



Bambini

da *Il Manuale di Scientology*

ASSEGNAMENTO >> 15. Leggi "Come Occuparsi dei Turbamenti e delle Disavventure di un Bambino" dalla sezione "Come Dirigere l'Attenzione del Bambino" fino alla fine

COME OCCUPARSI DEI TURBAMENTI E DELLE DISAVVENTURE DI UN BAMBINO

Come Dirigere l'Attenzione del Bambino

C'è molta gente che ha l'abitudine di dire ai bambini: "Non farlo o ti ammalerai", "Santo cielo! Prenderai senz'altro un brutto raffreddore", "Se continui così ti ammalerai", "So già che Gigino prenderà il morbillo se va a scuola", e altre innumerevoli suggestioni pessimistiche di questo genere. Queste persone utilizzano anche migliaia di "guai a te", di "non si fa" e di "controllati". I genitori dovrebbero guardarsi dall'usare queste frasi e utilizzarle il meno possibile. Con un po' di immaginazione e di esercizio non è difficile escogitare dei modi per tenere i bambini al sicuro senza fare continuamente ricorso a freni verbali. Per quanto è possibile, le indicazioni che si danno a un bambino dovrebbero essere positive. Illustrargli con un disegno cosa succede a una bottiglia di vetro quando cade a terra farà penetrare l'idea meglio di mille urla come: "Via di lì!" o "Mettila giù!".

Movimenti calmi e gentili e una voce tranquilla possono essere molto utili per allontanare la restimolazione quando ci si prende cura dei bambini. Chiunque desideri lavorare con successo coi bambini deve coltivare queste capacità, che risultano particolarmente utili nelle situazioni di emergenza.

Se è necessario attirare velocemente l'attenzione di un bambino, a causa di una situazione potenzialmente pericolosa che sta maturando, quando è troppo lontano perché chi ha in custodia il bambino possa raggiungerlo di corsa, basterà chiamarlo per nome abbastanza forte da farsi sentire. Ciò non avrà conseguenze negative, ed è molto meglio che gridare ordinandogli: "Fermo!" "Non ti muovere!" "Non farlo!" e così via. Non ha neppure lontanamente le stesse probabilità di restimolarlo.

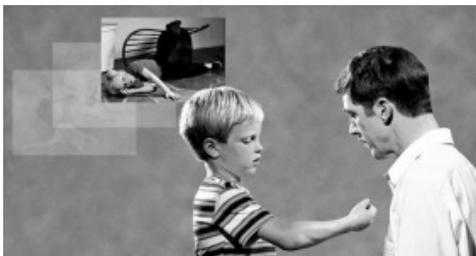
Ricordare

Chiedere al bambino di ricordare è una tecnica che si può utilizzare in centinaia di situazioni che si presentano quotidianamente: ogni volta che il bambino è irritabile, infelice o piange per

qualche motivo; quando si sente leggermente indisposto; quando è chiaramente restimolato da qualcosa; quando, senza essere notato, gli è capitato di sentire una drammatizzazione (una ripetizione nel presente di qualcosa che è accaduto nel passato) o quando qualcuno l'ha punito con severità o ha dato libero corso a una drammatizzazione diretta a lui; quando si sente respinto. Di fatto, in qualsiasi occasione in cui il bambino, per qualsiasi ragione, sia infelice o nervoso, oppure quando sapete che ha appena avuto un'esperienza fortemente restimolativa.



Quando un bambino sperimenta qualcosa che provoca turbamento o traumi, nella sua mente si possono riattivare episodi simili.



Questi vengono allontanati quando si fa parlare il bambino del turbamento attuale.



Il bambino dovrebbe essere diretto a raccontare quel che è successo come se stesse accadendo nel presente. Questo scaricherà qualsiasi trauma collegato ad esso.

In questo caso, il principio è quello di giungere alle frasi e alle situazioni specifiche che hanno provocato le restimolazioni. Questa tecnica, naturalmente, può essere impiegata solo dopo che il bambino ha imparato a parlare quanto basta per fare un racconto coerente di ciò che pensa e che prova.

Se il bambino si sente turbato (non è ammalato seriamente), potete iniziare chiedendogli quando si è già sentito così in precedenza. Di solito i bambini se ne ricordano. Quando gli porrete delle altre domande su che cosa stava succedendo, che cosa stava facendo lui in quel momento, chi stava parlando, cosa veniva detto, come si sentiva, egli vi descriverà vividamente la scena.

