



COME DON BOSCO - l'educatore

di Bruno Ferrero

QUANDO I FIGLI CI "DIVORANO"

Il guaio di avere un figlio è che poi uno ce l'ha davvero. E un figlio non è un bambolotto, né un piccolo robot e neppure un cagnolino. Quando un bambino diventa esasperante, non si può premere un bottone per farlo smettere.

La salmodia dei genitori che si sentono "divorati" dai figli riempie bar e uffici: «Mia figlia, che ha due anni, mi segue dappertutto, e non fa che chiedere», «Non fa altro che ribellarsi tutto il giorno, siamo sempre in conflitto. Quando non ne posso più, lo chiudo in camera sua. E' una lotta continua, estenuante», «Piange per un niente. Ho i nervi a pezzi», «Per qualunque cosa entra in conflitto, dice no a tutto, è violento, piange, picchia, si rotola per terra, mai una volta che le cose si svolgano in modo tranquillo», «Sono tre anni che non riesco a dormire una notte intera!», « Mia figlia mi sta tra i piedi tutto il giorno: non mi molla un attimo, mi sta appiccicata. Mi succhia il sangue da quando è nata». Molti genitori hanno davvero la sensazione che i figli li mangino, che si nutrano del loro tempo, delle loro attenzioni, dei loro soldi, della loro vita. Permettere che questa sensazione si faccia strada nei rapporti quotidiani può rendere la vita pesante e creare un effetto "tunnel" velenoso. I genitori si sentono usati e non riescono più a godere il tempo trascorso con i figli, diventa così difficile anche regalare loro gesti d'amore e di tenerezza.

Possono essere utili alcune semplici riflessioni.

La prima cosa da fare è **liberarsi dagli stereotipi** che condizionano e mortificano: quello della donna pimpante, in piena forma, che si divide tra figli, marito, lavoro, sempre calma e disponibile, tutto amore per i suoi cari; quello dell'uomo dinamico, che si divide tra moglie, figli, lavoro e si destreggia allegramente tra cellulare, carrozzina, giocattoli; quello della famiglia «Mulino Bianco» dove è tutto perfetto, a colazione il sole brilla e tutti sono belli, gentili e allegri. Si tratta di prendere seriamente la realtà: nessuno ha mai detto che sia facile essere genitori, non per questo deve essere considerato un lavoro forzato: non si è genitori *per dovere*. C'è una certa normalità nel sentirsi di tanto in tanto nervosi, *consumati* da coloro che vivono con noi. Imparare a convivere significa necessariamente mettere in conto di **imparare a gestire le proprie aggressività**. Non esiste amore vero senza trattamento adeguato dell'aggressività in cui possano essere superati il conflitto, lo scontro, la critica e questo sia nei rapporti genitori-figli, sia nei rapporti di coppia o di amicizia. **I genitori hanno però il diritto di sbuffare**, quanto più potranno esprimere e soprattutto condividere le proprie esasperazioni, tanto meno terranno tutto nascosto dentro di sé e lo faranno pesare sui figli. È importantissimo però ricordare e raccontare, tutte le volte che si può, i momenti felici e le intense emozioni vissuti con i figli. Il potere del ricordo è trasformante.

Amare non significa dare tutto e permettere tutto. Essere un bravo genitore non vuol dire accettare qualunque cosa. Significa non temere di dire "no". Significa farsi rispettare e non lasciarsi divorare sempre. Significa dare senza perdersi. Anche i figli devono essere accompagnati a poco a poco ad accettare il principio di realtà e la realtà esteriore. Bisogna farli uscire dall'illusione dell'onnipotenza: è questa una delle missioni dei genitori. I limiti posti nel modo giusto strutturano e non traumatizzano. Un fiume senza sponde si trasforma in una palude. Anche una famiglia. Il genitore che vuole essere sempre e solo buono, a costo di crollare, trasmette un messaggio ambiguo. Ciò che il bambino registra non è di avere un genitore buono, bensì fragile, cosa nient'affatto rassicurante.

I genitori devono essere felici della propria vita di uomo o di donna per non chiedere ai figli ciò che non possono dare, **tenersi alla giusta distanza** da loro, non essere né troppo lontani, né troppo assenti, né

troppo intrusivi. Allevare un figlio non vuol dire cercare di conquistarlo. Significa aiutarlo a non farsi sottomettere dall'onnipotenza delle sue pulsioni, a imparare a rinunciare o a rimandare la soddisfazione dei suoi desideri.

