

"Non siete amici dei vostri figli,
e non siete i loro psicologi. Una famiglia
felice è una famiglia che prima di tutto
si sa organizzare nei ruoli, nei compiti
educativi e nelle regole chiare."

Daniele Novara



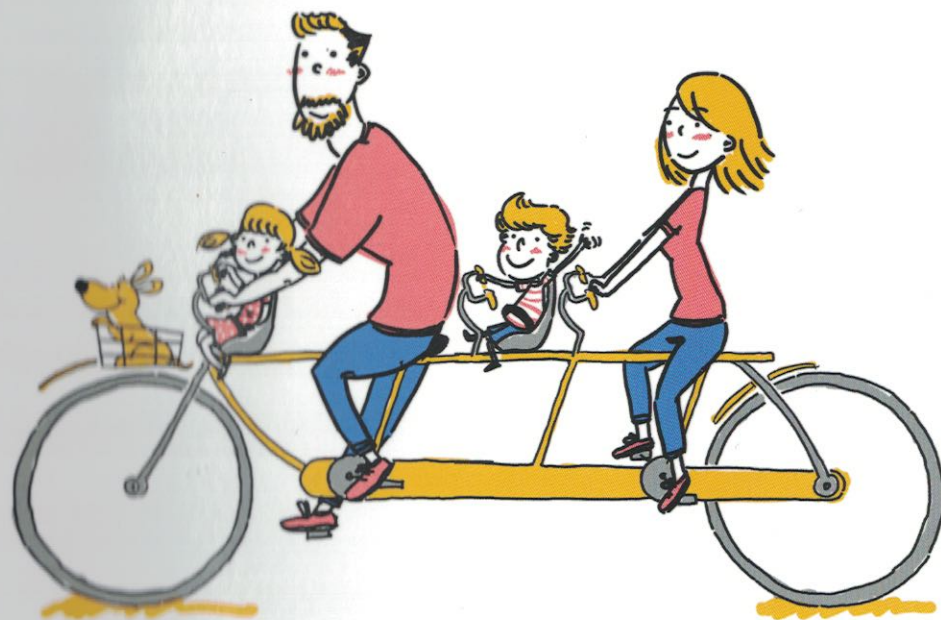
ISBN 978-88-17-14298-4



9 788817 142984

DANIELE NOVARA ORGANIZZATI E FELICI

**Come affrontare in famiglia
le principali sfide educative dei figli,
dai primi anni all'adolescenza**



DANIELE NOVARA ORGANIZZATI E FELICI

BUR

BUR parenting

DANIELE NOVARA

ORGANIZZATI E FELICI

**Come affrontare in famiglia
le principali sfide educative
dei figli, dai primi anni
all'adolescenza**

INTRODUZIONE

Il riconoscimento e la sensibilità di cui gode la categoria dei figli appartengono a un tempo relativamente recente. Nel mio dialetto, quello piacentino – ma so che la stessa parola è diffusa anche in altri territori –, è ancora presente il termine *bagäi*, che ha un doppio significato: da un lato, quello corrente e concreto di “bagaglio”, di peso da portare; dall’altro, in senso metaforico, il significato di “bambino”, “figlio”, “ragazzo”, a seconda delle zone e dei contesti. È curioso pensare che, per trovare una parola che simbolicamente definisse i figli, uno dei tanti dialetti italiani abbia dovuto ricorrere a un termine, quello di bagaglio, di assoluta fisicità e pesantezza. *Bagäi* ha un’accezione affettiva, ma il suo significato letterale non lascia margini di dubbio: i figli erano un peso nelle tradizioni di una volta.

I genitori mantenevano una distanza che spesso diventava dispotica, se non addirittura crudele; essere anche solo ascoltati risultava davvero difficile.

COSÌ FRAGILI, COSÌ EMOTIVI!

Nel giro di pochissimi anni, ci siamo trovati nel bel mezzo di un testacoda incredibile.

I genitori di oggi manifestano una fragilità mai riscontrata nelle generazioni precedenti.

Forse si tratta di riconoscere che sono più a rischio dei loro stessi figli.

