

ITALIAN  
9 giugno 1997

E' molto utile anche fare ricorso ad una qualsiasi forma di premiazione in cambio di un comportamento esemplare. Basterebbe dire al piccolo, per esempio: "Bravo, adesso che hai sistemato in ordine i tuoi libri (o i tuoi giocattoli) puoi andare a guardare la Tv". Ed è utile ricordare, infine, che i genitori hanno bisogno di tanto in tanto di qualche ora di riposo e di svago, al pari di coloro che svolgono una qualsiasi attività lavorativa.

I genitori che si sentono stanchi e stressati e che hanno bisogno di assistenza possono rivolgersi alla Family Support Service Association (Tel. 02 9743 6565), oppure al Child Protection and Family Crisis Service (Tel. 1800 06 6777), alla Parent Line (Tel. 132055) o al Granville Multicultural Centre - Family Support Scheme (Tel. 02 9637 7600).

I numeri di telefono sono corretti al momento della pubblicazione, ma non vengono aggiornati costantemente. E' bene pertanto controllare i numeri stessi sulla guida telefonica.

**Prima di percuotere  
un bambino - fermati e pensa!**

(Before You Hit a Child -  
Stop and Think)

**NSW Multicultural Health Communication Service**

website: [www.http://mhcs.health.nsw.gov.au](http://mhcs.health.nsw.gov.au)

e-mail: [mhcs@doh.health.nsw.gov.au](mailto:mhcs@doh.health.nsw.gov.au)

phone: (02) 9382 8111

**NSW HEALTH**  
DEPARTMENT

I bambini di tutte le età assai spesso si rendono responsabili di azioni che disturbano i genitori o che li fanno adirare. Perfino un neonato che piange può, a volte, far perdere la pazienza a mamma o a papà che forse sono stanchi, depressi.

E' necessario compiere il massimo sforzo per controllare le proprie reazioni e per non lasciarsi prendere dall'ira fino al punto di percuotere o di fare in qualsiasi altro modo male al piccolo. Risulta, purtroppo, che ogni anno molti bambini sostengono ferite, spesso gravi, a causa, appunto, delle percosse dei genitori. Non bisogna dimenticare che scuotere violentemente un neonato non è affatto un'azione innocua, come molti erroneamente ritengono, ma può causare, al contrario, danni assai gravi e perfino la morte del bambino. Per questo motivo i medici non si stancano mai di raccomandare ai genitori di non scuotere violentemente i piccoli (specialmente quelli che hanno meno di 2 anni). Le scosse violente hanno talvolta come conseguenza l'urto, spesso assai pericoloso, del cerverllo del bambino con le ossa del capo e ciò potrebbe avere come conseguenza una paralisi oppure danni irreparabili al cervello con la conseguente perdita della facoltà di apprendere. A volte può risultare pericoloso perfino il fatto di lanciare in aria, per semplice gioco, i bambini.

I genitori che causano ferite o lesioni ai loro bambini non debbono essere necessariamente considerate persone cattive o violente. A volte si tratta semplicemente di persone che perdono il controllo di se stessi a causa dello stress. Quello dei genitori è un compito tutt'altro che facile, specialmente quando mamma e papà devono affrontare anche problemi di carattere finanziario. La lontananza dalle persone care costituisce, a volte, motivo di ulteriore stress, ma è assolutamente necessario che i genitori imparino a controllare le

proprie reazioni quando, presi dall'ira, vorrebbero malmenare i propri figli. Al posto delle percosse è opportuno pensare alle seguenti alternative:

- \* Fermatevi e riflettete prima di agire;
- \* Sistemate il bambino in un posto sicuro (la culla, la sua cameretta) e lasciatelo solo mentre cercate di riacquistare la calma;
- \* Respirate profondamente per qualche minuto o meglio fino a quando vi accorgete di stare meglio.
- \* Uscite in giardino oppure isolatevi dentro casa fino a quando sentirete di aver riacquisito la calma;
- \* Fate una telefonata ad un parente o ad un amico;
- \* Sedetevi, bevete un sorso d'acqua o una tazza di caffè, oppure fate una doccia o ascoltate per un poco la musica preferita;
- \* Se avete perso la calma e vi sentite adirati, sfogatevi pure prendendo a pugni un cuscino;
- \* Esaminate attentamente l'azione del bambino che vi ha fatto arrabbiare e cercate di trovare una soluzione in modo che ciò non debba ripetersi nel futuro.

Non bisogna poi dimenticare che prendere a botte il bambino non vuol dire affatto insegnargli le buone maniere, ma che si tratta piuttosto di qualcosa che gli adulti fanno spesso per liberarsi dall'ira che hanno addosso. I bambini imparano le buone maniere non a suon di schiaffoni, ma piuttosto se per punirli li priviamo per un poco di tempo delle cose che amano di più (giocattoli preferiti, programmi da guardare alla Tv, ecc.) oppure se ordiniamo loro di ritirarsi momentaneamente nella propria cameretta. Talvolta può essere utile non tenere in alcuna considerazione il loro atteggiamento o il loro comportamento. Allo stesso tempo non bisogna dimenticare che è molto utile elogiare i bambini quando si rendono rresponsabili di azioni degne di lode.