Quando lo fa, limitatevi a fargli ripercorrere l'episodio qualche volta. Quando arrivate alla fine, ditegli: "Raccontami tutto da capo. Dov'eri quando papà stava parlando?" "Raccontalo di nuovo." Oppure semplicemente: "Vediamo un po', tu stavi seduto sul divano, quando il papà dice... cosa dice?" Si può utilizzare qualsiasi semplice frase che faccia ritornare il bambino all'inizio della scena.

Non è necessario rendere complicata questa procedura. I bambini capiscono "Racconta di nuovo". Loro stessi amano sentire e risentire le stesse storie, come amano

raccontare le loro storie a un pubblico interessato. Cercate però di non mostrare troppa compassione. Affetto e interesse, questi sì li potete mostrare, ma non fate moine, non gemete dicendo: "Povero bambino, povero piccolo!" o frasi del genere, che tendono unicamente a indurre il bambino a considerare *preziosa* la lesione o il turbamento, poiché gli ha procurato attenzione speciale e compassione.

Più riuscite a calarvi nella realtà del bambino, più sarete in grado di aiutarlo. Imitate i suoi toni di voce, i suoi “Sì”, “Davvero?”, “E poi?”, adattatevi alla sua mimica vivace, ai suoi occhi spalancati, al suo interessamento a bocca aperta, o a qualunque possa essere il suo umore e il suo tono, ma, naturalmente, non fino al punto di scimmiettarlo. Se non siete in grado di farlo bene, basta che vi comportiate in modo semplice e naturale e che mostriate interesse.

Spesso, quando è restimolato, un bambino tende ad usare in continuazione le stesse una o due frasi. In questo caso potete cominciare con: “Chi lo dice?” o “Chi te lo sta dicendo?” o “Quando l’hai sentito?”

A volte il bambino insiste: “Io lo dico, ‘sta zitto vecchio scemo!” o qualsiasi frase sia. Chiedetegli allora: “E chi altri lo dice?” o “Prova a ricordare quando hai sentito qualcun altro dire questa cosa”, e di solito il bambino inizierà a raccontarvi qualche episodio.

Usando questa tecnica con sua figlia, una donna rimase sbalordita quando questa rispose: “Sei tu che l’hai detto, mamma, molto tempo fa.” “E tu dov’eri, mentre lo dicevo?” “Oh, io ero solo una cosina, nella tua pancia”. Questo probabilmente non capita spesso, ma quando il bambino afferra l’idea, prima o poi può capitare. Qualunque sia l’episodio, limitatevi a continuare a porgli delle domande per ricostruirlo. Cosa stavi facendo? Dov’eri? E io dov’ero? Cosa diceva papà? Cosa ti sembrava? Come ti sentivi? ... e così via. Fate ripercorrere l’episodio al bambino qualche volta finché non ride. Questo lo libererà dalla restimolazione.

L’uso delle bambole o degli animali di stoffa



Ascoltare turbamenti o litigi tra i genitori può creare un’estrema preoccupazione.



Un genitore può aiutare a dissipare la preoccupazione di un bambino facendogli usare bambole per dimostrare quel che è successo.

Se un padre sa che il figlio ha udito per caso una drammatizzazione, o che è stato severamente punito o sgridato, può occuparsene qualche ora più tardi chiedendogli di parlarne. “Ti ricordi di ieri sera quando ho urlato con la mamma?” Se il bambino non è abituato ad esprimere la propria collera con i genitori, o se nel passato è stato severamente represso, può darsi che si debba insistere un po’ con gentilezza per indurlo a parlarne. Nel fare ciò, cercate di comportarvi così da rassicurarlo che non vi è nulla di male nel parlarne. Se semplicemente non ci riesce, potete tentare di indurlo a rappresentare la drammatizzazione giocando. Se il bambino gioca con bambole o animali di stoffa, giocando con lui portatelo a rappresentare la drammatizzazione tramite le bambole o i giocattoli.

“Questa è la bambola mamma. E questo è il bambolotto papà.



Il bambino ricrea l'esperienza con le bambole...



... e qualsiasi turbamento persistente da parte del bambino può svanire velocemente.

Cosa dice mamma bambola quando va su tutte le furie?” Molto presto questo farà calare il bambino direttamente nella scena, e se gli permettete di dar vita alla rappresentazione e di descriverla senza condannarlo, ascoltandolo con comprensione e interesse, e incoraggiandolo con dei “Già... e poi?” messi al punto giusto, il bambino abbandonerà subito la finzione per iniziare a dirvi direttamente quello che ha sentito dire. Anche se non lo fa, come spesso fanno i bambini, ripercorre la scena un paio di volte con le sue bambole o i suoi giocattoli. Ciò servirà in larga misura a deintensificarla.