Verso questi ultimi, prevalgono atteggiamenti di totale immedesimazione emotiva. È una vera novità storica. I padri e le madri si sono sempre identificati nel loro ruolo mantenendo una distanza, senza scendere in confidenze eccessive, restando sufficientemente da parte. Oggi si chiedono non tanto cosa servirà per educare i figli, ma cosa servirà per farli stare bene, per farli stare il meglio possibile, e per essere costantemente a loro disposizione. Finisce così che troviamo bambini di 6, 7, 8 anni ancora nel lettone; che l'uso dello smartphone di notte venga deciso da ragazzini di 12 e 13 anni; che si preferisca fare il "genitore bancomat" piuttosto che consegnare agli adolescenti una limitata e giusta paghetta settimanale. Quando poi non ce la fa più, questo genitore emotivo ricorre alle urla, diventate inevitabili, con la perdita di un'efficace funzione educativa.

Manca un'alfabetizzazione pedagogica a buona parte delle generazioni uscite dal Sessantotto. Una vera e propria rivoluzione antropologica, estremamente positiva, da un lato, ma che dall'altro ha azzerato il senso dell'autorità senza dare alle nuove famiglie un manuale per gestire i propri bambini e ragazzi. Esiste un antidoto a tutto questo al di là della pura e semplice "famiglia tradizionale" che rischia di diventare un mantra quasi retorico e nostalgico?

Mi scrive Mario:

Sono un papà di tre bimbi: 4 anni, 2 anni e uno in arrivo a breve. Il maggiore l'ho cresciuto con urla, punizioni e qualche schiaffetto. Riconosco il mio enorme errore e per questo le vorrei chiedere: cosa resterà a mio figlio di questa cattiva

"educazione"? Può lei o qualcun altro darmi consigli su diverse dinamiche familiari?

Visto che non si nasce padre, perché a una cosa così importante come la crescita dei figli non viene dedicata una scuola o non viene creata una proposta educativa per le giovani coppie?

Fare i genitori è difficile, è una sfida complessa.

Non ci sono scorciatoie e, se le si cerca, come ho raccontato nel libro *Non è colpa dei bambini*,¹ si rischia di incappare in qualche neurodiagnosi, il più delle volte fuori misura o eccessiva, tenendo conto che i figli, finché non diventano adulti, sono per natura immaturi. Occorre gestirli e educarli. Per questo, con lo staff del CPP abbiamo realizzato le Scuole Genitori,² che hanno riscosso e continuano a riscuotere un sempre maggior interesse, e anche gli Studi di consulenza pedagogica,³ per entrare più nel merito delle questioni educative.

Purtroppo a questo interesse dei genitori non corrisponde un'adeguata attenzione né politica né istituzionale, come se l'educazione dei figli non fosse un problema dell'intera società, ma unicamente una questione individuale – se non individualistica –, personale ed esclusiva. Così non va. Il rischio è quello che i papà e le mamme si trovino letteralmente in balia di fake news, di informazioni sconnesse, precarie, sconsiderate e spesso false che arrivano soprattutto dall'ambito digitale, da alcuni blog, dai protagonisti del mondo dello spettacolo e non solo... Come se crescere un figlio fosse qualcosa su cui chiunque può avere il consiglio definitivo o l'ultima parola, come se essere genitori fosse di per sé sufficiente a garantirne l'attendibilità, dimenticando la complessità della crescita dei bambini e dei ragazzi, del mondo in cui ci troviamo a vivere, accelerato all'inverosimile come mai è stato nella storia umana, specie dal punto di vista tecnologico.

LE INFORMAZIONI EDUCATIVE ESSENZIALI ETÀ PER ETÀ

Ho pertanto qui voluto realizzare un desiderio che coltivo da tempo: dare un corpus sufficientemente organico di riferimenti educativi ai genitori, età per età. Seguirli nella crescita, con informazioni educative, senza in alcun modo voler essere vincolante; offrire le indicazioni di base per potersi orientare, una mappa di navigazione, usando come idea portante quella dell'**organizzazione**. Ritengo che, a volte, i genitori si mettano nei guai da soli con quelle che definisco le "prescrizioni impossibili", legate a concomitanze o mode narcisistiche, solitamente generate dall'idea che sia necessario restare in costante contatto emotivo con i figli.

Nel libro intendo dimostrare che

il legame emotivo è una componente fisiologica della relazione genitori-figli e che quello che permette di educarli è invece una buona organizzazione.

Letteralmente, così come ne conosciamo il significato: dare una struttura ordinata, favorire e definire le funzioni di un organo. "Organizzare": un termine chiaro, anche nella sua origine.

Per la prima volta, un libro segue le fasi di crescita dei figli (da o fino alla tarda adolescenza), dando ai genitori le informazioni educative per fare il meglio possibile.