È importantissima una buona gestione del tempo. La vita familiare richiede un minimo di organizzazione o cola a picco nello stress. È vitale evitare lo zapping frenetico da un'attività all'altra. **I genitori sappiano prendersi il tempo di respirare**, di creare una camera di decompressione per riprendere fiato quando non se ne può più. È salutare accorgersene e cercare allora di far calare la pressione prima di rientrare in contatto con i figli: fermarsi un minuto a gustarsi un caffè, telefonare, leggere qualche pagina, non correre, camminare lentamente mentre si va all'asilo, ascoltare musica, ecc. Sapendo che talvolta bisognerà sacrificare le faccende domestiche e le commissioni per fare il genitore: per ascoltare, per dare e per amare i propri figli come anche per giocare, ridere, fare i "matti". È importante **trasformare i momenti obbligati in momenti di condivisione**, facendo di piccoli incarichi domestici occasioni di scambio e di educazione concreta alla responsabilità: in famiglia tutti devono dare una mano. È necessario anche aiutare il bambino ad acquisire **la capacità di stare da solo** per periodi progressivamente più lunghi via via che cresce, sviluppando in lui il gusto della lettura, della passione per qualche attività. Bisogna anche aiutarlo a inserirsi nell'oratorio, in una squadra sportiva, ecc. in modo che il ritrovarsi insieme come famiglia sia sempre un momento di intenso e vero piacere.



COME DON BOSCO - il genitore

di Marianna Pacucci

SEGNALI DI FUMO

È vero, spesso i ragazzi sembrano incontenibili, ma non sempre e non tutti. E poi alcune volte esplodere è salutare!

Ragazzi sempre più attivi, ma anche, spesso, più "rompini"; esigenze e desideri confusi con pretese e capricci; forme di protagonismo che scadono in trasgressioni rischiose. Non condivido l'opinione di chi, in prima persona o mediante i mass media, ritiene che sia in atto un netto peggioramento della condizione infantile e adolescenziale. Conosco e convivo con giovanissimi che dimostrano di essere capaci di atteggiamenti positivi e comportamenti corretti (anche meglio di tanti adulti o sedicenti tali); però non posso nascondere una certa preoccupazione. Mi accorgo, talvolta, che le situazioni di malessere e le reazioni aggressive spesso avvengono da parte di persone insospettabili e in contesti che vengono ritenuti tranquilli.

E mi fanno ancora più paura i ragazzi che non esplodono, ma implodono: quando uno scoppia dentro, le conseguenze sono molto più negative. Il fatto che questo avvenga in dieci o in trenta casi su cento non mi può confortare: la vita e il benessere di un adolescente non sono quantificabili con percentuali e statistiche. Ho imparato a mie spese che occorre guardare con molta attenzione i segnali di fumo: quando l'inquietudine naturale dei quindicenni diventa irrequietezza; quando i ragazzi fanno fatica a concentrarsi sui loro compiti quotidiani e diventano apatici o inconcludenti; quando i silenzi diventano troppo lunghi e insopportabili per essere tollerati all'interno di una relazione educativa, occorre che noi grandi ci diamo una mossa, senza aspettare la conta dei danni derivanti dalla mancanza di autocontrollo, i fallimenti scolastici, il completo disorientamento nelle scelte legate al presente e al futuro. Sono tante le cose che possiamo fare per gestire l'aggressività dei nostri figli: canalizzare e orientare la loro naturale esuberanza; contenere e finalizzare una vivacità che potrebbe risultare dispersiva; sostenere le carenze di autostima con rinforzi positivi e con forme concrete di solidarietà; cesellare i difetti e incrementare i

pregi caratteriali; accrescere la consapevolezza e il rispetto delle regole della convivenza; agevolare la maturazione del senso dell'alterità e dei benefici derivanti dall'esperienza della tolleranza e del farsi prossimo.

Numerosi, e altrettanto importanti, sono gli interventi che possiamo fare in relazione ai contesti in cui i ragazzi trascorrono il loro tempo; in casa, in primo luogo, vale la pena impegnarsi per regolarizzare i ritmi della quotidianità, rendere più tranquilla e pacifica la convivenza, rafforzare il rispetto di sé, degli altri, degli ambienti e delle situazioni; favorire la comunicazione delle emozioni problematiche e dei sentimenti negativi. Ma anche in riferimento agli altri "territori" in cui abitano i figli è doveroso che facciamo la nostra parte: è necessario che facciamo esercizio di corresponsabilità quando a scuola non ci sono le condizioni giuste per tenere sotto controllo l'aggressività degli studenti, per stimolare il senso del dovere, per garantire una socializzazione equilibrata; è bene stabilire contatti con i genitori dei loro amici per fissare in modo condiviso i permessi e i divieti in relazione all'uso del tempo libero; perfino in parrocchia si rende sempre più necessaria qualche "incursione" perché l'educazione religiosa non sconfini in forme di falso pietismo e di sopportazione di coloro che non sanno affrontare in modo serio i percorsi formativi e la vita dell'oratorio.

C'è il rischio di essere invadenti? Credo di no; la prevenzione è sempre faticosa e talvolta esposta a qualche incomprensione; ma è meglio degli allarmismi e soprattutto delle azioni tardive di tamponamento di quel che non va. E non dobbiamo neppure avere paura di entrare in contatto con modi diversi di pensare e di agire: vivere nel pluralismo non deve mai portarci a scegliere la neutralità etica. D'altronde, quando i ragazzi hanno comportamenti aggressivi, il più delle volte stanno testando la forza del nostro amore: quando ci mettono alla prova così duramente, è perché vogliono essere sicuri che non siamo soltanto capaci di coccole, ma anche di orientare la loro esistenza verso approdi esigenti.

Bollettino Salesiano-Febraio 2008