Fare disegni

Anziché usare le bambole o i giocattoli, potete chiedere al bambino di fare dei disegni. “Fammi un disegno di un uomo e una donna... Che cosa stanno facendo? ... Disegnami una donna che piange.” E così via. Si dovrebbe sempre enfatizzare l'adulto autore della drammatizzazione, e non il bambino cattivo se questo è quanto è accaduto. Fare i disegni, giocare a mamma e papà con un bambino – “E poi tu dici...? E poi io dico...?” – o semplicemente indurre il bambino a costruirci sopra una storia, sono tutte azioni che hanno un effetto benefico.

Collera

In genere questi sotterfugi non sono necessari con i bambini a cui non è stato impedito di esprimere la propria collera nei confronti dei genitori. Questi bambini racconteranno liberamente e drammatizzeranno le scenate a cui hanno assistito o i rimproveri che sono stati loro impartiti, a patto che ci si ponga come pubblico interessato e li si incoraggi a ricostruire la scena. Se osservate dei bambini che giocano, spesso li vedrete fare esattamente questo: mimare i loro genitori e gli altri adulti nelle loro drammatizzazioni.

A volte basterà chiedere a un bambino: “Cosa è successo che ti ha fatto star male?” o “Che cosa ho detto che ti ha fatto star male?” per portare alla luce e alleviare gli elementi di restimolazione della situazione attuale.

Tutti conoscono le violente minacce che i bambini possono pensare quando sono frustrati: “Lo farò a pezzi e lo getterò nel fiume; li farò entrare tutti in uno stanzino, li chiuderò dentro e butterò via la chiave, e se ne pentiranno”, e così via. Se li incoraggiate dicendo loro: “Sì? E poi, che cosa farai?” oppure “Accidenti, questa sì che è un'idea!”, essi insistono per un po' e spesso escono tutto ad un tratto dal loro turbamento e riprendono a fare quello che stavano facendo prima.

Se invece il bambino è in collera, lasciatelo fare, anche se siete voi la vittima. Lasciate che sfoghi la sua collera; di solito svanisce presto. Se voi però tentate di reprimerla, peggiorerà e durerà di più. Pare che lasciar reagire un bambino a una situazione frustrante senza ulteriore repressione, scarichi l'energia della frustrazione e ne faccia uscire il bambino più velocemente di quanto non faccia quasi ogni altra cosa.

Paura

Se il bambino è spaventato, lasciate che ve ne parli, dandogli tutto l'incoraggiamento che potete. Ciò è particolarmente efficace con gli incubi. Svegliate il bambino, tenetelo stretto con calma finché il suo pianto non si calma un po' e chiedetegli di parlarvi dell'incubo, facendoglielo ripercorrere diverse volte finché non ha più paura. Chiedetegli poi di parlare di un episodio piacevole e fateglielo raccontare prima di lasciarlo. Se dopo l'incubo non vuole dormire da solo, non costringetelo ad affrontare la sua paura. State con lui e incoraggiatelo a parlarvene finché non ha più paura, anche se ci vuole un po' di tempo. Nel porre delle domande sulle paure, potete utilizzare l'espressione "uguale a". Se il bambino ha paura del buio, chiedetegli: "Che cos'è uguale al buio?" Se ha paura degli animali, una domanda simile lo porterà ad analizzare la sua paura. Forse la prima domanda non vi darà sempre la risposta che cercate, ma se continuerete con pazienza otterrete ben presto un episodio che gli è rimasto impresso e potrete aiutarlo a liberarsi di tale timore parlando dell'accaduto.

Afflizione

Se il bambino è afflitto, chiedergli: "Perché stai piangendo?" è un buon modo di iniziare. Dopo che vi avrà detto varie volte perché sta piangendo, sempre aiutato dalle vostre domande riguardo all'episodio, e quando il pianto si sarà calmato, potrete chiedere: "Per quale altro motivo stai piangendo?"

In effetti, spesso sarà sufficiente lasciarlo semplicemente piangere finché non gli passa. Ciò è vero soprattutto se gli state molto vicini e lui sa di poter contare su di voi per trovare aiuto e sostegno.

Non tentate di convincere un bambino a smettere di piangere dicendogli semplicemente di finirla. Fategli ripercorrere l'episodio che l'ha fatto piangere chiedendogli cosa è successo e facendovelo raccontare finché inizia a ridere, oppure lasciate che ci pianga sopra carezzandolo o stringendolo a voi. In questo caso non parlate, dategli solo affetto.

