

JUNIOR ► EDUCAZIONE

Vuoi che il tuo bambino diventi un adulto sereno e responsabile? Smettila di soffocarlo di premure e controlla la tua ansia, così sarà libero di sbagliare e di imparare

I BIMBI VIVONO SOTTO UNA CAMPANA DI VETRO

«È difficile per un genitore moderno lasciare autonomia ai figli, perché più che in passato si fatica a dare loro fiducia e lasciarli fare da soli» spiega la dottoressa Stefania Andreoli, psicologa e psicoterapeuta dell'Ordine psicologi della Lombardia. «Oggi la tendenza è quella di dare loro tutto, di metterli sotto una campana di vetro, risolvendo i problemi al loro posto. Ma così li trattiamo da piccoli "rincitrulliti". Dobbiamo imparare che a ogni tappa corrispondono dei progressi. Non dobbiamo diventare dei loro sostituti, devono sperimentare e sbagliare» continua l'esperta.

la libertà li aiuta a crescere?

La mamma peggiore d'America. Così è stata definita Lenore Skenazy, giornalista newyorkese e autrice del blog FreeRangeKids. Il motivo? Aver permesso al figlio di 9 anni di viaggiare da solo in metropolitana. Una semplice azione che ha scatenato dibattiti in tutti gli Stati Uniti e che ha visto la Skenazy protagonista di talkshow e programmi radiofonici, intenta a spiegare il perché di questa decisione che per molti avrebbe messo in pericolo il piccolo. Da questa esperienza, la giornalista ha tratto un libro ("I sì che aiutano a crescere") e il programma televisivo "Mamme che amano troppo" (su Real Time) in cui insegna alle altre madri a lasciare più libertà ai propri figli e a "regalare loro le ali".



Gli errori fanno bene

Oggi i moderni non sopportano di vedere i propri figli fallire, farsi male quando giocano, cadere. E fanno di tutto per costruire un ambiente dove i bambini non trovano ostacoli. ■ «In questo modo, però, non si preparano i piccoli al mondo reale. In fondo, sbagliare è normale e nella vita di tutti i giorni capiterà di scivolare su una buccia di banana. È a questo punto che bisogna intervenire e insegnare loro come fare a rialzarsi. La vita presenterà il conto a questi piccoli uomini, quindi è importante fornire loro tutti gli strumenti utili per affrontare le sfide» continua la dottoressa. ■ Senza dimenticare che spingerli a essere al top è faticoso, irrealistico e crea nel bambino un forte senso di frustrazione. Inoltre, se li abituiamo ad avere tutto e senza fatica, non coltiveranno mai l'esperienza del desiderio e non sperimenteranno nulla, a 15 anni saranno già ragazzi annoiati.



I segnali che dicono: "può andare da solo"

Meno barriere e più libertà, in modo da poter sperimentare, a volte anche a proprie spese. Spesso, quello che blocca le mamme è la domanda: "sarà pronto per fare da solo?".

■ «Non è semplice capire quando è il momento di lasciarli andare da soli. I riferimenti cambiano a ogni età e ogni bambino è diverso dall'altro. È vero, però, che tutti lanciano dei segnali che dobbiamo imparare a cogliere».

■ «Per esempio, quando chiede di studiare da solo o, camminando, non vuole avere accanto la mamma o il papà, questi devono restare un po' indietro, lasciarlo fare. Sono tutti segni che indicano la volontà di riuscire a fare qualcosa da solo. Assecondare questi desideri è una forte iniezione di fiducia, piccoli mattoncini che servono a farlo crescere» afferma la psicoterapeuta.

A piccoli passi verso l'autonomia

Se non ci si sente tranquilli a farlo viaggiare da solo in metropolitana, si può iniziare con piccole azioni, come mandarlo a prendere il pane nel negozio vicino a casa, o fargli passare una notte fuori, organizzando un pigiama party da qualche amico o trascorrendo un weekend dagli zii.

■ In questo modo, si affronta poco alla volta il timore che possa capitargli qualcosa quando è da solo. Proprio la paura sembra essere il grande freno dei genitori moderni, una paura verso tutto e tutti, una visione del mondo come un luogo non tranquillo e non adatto ai bambini.

