazione accade in quei giorni meravigliosi, dove tutto va per il verso giusto. E' come se i vostri bambini fossero uniti a voi da un legame magnetico che vi fa sentire alla grande. Poi ci sono giorni o momenti in cui va tutto storto come se voi e i vostri bambini foste le due parti della calamita che si respingono e più provate e forzate voi e i vostri bambini insieme e più la forza a separarvi si ingrandisce.

Facciamo un esempio. Ci sono la signora Maria Maniaca e la sig.ra Paola Perfettina. Quando la signora Paola Perfettina porta i suoi bambini fuori a mangiare una pizza, è rilassata, i suoi bambini si comportano benissimo, giocano e ridono insieme e tutto va bene.

Quando la signora Maria Maniaca va in pizzeria, è tutta un'altra storia. I suoi bambini urlano, fanno capricci, terrorizzano gli altri correndo per il locale. Lei urla e grida di stare seduti e più si innervosisce e peggio si comportano i bambini, ricadendo nelle situazioni che spesso vediamo in giro dove non si sa chi si comporta peggio, se i bambini o i genitori. Le cose vanno sempre peggio in una sorta di spirale verso il basso senza controllo fino a quando il più piccolo dei figli della signora Maria colpisce con una forchetta il più grande e la signora Maria perde il controllo e lascia il ristorante, furibonda con un nodo allo stomaco e un senso di frustrazione enorme, nonostante la sua buona intenzione iniziale di portare i bambini fuori.

Tutti abbiamo vissuto momenti da signora Perfettina e da signora Maniaca.

Sono convinta che ognuno di noi vorrebbe essere una calamita che attrae. Beh ... cambiare atteggiamento è semplice come

cambiare il verso della calamita. Se non state ottenendo l'attrazione che desiderate, attuando piccoli cambiamenti al vostro comportamento, potrete ottenere i risultati sperati (una delle regole base della PNL: se qualcosa non funziona, fai qualcos'altro). SOLO VOI dovete cambiare e non i vostri bambini per cambiare la relazione con loro, perché noi abbiamo il comando solo di noi stessi e non degli altri. Solo così possiamo rendere magnetica la relazione con i nostri figli.

Alla prossima puntata !

Con immenso affetto vostra Siria

Dr. Siria Rizzi – Certified NLP Trainer – ABNLP

© Riproduzione riservata