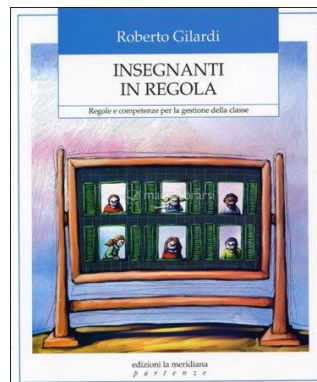


Roberto Gilardi nel suo libro **"Quando manca l'applauso. Come aiutare i nostri figli ad affrontare l'insuccesso"** (Franco Angeli)

# Affrontare un insuccesso: 10 consigli ai genitori per aiutare i figli

di [Federica Baroni](#) -



**Non è un fallimento e non va minimizzato. L'insuccesso di un figlio va accettato, compreso, lasciato sedimentare per il tempo necessario e poi affrontato per cercare le eventuali soluzioni. Perché secondo Roberto Gilardi, docente di scienze dell'educazione all'università di Trieste, "un insuccesso è un'occasione di crescita e apprendimento, e superarlo aiuta a rafforzare la propria autostima".**

- 1 Abolite dal vostro vocabolario il termine fallimento
- 2 Lasciategli il tempo di digerire l'insuccesso
- 3 Parlatene ma con comprensione
- 4 Analizzate, come degli scienziati, che cosa è andato storto
- 5 Costruire un metodo di studio adeguato al proprio figlio
- 6 Insegnategli la tenacia
- 7 Affrontare un calo motivazionale
- 8 Lavorate insieme a lui per superare il momento di crisi
- 9 Revisione dell'obiettivo
- 10 Insegnategli l'autonomia nel gestire le proprie cose

Una [brutta pagella](#), un'interrogazione andata male, un compito sbagliato, una gara persa... Quando un figlio non raggiunge il successo, noi genitori andiamo nel panico, magari ci arrabbiamo a sproposito, oppure minimizziamo: "Suvvia non è una tragedia", anche se in quel momento a nostro figlio sembra di sì...

È importante, invece, che i genitori sappiano sostenere adeguatamente i figli nei momenti di crisi. **Perché saper perdere si impara da piccoli e lo si apprende soprattutto attraverso il comportamento dei genitori e da come affrontano le sconfitte.**

"Oggi la nostra società non accetta i perdenti. L'insuccesso non è messo in conto, la sconfitta va negata, cercando colpevoli a cui affibbiare la responsabilità" dice Roberto Gilardi nel suo libro **"Quando manca l'applauso. Come aiutare i nostri figli ad affrontare l'insuccesso" (Franco Angeli)**. Invece, quando si ha un insuccesso è importante, come un boccone amaro, digerirlo bene, solo così si può crescere e star bene: perché **l'insuccesso non è un evento totalmente negativo**, anzi "racchiude in sé ghiotte occasioni di crescita e maturazione, molto più della [vittoria](#) e del successo e superare una sconfitta e un momento di crisi rafforza l'autostima".

Ecco 10 consigli di [Roberto](#) Gilardi su come aiutare i figli ad affrontare l'insuccesso:

### **1 Abolite dal vostro vocabolario il termine fallimento**

La prima cosa da fare è abolire dal vocabolario il termine "fallimento". L'unico contesto corretto in cui si può utilizzare questa parola è quello giuridico, quando ci si riferisce a un'impresa che si trova in condizioni di insolvibilità. **Il fallimento decreta una situazione irrecuperabile, da concludere definitivamente...** Ma nella vita quotidiana un concetto del genere si applica in pochissime e gravissime situazioni... Certo non si può usare davanti a un brutto voto o una brutta pagella. Non sono questi i fallimenti.

### **2 Lasciategli il tempo di digerire l'insuccesso**

Allora come si deve comportare un genitore davanti a un figlio che torna a casa triste perché la [verifica a scuola è andata male](#)?

**Sono due le cose da non fare, spiega Roberto Gilardi: primo, minimizzare il brutto voto**, dire che non è successo niente, che non importa. Questo atteggiamento, soprattutto se il figlio ci è rimasto male, rischia di ottenere l'effetto contrario; **secondo arrabbiarsi e mortificare.**

L'atteggiamento giusto del genitore deve essere quello accogliente, che legittima

anche verbalmente quello che è successo. **La frase giusta da dire è: "Mi spiace, sei rimasto proprio male per il voto..."**

L'insuccesso è come un'indigestione. Bisogna lasciare il tempo per digerire.