■ In passato non era così, si lasciavano i bambini con i vicini, si facevano tornare a piedi da scuola e si permetteva loro di andare dagli amici in bicicletta. «Ai nostri giorni i media hanno un forte impatto e aiutano a rendere tutto più spaventoso. In realtà, oggi non siamo più esposti rispetto al passato. Ogni epoca porta i suoi problemi, in quella che stiamo vivendo, per esempio, c'è lo spauracchio di internet, perché i genitori sentono di non poter avere il controllo» afferma la dottoressa.

GLI STILI DI VITA SONO CAMBIATI E NON SI HANNO RIFERIMENTI

«Sotto sotto credo che il vero motivo sia il fatto che fino a qualche decennio fa la famiglia era basata sul padre che lavorava e sulla madre che restava a casa e si occupava dei figli. Tutti, più o meno, si comportavano nella stessa maniera, non ci si preoccupava più di tanto e non c'erano dubbi sul modo di educare i figli, perché tutti facevano in quel modo. Oggi questo modello è caduto e i genitori hanno paura perché spaesati e senza la possibilità di identificarsi in un riferimento genitoriale condiviso, non hanno "il maniglione" a cui aggrapparsi» spiega l'esperta.

Il cellulare non serve per controllare

Se si decide di mandare il figlio dagli zii o dalla famiglia degli amici, non è il caso di dotarlo di cellulare per controllarlo (gli adulti a cui è affidato ce l'hanno).

■ «In generale, l'abitudine di regalare un telefonino ai bambini è sbagliata. In primis perché le onde che emette non fanno bene a un cervello ancora in via di sviluppo come il loro. Noi siamo cresciuti senza cellulare e senza problemi. È un'esigenza dei genitori, non dei figli» spiega la dottoressa Andreoli.

■ E se sono loro a chiederlo? Bisogna valutare in base all'età. Sicuramente un bambino delle elementari non ne ha alcuna esigenza, mentre alle superiori non averlo sarebbe motivo di ostacolo e imbarazzo in relazione al rapporto con i compagni, dato che il telefonino viene utilizzato quasi esclusivamente per tenersi in contatto con i coetanei e non per chiamare a casa (anche se molti genitori vorrebbero fosse così).

■ «Alla scuola media si dovrebbe valutare caso per caso, in relazione al tipo di significato attribuito alla richiesta del cellulare, alle esigenze, al livello di maturità del figlio. L'importante è che concederlo non esaudisca una nostra necessità di placare l'ansia» conclude la psicologa.



Vademecum per genitori troppo apprensivi

Preoccuparsi per i propri figli è normale, ricoprirli di attenzioni però non fa bene. Questo, in breve, è il pensiero di Lenore Skenazy. Ecco alcune delle "regole" ideate dalla giornalista newyorkese e dedicate a tutti i genitori iperapprensivi.

1 Lascia il tuo cellulare a casa per un giorno. Così quando i tuoi figli avranno bisogno di chiamarti per consigli semplici, avranno modo di decidere da soli. Il cellulare è un cordone ombelicale che mantiene i ragazzi bambini: taglialo.

2 I ragazzi imparano dai fallimenti. Dopo aver sbagliato e comprendono che non è la fine del mondo, non dovrebbero più aver paura di fare errori.

3 Tenere i propri ragazzi in una campana di vetro ha un prezzo: depressione, obesità, nevrosi sono molto più frequenti dei rapimenti. Meglio evitare i pericoli più probabili che quelli remoti.

4 Ricordati che non tutte le cose che fai hanno un impatto sullo sviluppo del bambino. Non serve che tu sia perfetta.

5 La stima di sé deriva dal sentirsi utili, non dall'essere lodati. Per questo è importante che ogni bambino senta che può dare una mano. Se noi facciamo ogni cosa al suo posto lo priviamo dell'autostima.

6 I ragazzi più protetti, in realtà, sono quelli che camminano con sicurezza e sanno come prendersi cura di loro stessi, perché hanno buon senso.

7 Rendi il tuo bambino "a prova di mondo". Insegnagli ad attraversare la strada, a nuotare, a non salire in auto con sconosciuti. È così che sarà al sicuro anche se non ci sei.

*Servizio di Eliana Giuratrabocchetti.
Con la consulenza della dottoressa
Stefania Andreoli, psicologa e psicoterapeuta
esperta dell'Ordine psicologi della Lombardia.*