Irritabilità

Se il bambino è semplicemente irrequieto e "intrattabile", spesso potete fargli superare quel momento spostando la sua attenzione altrove, con l'uso di una nuova storia affascinante, un

libro illustrato, un giocattolo, oppure, nel caso di un bambino molto piccolo, qualcosa che brilla. Si tratta di una tecnica vecchia, ma valida. Se il bambino è irritabile, è probabile che sia annoiato, e questo vuol dire che, in un qualche modo, la specifica attività a cui era interessato è stata repressa. Il bambino cerca qualcosa di nuovo, ma non lo trova. Se gli potete dare qualcosa per interessarlo, diventerà più allegro velocemente. Non fate comunque degli sforzi frenetici per attirare la sua attenzione, infastidendolo con movimenti sconnessi e con altri sistemi per dirigerla altrove come ad esempio: “Guarda tesoro, guarda che bell’orologio!”, per passare poi a qualche altro oggetto se quello non ha un effetto istantaneo. Un comportamento simile servirà spesso solo a confonderlo. Muovetevi con calma e tranquillità, mantenete pacifica e tranquilla la vostra voce, e dirigete la sua attenzione su una singola cosa nuova. Questo dovrebbe essere sufficiente.

Se nessuno di questi sistemi funziona, a volte riuscirete a liberarlo dalla drammatizzazione portandolo nel presente con una stimolazione fisica intensa, ad esempio giocando a fare la lotta o con qualche altro tipo energico di esercizio fisico.

Se siete in grado di trattenere abbastanza a lungo la sua attenzione, potete chiedergli di raccontarvi qualcosa di bello che gli è successo. Può darsi che all’inizio lo faccia in modo riluttante, ma se voi lo incoraggiate a farlo, spesso il bambino tornerà dritto nell’episodio piacevole, e ben presto sarà di nuovo allegro.

Un nuovo gioco di memoria fornisce un modo piacevole e costruttivo per tenere occupato un bambino in occasioni particolari, come durante i lunghi viaggi, nelle attese, nei periodi di convalescenza e così via.

I bambini hanno naturalmente una buona capacità di ricordare. A loro piace molto parlare dei momenti piacevoli del passato. Una buona parte della conversazione infantile è ricca di cose meravigliose che il bambino ha fatto o che spera di fare, e spesso i bambini parlano spontaneamente di episodi che li hanno spaventati o resi infelici.

Insegnate a un bambino a ripercorrere tutti i momenti piacevoli chiedendogli che cosa è successo quando è andato allo zoo o quando è andato a nuotare. Quando inizia a raccontarvelo, fatelo abilmente e impercettibilmente parlare al presente, come si è già detto, se non lo fa da solo. Ditegli di sentire l’acqua, di sentire i suoi movimenti, di vedere cosa succede, di sentire cosa dice la gente e i suoni attorno a lui. Ciò lo aiuterà a ricostruire il ricordo delle cose che ha percepito, ma non insistete per avere una relazione completa di tutto quello che ha percepito se il bambino ricorda l’episodio con rapidità e sicurezza, se lo racconta spigliatamente. Non ci vuole molto per portare un bambino a fare questo.

Potete presentargli il gioco dicendo: “Giochiamo a ricordare”, oppure “Raccontami di quando

sei andato a...”, oppure “Facciamo finta che stiamo andando di nuovo allo zoo”, o qualsiasi altra frase casuale di questo genere. Entrate quanto più potete nel racconto, assumendo il tono e il modo di fare del bambino se siete in grado di farlo con facilità, mostrandovi sempre interessati e ansiosi di apprendere il particolare successivo.

Ogni volta che un bambino inizia a raccontarvi di un incidente che gli è successo, di qualcosa che lo ha spaventato o reso infelice, statelo a sentire e fateglielo ripercorrere varie volte. Quando i bambini imparano a “giocare a ricordare” e apprendono i vantaggi che traggono da questo gioco, iniziano a chiedere di farlo quando ne hanno voglia o quando è necessario.

Esistono molti altri procedimenti di assistenza per aiutare i bambini. Contattate la più vicina **Organizzazione di Scientology** per trovare il libro in cui sono trattati.

Riassumendo, i punti principali per occuparsi di un bambino turbato o che si è fatto male sono i seguenti:

1. Amministrate un’assistenza per ferite non gravi, ove necessario, o lasciate che il bambino si sfoghi piangendo, se questo pare risolvere il turbamento.
2. Inducete il bambino a ricordare l’ultima volta in cui l’incidente è accaduto oppure portatelo a raccontare per esteso cosa è successo che lo ha reso infelice.
3. Insegnate al bambino a ricordare facendogli raccontare momenti piacevoli del passato.
4. Fate ricordare al bambino momenti piacevoli o utilizzate altre tecniche per aiutarlo a superare momenti di turbamento e ritornare nel presente.

L’utilizzo di queste tecniche manterrà il bambino più sano e felice.