



# ALBATROS

Mensile di attualità cultura spettacolo arte musica sport  
annoventicquattresimo numero 248 marzo 2024

**PILAR**  
**FOGLIATI**  
TRA PERSONAGGI E PERSONE

**KINGSLEY**  
**BEN-ADIR**  
NEL SEGNO DI BOB

**AMBRA**  
**ANGIOLINI**  
BASTA GUARDARSI INDIETRO

**BIG MAMA**  
SEMPRE PIÙ LIBERA

**ARTURO**  
**BRACHETTI**  
NUOVI SUCCESSI

**Luca**  
**ARGENTERO**  
Naturalmente...



# Frustrazioni ...

DI MARCO ZORZETTO

**I**ntrodurre i bambini a una sana gestione delle frustrazioni è un aspetto cruciale nello sviluppo emotivo e cognitivo. La presenza o l'assenza di sfide, limiti e gratificazioni durante la crescita possono plasmare significativamente la percezione di sé e le abilità relazionali dei bambini. In questo contesto, insieme al Dott. Michele Canil, psicologo con sede a Treviso, esploreremo l'impatto delle frustrazioni sui bambini, analizzando il ruolo dei genitori nel gestire aspettative ed emozioni.

**In che modo le frustrazioni o la loro assenza possono influenzare lo sviluppo emotivo di un bambino?**

“Le frustrazioni hanno un impatto significativo sullo sviluppo emotivo dei bambini. Attraverso la presenza di limiti adeguati, il bambino apprende a esprimere la propria personalità e a comprendere i bisogni che desidera soddisfare, imparando parallelamente la capacità di posticipare le proprie esigenze. Questo processo è cruciale nell'ambito dell'educazione e dell'esperienza emotiva complessiva.”

**Qual è il ruolo del "mito del super bambino" nella società attuale e come può influenzare le aspettative dei genitori?**

“Il "mito del super bambino" è in realtà una falsa credenza, poiché molte persone ritengono che rimuovendo limiti e regole dai bambini, si possa incrementare la loro autostima. In realtà, è esattamente il contrario. Abbiamo osservato casi in cui famiglie, eccessivamente restrittive o eccessivamente permissive, hanno causato problemi di dipendenza nei loro figli. La corretta gestione delle aspettative è cruciale per evitare pressioni eccessive sui bambini.”

**Come possono i genitori gestire le proprie aspettative e frustrazioni per evitare di trasmettere un senso di pressione ai loro figli?**

“La gestione adeguata delle aspettative richiede la definizione di limiti in termini di quantità e qualità. Alcune

frustrazioni sono utili e insegnano al bambino regole di comportamento, educazione e norme sociali. Troppa pressione può generare sensi di colpa e problemi emotivi significativi per il bambino.”

**Quali sono i segnali che un bambino sta vivendo una pressione eccessiva o una mancanza di sfide adeguate?**

“I segnali di pressione eccessiva includono disagio continuo, difficoltà nei rapporti con altri bambini, comportamenti estremi e mancanza di tolleranza alla frustrazione. Un bambino sottoposto a troppe pressioni può diventare vittima di bullismo o mostrare una scarsa esplorazione e dipendenza.”

**Come la gestione delle frustrazioni influisce sull'autostima e sulla fiducia in se stessi dei bambini?**

“La gestione delle frustrazioni è cruciale perché i limiti offrono istruzioni chiare su come comportarsi, affrontare le sfide e trovare alternative. Troppi limiti possono inibire eccessivamente, mentre troppa permissività distrugge l'autostima, facendo credere al bambino di essere invincibile. Questo può portare a una transizione difficile verso la società, in cui il bambino si trova incapace di gestire i limiti imposti dalla vita.”

**In che modo i genitori possono equilibrare la promozione del successo dei loro figli senza creare un ambiente eccessivamente competitivo?**

“Creare un ambiente equilibrato richiede di permettere ai bambini di sperimentare sia la vittoria che la sconfitta, fornendo limiti chiari e spiegazioni comprensibili. La giusta quantità di frustrazione è essenziale per



insegnare ai bambini le regole di vita fondamentali, preparandoli per il successo scolastico, lavorativo e relazionale.”

**Come possono i genitori riconoscere e affrontare i propri bisogni ed ego legati al successo dei propri figli?**

“Riconoscere e affrontare i bisogni ed ego legati al successo dei propri figli può essere difficile, ma è cruciale. La necessità di non frustrare spesso nasce dalla volontà di creare un legame speciale con il bambino, ma piccole frustrazioni sono necessarie per insegnare loro i limiti della vita. Troppa poca frustrazione può portare il bambino a non tollerare i no e ad avere difficoltà ad affrontare le sfide della vita.”

**Quali sono le strategie psicologiche per insegnare ai bambini a gestire la frustrazione in modo sano?**

“Aiutare i bambini a comprendere i limiti e a sperimentare modi alternativi di affrontare le sfide stimola la creatività, che è una risorsa preziosa per il loro sviluppo. Accompagnare il bambino nella gestione delle frustrazioni aiuta a costruire una base solida per affrontare le sfide della vita.”

**In che modo un equilibrio adeguato tra sfide e gratificazioni contribuisce allo sviluppo armonico di un bambino?**

“Attraverso l'esperienza di sconfitte e vittorie, i bambini imparano a conoscersi, scoprendo i propri potenziali. Un equilibrio tra sfide e gratificazioni permette loro di apprendere a navigare tra le aspettative e le delusioni, costruendo un solido fondamento per uno sviluppo armonico.”

