

Perché cedo pur di avere pace subito?

PERCHÉ SUCCEDE

Perché la pace di stasera è un premio vicino, mentre un ragazzo che fra due anni sa che una parola detta in casa vale qualcosa è un premio lontano, che dalla soglia della cucina non si vede. Un premio subito ci sembra molto più grande dello stesso premio fra qualche tempo, al punto da farci scegliere oggi quello che domani rimpiangeremo, sapendolo: George Ainslie (1975) l'ha chiamato sconto iperbolico. Con un adolescente il premio immediato pesa di più, perché non è più un gelato: è la sua approvazione, che arriva poco e ti manca.

COSA PUOI FARE

- 1. Sulla soglia, fatti una domanda di dieci secondi: «fra sei mesi, cosa vorrei aver fatto oggi?»** A volte ti dirà di tenere il punto, a volte di lasciar andare, ma sposta lo sguardo da stasera a quel giorno lontano.
- 2. Distingui le due ragioni del sì.** Stai cedendo perché hai cambiato idea o perché non ce la fai più? Sono due sì diversi, e lui sente la differenza anche se non la sa dire.
- 3. Se la regola era sbagliata, cambiala per questo.** Cambiare idea davanti a un argomento buono non è cedere per sfinimento, ed è proprio quello che vorresti che imparasse anche lui.
- 4. Accetta di essere il nemico per una sera.** Tenere il punto vuol dire sopportare che oggi ti veda come quello che non capisce, sapendo che stai lavorando su anni e non su questa sera.

COSA EVITARE

Non spacciare per scelta educativa un sì strappato dalla stanchezza: lui se ne accorge, e impara che i no di casa durano quanto la tua energia. E non processarti per ogni volta che hai ceduto: educare è una maratona corsa con le gambe dello sprint, e una sera sola non decide niente.

QUANDO CHIEDERE AIUTO

Cedere ogni tanto non è il problema. Guarda però che cosa stai comprando con la pace: se la sua rabbia non è più legata a un no, ma è un'irritabilità di fondo che c'è quasi tutti i giorni per due settimane, insieme alla perdita di piacere per quello che prima gli piaceva e a un modo di parlare di sé sempre più cupo, non è un braccio di ferro da vincere o da perdere.

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. Lavoro da anni con i genitori e, se occorre, direttamente con i ragazzi.

Ivan Ferrero

Psicologo psicoterapeuta · ivan@ivanferrero.it

Collana *Genitori senza stress*
Tutte le schede su ivanferrero.it