

12 - 18 MESI

Capricci e frustrazione: cosa sta comunicando il bambino

Dott.ssa Roberta Rossa Sergente

Farmacista - Antica Farmacia Viana



“Perché si arrabbia così tanto per cose piccole?” Tra dodici e diciotto mesi desideri, mobilità e comprensione aumentano più velocemente del linguaggio e dell’autocontrollo. Quello che l’adulto chiama capriccio è spesso una risposta a frustrazione, stanchezza, fame, dolore o limite. Accogliere l’emozione non significa concedere tutto: significa aiutare il bambino a tornare regolato dentro un confine sicuro.

Cosa è importante sapere

Il cervello del bambino non possiede ancora strategie mature per aspettare e calmarsi. L’adulto presta voce, ritmo e prevedibilità. Poche regole coerenti funzionano meglio di molte proibizioni. Prevenire alcune crisi con routine e transizioni chiare non elimina tutte le emozioni, ma riduce il carico. Anche il temperamento individuale conta.

Cosa puoi fare oggi

Anticipa i passaggi, offri due scelte possibili e usa frasi brevi. Durante la crisi metti in sicurezza, resta vicino e riduci parole e domande. Nomina l’emozione senza discutere il limite. Quando il bambino è calmo, torna alla routine. Proteggi sonno, pasti e tempi di movimento.

Cosa evitare

Non punire fisicamente, non umiliare e non minacciare l’abbandono. Evita di usare schermi o dolci per spegnere ogni emozione. Non pretendere spiegazioni mentre il bambino è travolto e non etichettarlo come cattivo. Non cambiare la regola soltanto per porre fine rapidamente alla crisi.

Quando chiedere aiuto

Chiedi aiuto se le crisi causano ferite, sono associate a perdita di abilità, rendono impossibile alimentazione o sonno o provocano un grave esaurimento familiare. Se il genitore teme di perdere il controllo, deve allontanarsi in sicurezza e chiedere sostegno. Dolore, febbre o improvviso cambiamento del comportamento richiedono valutazione medica.

La scheda da utilizzare

La scheda delle emozioni può descrivere cosa accade prima della crisi, durata, risposta dell’adulto e ciò che aiuta. Cerca ricorrenze legate a fame, stanchezza, rumore o transizioni. L’obiettivo non è contare i capricci, ma rendere l’ambiente più prevedibile.

A chi rivolgersi nel Biellese

Nel Biellese il primo riferimento è il pediatra di libera scelta. In base al bisogno si può ricorrere ai servizi dell’ASL BI, ai consultori territoriali, alla Pediatria o al Pronto Soccorso dell’Ospedale degli Infermi di Ponderano. Per un’urgenza sanitaria bisogna chiamare il 112. Prima di recarsi in una sede è opportuno verificare sul sito dell’ASL BI orari, modalità di accesso e recapiti aggiornati.

Come può aiutarti la Farmacia Viana

La Farmacia Viana può riconoscere quando irritabilità e sonno richiedono il pediatra e orientare verso servizi di sostegno alla genitorialità. Non propone sedativi o integratori come soluzione educativa.

■ Fonti e data di revisione

[CDC - Developmental milestones](#); [UNICEF Parenting - Child development](#); [ASL BI - portale istituzionale](#).

Ultima revisione: 18 settembre 2026. Prossima revisione: settembre 2027 o prima, se cambiano linee guida o servizi territoriali.
Nota: il contenuto ha finalità informative e non sostituisce la valutazione del pediatra, del medico, dell'ostetrica o di altro professionista sanitario.