

Perché i bambini fanno i capricci?

Alcune possibili spiegazioni per rassicurare i genitori

LA NOIA



I bambini hanno una curiosità insaziabile ed un bisogno costante di imparare. Quando ci si trova a frequentare "luoghi da adulti" (es. supermercato), per evitare che il bambino si annoi, può essere importante cercare di coinvolgerlo costantemente in quello che si sta facendo, presentandoglielo come un gioco molto divertente oppure portargli una borsa con giochi, libri, puzzle..

LA STANCHEZZA



La quantità e la qualità del sonno possono comportare nei bambini lentezza, irritabilità, riduzione delle potenzialità di apprendimento.

LA FAME



I bambini non sempre riescono a riconoscere la sensazione di fame, ma anche quando la riconoscono la mettono in secondo piano rispetto al gioco o ad altre attività piacevoli. Il bisogno di alimentarsi, però, può avere effetti negativi sulla loro energia, sul loro umore, sulla resistenza e sulla capacità di concentrarsi.

LA FRUSTRAZIONE



Spesso la mente dei bambini è un passo avanti rispetto alle loro competenze motorie e fisiche. Il desiderio di riuscire li porta spesso a scoraggiarsi e ad arrabbiarsi. A tal proposito si può procedere a piccoli passi, dando loro un po' di tempo per fare tentativi in autonomia, ma anche il nostro aiuto nel caso si notasse che sono in grossa difficoltà.

LA CONFUSIONE



I bambini non vogliono mai lasciarsi sfuggire nulla e vogliono fare tutto quello che c'è da fare in un certo luogo, per cui diventano il riflesso della confusione che li circonda. Può essere particolarmente utile preparare il bambino in anticipo agli eventi in programma, raccontandogli cosa dovrà aspettarsi. Se poi ci si rende conto che il bambino si sta agitando troppo è sempre bene portarlo via per qualche minuto con una scusa e far sì che si calmi.

LA PAURA



Non sempre i bambini confessano di aver paura, ma preferiscono sfogarla con pianti e nervosismo. Se i genitori hanno la sensazione che il proprio figlio possa essere spaventato, possono fargli qualche domanda diretta, oppure utilizzare delle storie che si basano sull'argomento, inscenare dei dialoghi con i personaggi preferiti dal bambino.

L'IMPOTENZA



I bambini hanno scarso controllo sulla loro vita: sono i genitori a dire loro cosa fare e quando farlo. Per evitare che il senso di impotenza generi reazioni negative nel proprio figlio si può seguire i seguenti passi: 1) mostrare comprensione per i suoi sentimenti ("Io so che ti stai divertendo e non vorresti tornare a casa adesso"); 2) avvisare in anticipo di quello che accadrà in modo da prepararlo e non prenderlo alla sprovvista; 3) proporgli una scelta, anche se indirizzata verso il nostro obiettivo.