



ANNA OLIVERIO FERRARIS

Fratelli, gemelli, figli unici

—
**Relazioni familiari
a confronto**

1. TEMPERAMENTI
E DIFFERENZE INDIVIDUALI

ANTEPRIMA

ANTEPRIMA

Una variabile importante nei rapporti interpersonali è il temperamento, in gran parte innato.

L'intesa con i figli non dipende soltanto dalla nostra buona disposizione, che pure è fondamentale, ma anche da altri fattori, tra cui il temperamento: il nostro e il loro. La stessa cosa si verifica tra fratelli che possono avere temperamenti simili ma anche molto diversi.

Ci sono temperamenti affini che rendono più agevole la condivisione di interessi, emozioni, hobby ed entusiasmi. Per esempio, coloro che hanno un *approccio sociale facile* si trovano a loro agio con persone simili: sanno che un'osservazione un po' impertinente non offenderà e che colui a cui è diretta saprà stare al gioco. Chi ha bisogno di tempo per adattarsi ai cambiamenti può invece trovare fastidiosi coloro che si adattano rapidamente. Ci sono i bambini ordinati e i bambini disordinati. Bonari e intolleranti. Tranquilli e molto vivaci. Bambini che reagiscono con sospetto alle novità e altri che vogliono vedere tutto e provare tutto.

Il temperamento è una dimensione della personalità che tende a mantenersi stabile, anche se gli apprendimenti e le esperienze che si fanno nel corso della vita possono modellarne alcuni aspetti.

Capire i temperamenti ci consente di comprendere meglio le reazioni nostre e altrui, le differenze di gusti e di interessi e, nel caso dei figli o dei nipoti, di trovare l'approccio migliore ed essere tolleranti. Facciamo un esempio: è fatica sprecata cercare di trattenere, seduto, un bambino che ha l'argento vivo addosso; meglio consentirgli di scaricare energie e tensioni con dei giochi spontanei all'aperto prima di mettersi a fare i compiti.

Secondo due noti studiosi del temperamento, Arnold Buss e Robert Plomin, sono tre le dimensioni principali del temperamento:

1. *Emotività*. È la tendenza a essere facilmente attivati dagli stimoli. Un bambino molto emotivo è più difficile da calmare e da consolare quando gli capita qualcosa di spiacevole. Può anche spaventarsi e arrabbiarsi facilmente.

2. *Attività*. È la quantità di ogni comportamento che una persona evidenzia: quantità di movimento, velocità nel parlare, quantità di energia impiegata in ciò che si fa, instancabilità o, al contrario, facilità a stancarsi. Il bambino attivo sembra utilizzare una fonte di energia propria ed è più facile da accudire rispetto a un bambino inattivo, che dipende largamente dagli altri per prendere delle iniziative. A meno che gli adulti che si prendono cura di lui siano infastiditi dal suo attivismo.

3. *Socievolezza*. Ci sono bambini che preferiscono

stare da soli, con i loro giochi e la loro fantasia, e compiono pochi sforzi nel cercare la compagnia; e bambini che invece ricercano gli altri e sono disponibili anche nei confronti degli estranei.

Questi tratti non sono gli unici che concorrono a formare il temperamento delle persone. Ce ne sono altri come l'adattabilità (e il suo contrario), la regolarità o irregolarità dei ritmi fisiologici, la qualità dell'umore, la sensibilità, il livello di attenzione, la distraibilità o al contrario la concentrazione, la tendenza a incoraggiare l'interazione sociale con mimiche appropriate oppure a scoraggiarla distogliendo lo sguardo, non rispondendo ai sorrisi. Il mix può essere il più vario.

I bambini cosiddetti *facili* da allevare sono caratterizzati da regolarità, risposte di approccio positive ai nuovi stimoli, buona adattabilità al cambiamento, umore mite o moderatamente vivace. Si addormentano facilmente, si adattano alle nuove esperienze come la fine delle vacanze e l'inizio della scuola, hanno un atteggiamento positivo verso gli estranei e generalmente accettano le delusioni senza grosse proteste.

Quelli considerati *difficili* sono caratterizzati da irregolarità delle funzioni biologiche, irritabilità, difficoltà di adattamento ai cambiamenti e sbalzi d'umore frequenti. Nel tempo possono modificare queste caratteristiche se trovano persone pazienti e se imparano a conoscersi.

Tra questi due tipi estremi c'è una gamma assai ricca di gradazioni e sfumature, le quali risentono molto dell'ambiente di vita, del clima presente tra le mura domestiche, delle relazioni che si creano tra i diversi mem-

bri della famiglia, non solo con i genitori ma anche con i fratelli. L'incontro dei temperamenti può quindi avere esiti diversi, spesso imprevedibili.