È proprio quel genere di libro che, nei reparti di maternità, vorrei venisse regalato alla mamma che torna a casa col suo bambino o bambina,

per poter avere una parte adeguata di quelle conoscenze che servono per organizzare una buona educazione. Anzi, per un'educazione "sufficientemente buona". Il "genitore perfetto" non è adatto a queste pagine perché non sono ricettari. Non si gestiscono i figli come si prepara un piatto gourmet. Occorre piuttosto sintonizzarsi con loro, e in questo libro offro le indicazioni essenziali per farlo con esempi sempre molto concreti.

Il senso dell'organizzazione è anche quello di essere positivi, di non lasciarsi andare a nervosismi particolari, rancori, a un senso di sconforto, ma di mantenere sempre la fiducia nelle risorse nostre e dei nostri figli. Non mi stancherò mai di ripetere che a guardare il bicchiere mezzo pieno, almeno in questo settore, non si sbaglia mai.

ISTRUZIONI PER L'USO

Infine, come leggere e usare questo libro? I primi capitoli creano le condizioni per entrare nel merito del percorso di crescita: indicando innanzitutto da cosa bisogna liberarsi (false informazioni e falsi miti). Si entra poi nel tema che permette di organizzarsi bene: quello della giusta distanza educativa. Infine, si arriva al grande capitolo *Ogni cosa a suo tempo*, ossia come l'educazione debba sapersi sintonizzare sull'età dei figli: è la parte più forte e strutturata del libro, e spero anche quella più utile. I capitoli conclusivi sono dedicati alla concretezza e al gioco di squadra, questioni importantissime se vogliamo farcela come genitori, senza perfezionismi – non credo nell'onniscienza genitoriale – ma con la sufficiente sicurezza.

Il libro propone inoltre un apparato di schede che aiutano – con esempi precisi – a intervenire su determinate questioni educative. Trovate il pisolino, i nonni, gli animali e, ovviamente, la questione delle nuove tecnologie digitali... le schede sarebbero talmente tante che non ho potuto inserirle tutte, ma solo una parte, per dare un metodo ai genitori. Penso che occorra sempre chiedersi: «Cosa deve imparare mio fi-

glio?»; «Come posso renderlo autonomo?»; «Come posso organizzarmi perché lui possa imparare a gestire le sue risorse e la sua autonomia?».

RACCOMANDAZIONE FINALE

Questo libro fa pendant con tutti gli altri che ho scritto per i genitori, soprattutto per BUR. Insieme creano un *corpus* unitario completo. Decisamente utili in una famiglia con figli.⁴ Facendo però attenzione: bambini e ragazzi sono molto svelti, molto dotati e hanno antenne estremamente ricettive.

Mi permetto di chiudere in proposito con un episodio divertentissimo che mi ha raccontato una mia stretta collaboratrice che ha una bimba di 6 anni – prima elementare, quindi – che conosco personalmente e mi capita spesso di incontrare:

Va al doposcuola e riceve da una sua amica di 8 anni una confidenza molto particolare, se non scabrosa: «Sono preoccupata: i miei genitori non mi vogliono più nel lettone perché l'ha detto Daniele Novara». Allora la figlia di questa collega interviene tutta contenta dicendo alla sua amichetta: «Ma io lo conosco Daniele Novara!».

Per chiudere, potrei dire ai genitori: organizzatevi, perché

avete figli molto ricettivi, intuitivi; non hanno bisogno di genitori sprovveduti, ma di genitori preparati.

Buona lettura e buon lavoro.

Daniele Novara

INDICE

INTRODUZIONE	9
Così fragili, così emotivi!	9
Le informazioni educative essenziali età per età	12
Istruzioni per l'uso	13
Raccomandazione finale	14
 1. GENITORI CHE ANNASPANO, FRA BUFALÉ, INTERNET, FAKE NEWS E PSEUDO ESPERTI...	15
Uscire dalla confusione è possibile	15
Il genitore "fai da te" si mette nei guai	19
Nuotando nel mare di fake news, bufale e altre sciocchezze	23
Quando gli esperti... non sono molto esperti!	27
 2. LIBERARSI DEI FALSI MITI	33
Il narcisismo come mutazione antropologica	33
Mito n° 1: ti devono ascoltare!	40
Mito n° 2: giocare con i figli è un obbligo	43
Mito n° 3: non puoi costringerli (chiedi il loro parere)	45
Mito n° 4: il dialogo a tutti i costi	47
Mito n° 5: parla ai figli come se fossero adulti, così cresceranno prima!	49
Mito n° 6: sono nativi digitali, non puoi impedirglielo	51
Mito n° 7: non lo controlli abbastanza	53
Mito n° 8: cerca il disturbo. Fallo vedere!	55
Mito n° 9: devi stargli il più vicino possibile	58

