

LE ALTE ASPETTATIVE DEI GENITORI

Dott.ssa Simona Lionetto, sociologa e counsellor professionista

Ogni genitore vuole per il proprio figlio **il meglio!**

Sembra una constatazione banale e scontata, che in realtà nasconde un grosso dilemma: cos'è **il meglio** per i nostri figli?

Un papà o una mamma sono certi di cosa rispondere, perché, fin da quando si rendono conto che entro nove mesi il loro bambino nascerà, iniziano ad immaginare i traguardi che dovrà raggiungere, costruendo per lui **alte aspettative**. Non c'è dubbio che queste siano fondamentali per favorire il miglior sviluppo emotivo, cognitivo e sociale dei figli, ma è necessario definirle. Molte volte, infatti, coincidono con la **pretesa** di specifici risultati, come *essere i più abili in alcune attività o i più popolari tra gli amici*, e, in questo caso, si tratta di attese che rappresentano per i bambini solo un **peso** troppo pressante. A sostegno di questa constatazione, vi sono i risultati di diverse ricerche, come quella pubblicata dall'American Psychological Association¹, che ha dimostrato come, nell'emblematico campo del rendimento scolastico, quando i genitori hanno aspettative poco realistiche, i bambini peggiorano le loro performance scolastiche. Queste, invece, migliorano, quando le attese sono coerenti con le risorse dei ragazzi.

Accade spesso che le **alte aspettative** ci portino ad intervenire per aiutare i nostri figli a raggiungere i risultati prefigurati, senza accorgerci che così facendo impediamo lo sviluppo di importanti competenze ed autonomie, ma, soprattutto, non facciamo altro che dimostrargli di avere una scarsa fiducia in loro e nelle loro capacità. Dobbiamo imparare a **non intervenire** per ogni difficoltà che incontrano e ad **accogliere** le loro eventuali frustrazioni, **senza giudicarli**. In

¹ Murayama K., Marsh H.W., Pekrun R., Suzuki M., Lichtenfeld S. (2015). Don't Aim Too High for Your Kids: Parental Overaspiration Undermines Students' Learning in Mathematics. *Journal of Personality and Social Psychology*. <http://dx.doi.org/10.1037/pspp0000079>

quest'ottica, è importante insegnargli a non spaventarsi davanti ai fallimenti e ad essere *perseveranti* nel superarli, perché l'esempio della nostra costanza li aiuterà a sviluppare la pazienza. Non mostrarci preoccupati di fronte alle loro difficoltà servirà anche a dimostrare che crediamo nelle loro capacità: la nostra fiducia in loro diventerà la loro fiducia in se stessi. Si tratta di concetto a cui dobbiamo dare un grosso valore, nella convinzione che le persone che hanno fiducia in sé stesse riescono a raggiungere i traguardi che si prefiggono e a superare con più facilità le difficoltà inevitabili della vita.

Per nutrire aspettative che siano di aiuto e sprone per i nostri figli dobbiamo anche imparare ad *accettare* i loro *limiti*, senza considerarli una sconfitta, facendogli sentire che li amiamo e li sosteniamo semplicemente perché *sono i nostri figli*, a prescindere dagli obiettivi individuati e/o raggiunti. E' necessario, quindi, che impariamo a *fermarci* per *osservarli*, senza considerarli un prolungamento di noi, ma persone a sé stanti con caratteristiche proprie ed autonome, per chiederci: "Sappiamo veramente chi sono? Quali sono i loro desideri, i loro sogni? Conosciamo le loro risorse?"

E' una riflessione necessaria per capire se le aspettative che nutriamo nei loro confronti riguardano realmente i *loro sogni* oppure, come spesso accade, sono legate all'immagine di loro che, in quanto genitori, vogliamo dare all'esterno ("Sai già scrivere: è molto intelligente!"; "Ballava benissimo: è molto dotata!") o alla realizzazione di un nostro desiderio infantile ("Suonerà il pianoforte, come io non ho potuto fare"; "Giocherà a tennis, come io avrei sempre voluto"). Purtroppo, è a causa della mancanza di queste consapevolezza, che spesso i figli vivono le aspettative dei genitori come il passaggio obbligato per arrivare al loro amore e, quando non riescono a soddisfarle, la sensazione di fallimento è causa di forte stress che può portare ad importanti problematiche di vario genere.

Per questo, non dimentichiamo di trasmettere e dimostrare ai nostri bambini il valore della **libertà** a cui ognuno ha diritto per cercare ed affermare se stesso e



facciamo delle nostre **alte aspettative** nei loro confronti, il **loro trampolino** di lancio: di questa forza e di questo sostegno ci saranno sempre grati!