Quando genitori e figli, nonni e nipoti, fratelli e sorelle hanno *temperamenti simili*, ci può essere una buona intesa e una condivisione naturale di interessi. Non sempre però. Una forte somiglianza può a volte innescare scontri e scintille. In questi casi il buon esito del rapporto dipende dal più grande dei due, ossia l'adulto che, conoscendosi e conoscendo quel tipo di temperamento, può capire il figlio, prevedere le sue reazioni e trovare i modi per andare d'accordo.

Anche tra *temperamenti diversi* si può trovare un terreno comune. Carlo, che è un papà, è sempre stato molto attivo sul piano fisico, ha fatto atletica e vari sport; inoltre è un tipo estroverso che ama la compagnia. Vorrebbe portare suo figlio Alessio in barca e sui campi di sci, ma Alessio preferisce restare a casa con le sue costruzioni, il suo trenino, le macchinine e i burattini. «È un bambino pieno di fantasia, molto diverso da me», spiega Carlo, «ma abbiamo trovato un accordo: io gioco ogni tanto con lui e lui, per farmi piacere, ha accettato di seguire un corso di nuoto».

Le differenze possono creare una complementarietà dagli esiti positivi: Alessio, per esempio, si sta appassionando al corso di nuoto, dove ha anche fatto amicizia con un suo coetaneo a cui piacciono i trenini e le macchinine.

SCHEMA 1. FRONTEGGIARE LE DIFFERENZE

Un bambino molto vivace, pieno di energie, poco adattabile e con sbalzi d'umore è più difficile da gestire di un bambino tranquillo e adattabile. Il temperamento però è un tratto innato e non può certo essere considerato una colpa. Ciò che possono fare gli adulti è aiutare i bambini a convivere con il proprio temperamento, favorendo, nel tempo e con i loro interventi, la riduzione di asperità comportamentali, di sensibilità eccessive, di una forte resistenza ai cambiamenti e così via.

Il punto critico non è il temperamento in sé, ma l'accoppiata ambiente-temperamento. I bambini molto attivi e curiosi si trovano a loro agio in ambienti che consentono loro di muoversi, esplorare, prendere iniziative, e a disagio in spazi ristretti, monotoni, troppo limitanti. Al contrario, i bambini "lenti a scaldarsi", incerti di fronte alle novità, preferiscono ritmi di vita rassicuranti che consentano loro di muoversi secondo i propri tempi. Capire le differenze individuali è importante per riuscire a relazionarsi senza creare inutili chiusure o ribellioni. Ecco alcuni esempi.

Se un bambino di 7 anni tende a eccitarsi troppo alle feste, invece di punirlo o sgridarlo, i genitori possono cercare di prevenirne gli eccessi: limitando il tempo della visita, prendendolo da parte quando incomincia a esagerare, proponendogli un'attività più tranquilla da svolgere insieme prima di tornare con gli altri bambini. Eventualmente, si può anche proporre a tutti i bambini di cambiare attività.

Se una bambina di 9 anni non vuole andare a dormire e ha difficoltà a addormentarsi, le si può proporre una distinzione tra l'ora di andare a letto e l'ora del sonno, spiegando che andare a letto non significa spegnere la luce e addormentarsi immediatamente. Potrà leggere fino a quando non arriva il sonno ad appesantirle le palpebre. In questo modo, i genitori la aiuteranno a darsi una regola senza tuttavia contrastare una sua tendenza individuale.

Se un bambino di 4 anni rifiuta ogni cibo nuovo, gli si può raccontare una storia divertente in cui il cibo di cui non ha ancora fatto esperienza è un eroe sconosciuto ma simpatico che arriva da un Paese lontano e che, man mano, si fa voler bene dagli altri cibi conosciuti, i quali, superate le prime perplessità, lo vogliono a tutti i costi insieme a loro nel piatto.

Se una bambina di 7 anni, pur riuscendo bene

in ginnastica artistica, non vuole partecipare al saggio di fine anno, la si può tranquillizzare raccontandole la storia di un animaletto molto timido che, pur essendo velocissimo, si rifiutava di partecipare alle gare di corsa insieme ai suoi coetanei, ma che alla fine arriva primo perché durante la corsa guarda sempre in avanti e mai di lato, dove c'è il pubblico. Bisogna distinguere un comportamento spontaneo e casuale da un comportamento intenzionale. Se vostro figlio, molto vivace, correndo per casa rompe un oggetto per sbaglio, la vostra risposta sarà diversa da quella che darestes se l'avesse rotto intenzionalmente, per ripicca.

ANTEPRIMA