

IL PIANTO DEL NEONATO E DEL BAMBINO: COME SOSTENERE I GENITORI

I bambini, non piangono solo per comunicare un bisogno immediato ma piangono anche per eliminare tensione e stress.

La più invocata causa del pianto è quella delle cosiddette coliche gassose, sulle quali si è ampiamente scritto, cercando spiegazioni e prove inconfutabili della loro esistenza spesso senza grande successo.

Poiché le abituali spiegazioni sulle ragioni del pianto dei neonati sono insufficienti, sarebbe utile prendere in considerazione anche le possibili cause emotive.

Sembra che i bambini piccoli piangono principalmente per due motivi. Uno è quello di comunicare un bisogno come ad esempio cambiare posizione, essere allattati o essere presi in braccio. L'altro riguarda la funzione di liberarsi dalla tensione e dallo stress fisico e psicologico. Qualora il pianto non comunichi un bisogno fisico immediato, rappresenterebbe, di fatto, un automatismo innato di liberazione dalla tensione, che consentirebbe ai bambini di superare gli effetti di esperienze di spavento o frustrazione verificatesi in precedenza.

Si potrebbero identificare sei principali categorie di traumi o stress durante l'infanzia: i traumi pre e perinatale (quando sono ancora nel pancione), i bisogni non soddisfatti, l'eccesso di stimoli (troppe visite a casa), le frustrazioni legate alla crescita, il dolore fisico e le esperienze che provocano paura.

Cosa fare quindi quando un neonato piange? È importante ricordare che un po' di stress è inevitabile. Dunque piuttosto che far smettere di piangere i bambini sarebbe utile ridurre le fonti di stress che creano il bisogno di piangere nella primissima infanzia senza trascurare l'importanza che può avere trascorrere una gravidanza serena.

Solitamente i genitori, con le migliori intenzioni, reprimono il pianto offrendo qualche tipo di distrazione che alla fine non serve a rilassare il piccolo che continuerà a piangere quasi come se non fosse compreso. In altre parole il pianto dei neonati e dei bambini non andrebbe mai ignorato ma elaborato con calore ed empatia accettandolo in modo da capire se comunica il significato di disagio fisico o emozionale.

Concludendo

Quando il neonato o il lattante piange bisogna prenderlo in braccio, parlargli (lo so hai ragione oggi abbiamo avuto molte visite, ti sei stancato molto, ti capisco, se hai bisogno di piangere fallo pure, io ti tengo vicino a me, mamma ti vuole molto bene, vedrai che dopo ti rilasserai e ti addormenterai e quando ti sveglierai ti sarà passato tutto).