### **3 Parlatene ma con comprensione**

Dopo l'accoglienza silenziosa un genitore deve **aiutare a verbalizzare l'insuccesso**. Verbalizzare significa far venire fuori quello che sta dentro per renderlo meno nocivo. La verbalizzazione si deve muovere nei termini della comprensione. Altrimenti si può ottenere un effetto di chiusura.

Ad esempio se vostra figlia torna a casa triste per un voto che non si aspettava, dopo averla lasciata metabolizzare, lasciandola tranquilla in camera sua, potete a un certo punto raggiungerla, **chiederle con delicatezza cosa è successo...** se la ragazza risponde sgarbata, dirle semplicemente: "ho capito che ci sei rimasta molto male e mi dispiace", a questo punto la ragazza potrebbe aprirsi e raccontare il perché ci è rimasta così male...

**In questo modo potete anche provare a proporre delle soluzioni, ma senza imporle.**

Ad esempio, potreste dirle: "Perché non provi a chiedere al professore se c'è la possibilità di rimediare?" .... e davanti a una risposta negativa limitatevi a dare solo un ultimo suggerimento: "Certo, se vuoi non fare nulla, per me non è un problema se va bene a te, ma se poi ti penti di non aver neppure fatto un tentativo di spiegarti e chiedere al prof?" .

**Lo schema da seguire è quindi:** dimostrare di capire cosa prova vostra figlia, non dare giudizi su quello che è successo, rispettare i tempi di "digestione" dell'insuccesso, dare, con delicatezza, suggerimenti per risolvere il problema.

Leggi anche: [L'educazione dei bambini con l'intelligenza emotiva](#)

### **4 Analizzate, come degli scienziati, che cosa è andato storto**

"Uno dei modi migliori di affrontare l'insuccesso è osservarlo da scienziati e considerarlo come una preziosa fonte di suggerimenti su cosa correggere. **Lo scienziato non giudica l'insuccesso, non ne rimane demoralizzato come fosse la fine del mondo.** Ma lo studia, anestetizzando l'aspetto emotivo per non farsene condizionare pesantemente."

Così, tornando all'esempio precedente, potete insieme a vostra figlia cercare di capire cosa non ha funzionato nell'interrogazione; **forse è da rivedere il suo metodo di studio.**

## **5 Costruire un metodo di studio adeguato al proprio figlio**

Il genitore deve dedicare del tempo per **capire qual è lo stile di apprendimento di un figlio**: ha difficoltà a memorizzare? Gli è utile ripetere ad alta voce, oppure va aiutato a fare degli schemi? E' maggiormente orientato alla creatività oppure è più razionale?

Quindi, con calma e pazienza, **bisogna vedere come il ragazzo studia e aiutarlo a trovare il metodo di studio a lui più congeniale.**

**Se il metodo di studio viene acquisito e funziona, il successo è garantito e l'autostima sale.** Se il genitore non è in grado di fare questo lavoro, può chiedere aiuto a un'altra persona (un insegnante, uno studente universitario...) che stenda con lui un metodo.

Attenzione a non confondere questo aiuto con le ripetizioni. Le ripetizioni aiutano a imparare meglio quello che non si sa, a colmare una lacuna; **insegnare un metodo di studio è qualcosa che il ragazzo acquisisce e porta con sé per tutta la vita**: all'università e anche al lavoro. Diventa una forma mentale.

Stendere un piano di studi significa **operare in termini preventivi nei confronti di un possibile insuccesso.**

Leggi anche: [Che tipo di intelligenza ha tuo figlio? Scoprilò e lo aiuti a imparare meglio](#)

## **6 Insegnategli la tenacia**

Per dare sostegno a un figlio **bisogna essere di modello, dare il giusto esempio.** "Noi tutti abbiamo imparato molto di più da quanto i genitori hanno fatto nella vita e nella relazione con noi che non dalle loro parole: i bambini guardano il giudice non la legge".

Ad esempio: una madre che inizia la dieta e poi la interrompe dopo pochi giorni non insegna in modo efficace la tenacia. Un figlio che vede un genitore rinviare impegni presi  
nemmeno.

Mentre può essere positivo sentire il proprio padre dire: "Oggi vorrei tanto non andare alla riunione in ufficio e rimanere a casa con voi. Ma è il mio lavoro e lo devo fare..."

