

Come lodo l'impegno invece del risultato?

PERCHÉ SUCCEDE

«Sei un genio» e «sei bravissimo» sembrano regali e funzionano come pesi. Dicono che il valore sta in una qualità fissa, quindi ogni prova successiva diventa un esame su chi è, non su cosa ha fatto: da lì nascono sia il ragazzo che si sopravvaluta e non tollera la critica, sia quello che si sente un fallimento appena qualcosa va male. Nella mia pratica vedo che i complimenti generici sono anche i più facili da respingere, perché chi li riceve sa benissimo che non descrivono niente.

COSA PUOI FARE

- 1. Descrivi invece di valutare.** Di che cosa hai visto: «hai rifatto quell'esercizio tre volte prima che ti tornasse». Non serve aggiungere un giudizio in coda, il fatto lo contiene già.
- 2. Loda quello che ha deciso lui.** Aver chiesto aiuto, aver ricominciato, aver diviso il lavoro in tre sere: sono cose sue, che può rifare. Il talento non è una cosa che può rifare.
- 3. Niente superlativi e niente confronti.** «Il più bravo della classe» mette il suo valore nelle mani degli altri, e nel giorno in cui uno fa meglio di lui non gli resta niente.
- 4. Fai il paragone con lui di un mese prima.** «Rispetto a settembre, questa parte adesso la fai senza chiedermele.» È un confronto che dipende solo da lui e che si può ripetere.
- 5. Fai sentire come racconti i tuoi risultati.** Quando ti va bene, di' anche che cosa hai fatto per arrivarci e chi ti ha aiutato; quando ti va male, di' che cosa non avevi preparato invece di dare la colpa agli altri. Imparerà da lì più che dalle tue lodi.

COSA EVITARE

Non chiudere con la promessa «impegnati e i risultati arriveranno»: non è vero sempre, e il giorno in cui si impegna e va male ha perso credibilità proprio quando serviva. Ed evita di lodare l'impegno come premio di consolazione dopo un brutto voto: si sente, e vale meno di niente.

QUANDO CHIEDERE AIUTO

Il segnale non è quanto è severo con sé, ma il fatto che nessun riconoscimento attacchi più: se qualunque cosa tu gli dica cade nel vuoto, se parla di sé in modo stabile («sono fatto male», «sono un esperimento fallito») invece che reattivo, e se questo dura da due settimane quasi tutti i giorni, con perdita di interesse anche per ciò che prima gli piaceva.

Se in quello che hai letto riconosci tuo figlio, parliamone. Scrivimi a ivan@ivanferrero.it e raccontami in due righe cosa sta succedendo: ti rispondo io. Un primo colloquio serve a capire insieme se serve un percorso e di che tipo, senza impegnarti a niente. Mi occupo di umore e autostima nei ragazzi da anni, con i ragazzi e con le famiglie.