3. LA GIUSTA DISTANZA EDUCATIVA	63
Non mettersi alla pari	63
Il genitore promiscuo	64
Il genitore emotivo: urlare non serve a nulla	71
Organizzarsi bene è possibile	75
 4. OGNI COSA A SUO TEMPO	 83
Ogni fase della crescita ha la sua specifica educazione	83
 IL PRIMO ANNO DI VITA	
L'attaccamento primario per creare sicurezza tutta la vita	88
I caratteri dell'età. L'anno più importante della vita	88
La gestione educativa del bambino nel primo anno di vita	93
 IL SECONDO E IL TERZO ANNO DI VITA	
Sostenere la nascita delle competenze primarie	105
I caratteri dell'età. "Faccio da solo"	105
La gestione educativa del bambino fra i 2 e i 3 anni	112
 IL QUARTO, IL QUINTO E IL SESTO ANNO DI VITA (3-5)	
Aiutare a diventare autonomi creando le abitudini adeguate	124
I caratteri dell'età. La fine della totale dipendenza dai genitori	124
La gestione educativa del bambino fra i 3 e i 5 anni	135
ESERCIZIO - Il lettone	151
 DAI 6 AI 10 ANNI	
Il tempo delle conquiste	153
I caratteri dell'età. Il bambino si stabilizza	153
La gestione educativa del bambino fra i 6 e i 10 anni	162

LA PREADOLESCENZA (DAGLI 11 ANNI)	
Gestire l'inizio dell'allontanamento dai genitori	185
I caratteri dell'età. Tutto cambia	185
La gestione educativa del preadolescente	195
 L'ADOLESCENZA	
L'età del distacco	215
I caratteri dell'età. Un periodo esplosivo	215
La gestione educativa dell'adolescente	224
IN SINTESI - Le tappe età per età	237
ESERCIZIO - Il super quizzone per genitori	240
 5. ESSERE CONCRETI PER ORGANIZZARE REGOLE PRATICHE	243
Ma cosa capiscono davvero i figli? Il genitore divulgativo	243
Cos'è veramente una regola educativa?	249
Alcune idee pratiche e concrete	257
 6. MEGLIO IL GIOCO DI SQUADRA TRA GENITORI	265
I figli non desiderano decidere al posto dei genitori	265
La fine del patriarcato	267
La condivisione educativa: una nuova sfida per i genitori	270
E con i genitori separati?	274
Alcune tecniche comunicative utili per il gioco di squadra	276
Meglio essere positivi	279
 EPILOGO	
I figli, grande occasione di crescita per i genitori	287
 RINGRAZIAMENTI	293
NOTE	295

INDICE DELLE SCHEDE DI APPROFONDIMENTO

Compiti a casa. A scuola vanno gli alunni, non i genitori: un aiuto che non sostituisce	79
Il baby-talk di Pierangelo Pedani	100
Giocare nel primo anno di vita di Marta Versiglia	102
Togliere il pannolino di Lorella Boccalini	118
Al nido è meglio. Nonni sì, ma a piccole dosi...	121
Figli tirannici? Ma i bambini non vogliono comandare sui genitori	144
Quando i bambini si toccano	145
Animali e bambini: istruzioni per l'uso	146
Stop al lettone dopo i 3 anni	147
L'importanza del sonno e del pisolino nei piccoli	149
L'equivoco degli screening neurodiagnostici	170
Litigi tra fratelli	171
Ma sono veramente bugie? I bambini e la verità	174
Pipì a letto: una questione educativa	176
Punire non serve a nulla!	179
Bambini e realtà virtuale	181

Chi si ricorda del pudore?	184
Tecnologia e rete: le regole per gestire una vera emergenza	205
Cosa succede al cervello nel passaggio dall'infanzia alla preadolescenza? <i>di Laura Petrini</i>	208
La convergenza educativa sul padre	210
La paghetta	212
Il silenzio attivo	213
Il diritto dei genitori alla propria intimità	282
Aiuto! La Super-Mamma	283
Aiuto! Il Papà-Peluche	284