

Essere genitori. Si può insegnare a sbagliare, e a chiedere scusa

Non esiste il genitore perfetto, e per fortuna perché accettando i propri errori e trasformando il proprio comportamento il genitore può dare un esempio concreto di umanità matura. L'ideale, infatti, piuttosto che nell'assenza di errore, è nell'essere consapevoli e nel tentare di correggere i comportamenti negativi, insieme ai figli

23 LUG - Non è facile essere genitori: sono tanti i modi di esserlo e non ce ne sono di perfetti. Si tratta di un'esperienza che arricchisce l'esistenza ma che mette di fronte a sfide quotidiane, alcune delle quali possono anche essere perse. È importante per l'Ordine degli Psicologi dell'Emilia-Romagna sottolineare come i genitori non debbano colpevolizzarsi per eventuali errori commessi, piuttosto sarebbe utile invitarli a riconoscere dove si è sbagliato, per la crescita psicologica personale e dei figli.

Essere genitore comporta garantire protezione, insegnare i limiti, far sviluppare la capacità di interazione nel contesto sociale e di gestione dei conflitti, favorire esperienze di autonomia, conservando una condizione di sicurezza. Azioni che richiedono un impegno psicologico costante, non facile da sostenere nella quotidianità. "Esserci", mantenere una relazione costruttiva con i figli, riconoscere il proprio ruolo e anche i propri limiti non è semplice ma è molto importante: il buon esempio, infatti, è più importante di molti insegnamenti verbali. E tutto questo è tanto più valido quando si parla di "imparare a sbagliare".

Oltre alla complessità del compito genitoriale in sé, padri e madri avvertono anche una significativa pressione psicologica e sociale nell'esercitare la loro funzione educativa. Alle volte rincorrono un ideale di genitore perfetto, un genitore sempre all'erta, che non sbaglia mai e che deve sempre trovare la risposta giusta al momento giusto. Tuttavia siamo esseri umani imperfetti e l'errore è inevitabile.

Non esiste dunque il genitore perfetto, e per fortuna perché accettando i propri errori e trasformando il proprio comportamento il genitore può dare un esempio concreto di umanità matura. L'ideale, infatti, piuttosto che nell'assenza di errore, è nell'essere consapevoli e nel tentare di correggere i comportamenti negativi, insieme ai figli. Un genitore consapevole dei propri limiti dà un insegnamento prezioso al figlio che impara così a crescere accettandosi nella propria soggettività e limitatezza fisica e psicologica.

Alla capacità di riconoscere dove si è sbagliato dovrebbe poi seguire la richiesta di scuse, che sono lo strumento di salvaguardia di tutti i rapporti umani e soprattutto di quello con i familiari. In assenza di tale richiesta di fronte a errori che colpiscono le persone può sorgere infatti malessere, sofferenza e rancore. Spesso, ciò che fa più soffrire nelle relazioni non è l'ingiustizia subita, ma la mancanza di riparazione da parte di chi l'ha commessa, cosa che può comportare una crescita del risentimento della persona offesa, causando in alcuni casi un impoverimento del rapporto e perfino la sua chiusura, con possibile profondo turbamento per le persone coinvolte.

Molti genitori possono pensare che scusarsi con un figlio li faccia apparire deboli e meno autorevoli ai suoi occhi. Dimostrare invece di avere capito di aver sbagliato, di essere dispiaciuti di non aver avuto un comportamento rispondente al proprio ruolo e al bisogno del figlio, è indispensabile per dare un'immagine positiva. Un ragazzo che fa esperienza di figure genitoriali consapevoli, coerenti e rispettose della sua dignità sviluppa un senso di sé positivo e avrà più fiducia nelle relazioni significative.

Si insegna che la consapevolezza dello sbaglio aiuta a tollerare la frustrazione associata a esso. Si può apprendere anche guardando l'altro che sbaglia, in un confronto reciproco, crescendo insieme. In conclusione, la volontà e l'atto di riparare possono promuovere il perdono, che è l'esito di un lavoro psicologico spesso non facile. Il figlio può sperimentare così sia che si può sbagliare, sia che si può perdonare e apprendere l'importanza di una relazione basata sul rispetto e la fiducia.

Ordine degli Psicologi dell'Emilia Romagna

23 luglio 2018