"Unire la possibilità di esprimere emozioni negative ma mantenendo, con senso del dovere, gli impegni presi, significa **offrire un modello di tenacia e di esempio su come si affrontano i momenti di crisi.**

## **7 Affrontare un calo motivazionale**

Può capitare che un ragazzo abbia un momento di calo motivazionale, magari quando è all'inizio di un nuovo ciclo di studi, oppure se deve imparare qualcosa di nuovo come uno strumento musicale, oppure quando una materia diventa più difficile.

A questo punto il genitore (e il docente) **non deve assolutamente far leva sul senso di colpa del ragazzo**, se ad esempio vostro figlio dice di voler abbandonare lo [studio di uno strumento](#), è inutile colpevolizzarlo con frasi tipo: "Ah, ti abbiamo comprato la chitarra come volevi, abbiamo speso soldi e ora non vuoi più andare a lezione..." Meglio sostenere la crisi. Un metodo che funziona in questi casi è **aiutarlo a visualizzare il punto esatto del percorso in cui si trova**, focalizzare le mete che finora ha raggiunto aiuta a mettere in luce gli aspetti negativi del mollare e quelli positivi dello stringere i denti.

Ad esempio, in caso di uno [strumento](#), si può ricordargli quanti esercizi noiosi ha dovuto affrontare prima di iniziare a suonare un brano intero, è vero che ora deve imparare brani più complessi, ma anche più gratificanti, sarebbe un peccato mollare.

**Un altro suggerimento è aiutarlo a recuperare la storia della motivazione.** Ad esempio se vostro figlio ha scelto di studiare la chitarra, l'ha fatto per un motivo, quel motivo nel tempo tende a perdersi, a essere dimenticato. Aiutatelo a ritrovarlo in modo da ritrovare le emozioni e gli stati d'animo positivi.

## **8 Lavorate insieme a lui per superare il momento di crisi**

A questo punto il genitore può sostenere il figlio nel momento difficile mettendosi insieme a lui a fare quello che non riesce.

"Il fare le cose insieme non ha come risvolto solo il fatto di fare un pezzo di strada insieme, positivo in ogni caso perché quando si cammina in due la strada diventa sempre più breve, ma **fornisce anche occasioni per ideare stratagemmi, trucchi, attivare idee e strategie per superare un momento difficile con creatività.**"

E ricordate che ogni volta che si supera un momento difficile si **guadagna in [autostima](#)**.

Leggi anche: [Sos compiti, 8 regole d'oro per aiutare il bambino a concentrarsi](#)

## **9 Revisione dell'obiettivo**

**E' la possibilità di rivedere i propri scopi, gli obiettivi alla luce degli esiti.**

Revisione non vuol dire autoconvincersi che non è importante raggiungere uno scopo come la volpe del "La volpe e l'uva" dove la volpe si convince di non aver fame perché non arriva all'uva.

Ma, ad esempio, se un ragazzo vive come un insuccesso un sei, ci si deve chiedere perché è tanto importante per lui avere una media elevata. Deve compiacere le aspettative di qualcuno? Vuole far bella figura con i compagni? La sua [autostima](#) è legata indissolubilmente al successo, per cui non può sottrarsi dal raggiungere quanto si prefigge?

E la risposta a queste domande potrebbe fornire indicazioni per **un eventuale e possibile cambiamento di obiettivo, non certo una rinuncia frettolosa**. Ma potrebbe capire che non è poi così importante avere la media del nove in tutte le materie. Non vale la pena abbattersi. L'obiettivo in quella materia può spostarsi dal nove al sette.

## **10 Insegnategli [l'autonomia](#) nel gestire le proprie cose**

Una volta era normale trasferire ai figli competenze pratiche: cucinare, rifarsi i letti...

Oggi spesso i figli crescono senza nulla toccare e "senza mano sporcare".

**Invece è importante abituarli a gestire le proprie cose in [autonomia](#)**. A partire dal materiale scolastico che va preparato alla sera come un rituale cadenzato.

**I genitori devono lasciar fare, "consentire l'errore" e "facilitarne l'elaborazione"**. Spesso gli adulti intervengono in continuazione per evitare le conseguenze negative.

Non continuate a ricordare a vostro figlio di rinnovare l'abbonamento dei mezzi pubblici, **consentitegli di toccare con mano le conseguenze della dimenticanza**, obbligandolo a dover rimediare.