

MAMMA E PAPÀ CONTINUANO A LITIGARE.. MA IN SILENZIO

"Silenzi che si insinuavano fra le parole, gonfiandosi, a volte freddi e sordi, a volte pregni di cose mai dette, come una nube carica di pioggia che non cadeva mai."

(Marco Weiss)

"I bambini sono come contatori Geiger emotivi", ha dichiarato Mark E. Cummings, professore di psicologia presso l'Università di Notre Dame, che ha condotto per più di 20 anni studi approfonditi sugli effetti della discordia coniugale sui bambini.

I bambini, ha spiegato, sono incredibilmente in sintonia con la comunicazione emotiva che intercorre tra i genitori; sono ben consapevoli che, per i loro genitori, l'espressione non verbale è la chiave per comunicare sentimenti.

"Non è una semplice questione di ciò che vedono direttamente! Penso che la gente sottovaluti la sensibilità dei bambini ai loro ambienti", ha detto Cummings.

In altre parole, i bambini sono analisti sofisticati: possono addirittura dire se i genitori stanno "solo facendo finta" di risolvere i loro problemi invece di manifestare la volontà di risolverli realmente.

Le coppie possono comunicare la rabbia in varie modalità non verbali: una tra queste è il silenzio.

Se esposti a un prolungato conflitto silenzioso irrisolto, i bambini hanno maggiori probabilità di presentare disfunzionalità comportamentali: segni di rabbia, oppositività, provocatorietà, disturbi della condotta alimentare o disturbi del sonno, improvvisi cali nel rendimento scolastico.

A lungo andare queste condotte, che segnalano una reazione diretta al conflitto, possono virare in stati di sofferenza più importanti come ansia, depressione, ritiro sociale.

Sabrina Menini
Neuropsichiatra
Infantile

Quante volte mi sono chiesta, nella mia attività clinica, se quel bambino segnalatomi dalla Scuola per sospetta diagnosi di ADHD (Disturbo da Deficit di Attenzione ed Iperattività) in realtà non stesse mettendo in atto null'altro che la manifestazione reattiva al suo vissuto impotente di fronte al "conflitto silenzioso" della coppia genitoriale.

Riscontri di questo tipo dovrebbero fungere da orientamento per ripensare tattiche parentali per la gestione della rabbia: alcune ricerche mostrano, per esempio, che vedere i genitori affrontare in modo costruttivo il conflitto, attraverso il fronteggiamento dei problemi e il compromesso, può essere positivo per i figli.

"Le persone non gestiscono le cose male di proposito", ha detto Cummings."...La buona notizia è che se i partner lavorano insieme verso una risoluzione del conflitto e i bambini vedono questa emotività positiva, si cancella l'impatto negativo".

Le coppie che esercitano l'intelligenza emotiva e abbracciano le reciproche esigenze, piuttosto che sottolineare costantemente il conflitto, disaccordo e la contrapposizione, molto più probabilmente trasmetteranno questa abilità ai loro figli.

Questo fattore può essere un importante predittore del successo di un bambino nella vita: un bambino, più empatico, più in contatto con i sentimenti altrui, da adulto avrà più chance di affermazione personale. Essere emotivamente forte sarà per lui fondamentale, perché gli consentirà di affrontare al meglio tutte le prove a cui la vita lo sottoporrà.