



## COME DON BOSCO - L'educatore

di Bruno Ferrero

# EDUCARE ALL'OTTIMISMO

**Per molti giovani e ragazzi, oggi, l'ottimismo non ha senso: la vita assume troppo presto l'aspetto arcigno e scostante di una cassaforte ermeticamente chiusa.**

Nella vita di Don Bosco c'è una pagina di luminoso ottimismo: «Margherita entrò per prima nella nuova casa: tre stanzette nude e squallide, con due letti, due sedie e qualche casseruola. Sorrise, e disse al figlio: "Ai Becchi, ogni giorno dovevo darmi da fare per mettere in ordine, pulire i mobili, lavare le pentole. Ora potrò riposare molto di più". Ripresero fiato poi si misero tranquilli a lavorare. Mentre Margherita preparava un po' di cena, Don Bosco appese alla parete un crocifisso e un quadretto della Madonna, poi preparò i letti per la notte. E insieme Madre e Figlio si misero a cantare. La canzone diceva: "Guai al mondo - se ci sente / forestieri - senza niente..."».

L'ottimismo è la combinazione per aprire la cassaforte della vita, ma ci vuole qualcuno che fornisca i "numeri" perché ottimisti non si nasce, si diventa. Educare all'ottimismo significa prima di tutto creare e mantenere un'atmosfera familiare ricca di stimoli che nutra le quattro dimensioni più importanti della vita: *fisica, affettiva, mentale e spirituale*. Lo possono fare soprattutto i genitori con alcune semplici attenzioni.

Dare ai figli una valida immagine di sé. Ammirate i vostri figli e dimostrate loro la vostra stima, fiducia e responsabilità. Il modo migliore consiste nel coinvolgerli sempre di più nella vita della famiglia.

Fornire loro dei punti di riferimento. Lo strumento più adatto sono i «no» che soprattutto nei primi anni di vita "segnano" il cammino fisico e spirituale dei figli. I «no» siano sempre seri e attentamente motivati.

**Insegnare ai figli che i problemi si risolvono.** Educare un ottimista non significa affatto costruire un illuso che vive facendo lo struzzo. Gli ottimisti sono ben consapevoli di vivere in un mondo imperfetto dove l'amore è fragile, gli ingenui vengono imbrogliati e i malati muoiono. Tuttavia gli ottimisti mettono in pratica alcune fondamentali strategie che consentono di mantenere controllo ed equilibrio: pensano a se stessi come a risolutori di problemi; sanno che esistono sempre delle alternative; prevedono i problemi. I genitori devono insegnare ai figli che, quando un tentativo fallisce, si può sempre scegliere un'altra strada. Devono fornire ai figli un arsenale di alternative. Troppi genitori mettono semplicemente in guardia i figli contro tutto e tutti. È un atteggiamento senza vie d'uscita che porta allo scoraggiamento.

**Abituarli ad apprezzare quello che hanno.** I veri ottimisti si concentrano sulle cose che hanno e così non hanno più tempo per mettere a fuoco le ragioni di tristezza. In una famiglia che si dibatteva in grosse difficoltà, la madre trasmise ai figli un messaggio di forte intensità: "E' quando si fa buio, che si possono vedere le stelle". I figli non lo hanno mai dimenticato.

**Proporre delle mete e raggiungerle insieme.** L'incertezza, l'oziosità, il "bricolage" morale provocano solo noia e pessimismo. Il potenziale umano è sbalorditivo, se solo decidessimo di usarlo. San Paolo, nella Lettera ai Filippesi, scrive: "Infine, fratelli, prendete in considerazione tutto ciò che è vero, ciò che è buono, che è giusto, puro, degno di essere amato e onorato; ciò che viene dalla virtù ed è degno di lode". Anche lui quindi pensa che noi possiamo scegliere i soggetti della nostra contemplazione e dei nostri pensieri: il contenuto della nostra mente è in gran parte a nostra discrezione e, facendo uso di questo potere selettivo, possiamo modificare il nostro mondo.

**Incoraggiarli sempre e abituarli allo sforzo.** Evitate i falsi incoraggiamenti. Un incoraggiamento fasullo è in genere l'ultima cosa di cui un ragazzo ha bisogno. Semmai, serve qualcuno che dica: "Siamo in un bel pasticcio ma, se tutti noi ci rimbocchiamo le maniche, possiamo fare qualcosa per uscirne". Impedite loro di commiserarsi con troppa facilità o di prendersi mentalmente a calci. Esistono persone

che vivono di catastrofismo, quasi fossero dei "telegiornali ambulanti", prevedono guai a ogni istante, si sentono incapaci, inadeguati, colpevoli di tutto. Un bambino deve crescere senza pensare al "fallimento". I figli devono essere educati alla fiducia in se stessi e nel futuro. Insegnate come si può dominare il proprio temperamento.

**Cercare la compagnia di persone ricche di speranza.** È davvero vitale crescere in un ambiente ricco di stimoli costruttivi. Cercate un rinforzo sociale positivo.

**Coltivare la fantasia e la creatività.** Donate loro abitudini intellettuali. Abituatevi a vedere il bello, ascoltate musica, fate passeggiate, ridete spesso.

**Aiutarli a vincere i punti deboli.** Devono essere e sentirsi "competenti" in qualcosa.

**Alimentare con cura lo spirito.** La cosa peggiore che può capitare ad una persona è la perdita della forza dello spirito. Ma lo slancio spirituale tende ad "evaporare" nelle famiglie che non si ritagliano uno spazio per leggere e meditare sulla fede e, soprattutto, per pregare insieme.



## COME DON BOSCO - il genitore

di Marianna Pacucci



# LA VITAMINA "O"

Ogni mamma, durante la crescita dei suoi bambini, si affretta ad abbondare nella dose di vitamine giornaliere, perché i figli crescano robusti e possano avere adeguate difese contro tutte le intemperie della vita.

La vitamina "A" fa bene agli occhi; la "C" previene il raffreddore, la "D" è ottima per le ossa; La "E", invece la si assume perché è bene cominciare da neonati a combattere i radicali liberi che portano all'invecchiamento... Ma nell'alfabeto della salute, è compresa anche la "O", cioè la vitamina dell'ottimismo? Si direbbe proprio di no: in giro si vedono troppi adolescenti "spioventi" (l'immagine è di Alessandra: spalle in giù, angoli della bocca ridotti ad una smorfia amara, occhi socchiusi che guardano in basso, abiti informi e pendenti...), che dichiarano poca grinta e molta rassegnazione, tasso zero di gioia e interessi altissimi di disperazione.

**Qualcosa, dunque, non ha funzionato** nel modo in cui questi ragazzi sono stati allevati. Del resto, anche gli adulti che si incontrano ogni giorno appaiono molto carenti nella virtù della speranza. E la cosa peggiore, è che molti si convincono che non c'è nulla da fare; le cose vanno così e basta. Urge, allora, porre dei segnali dissonanti: in casa, perché i figli possano alimentarsi di ottimismo; fuori, perché regalare ragioni al prossimo per un po' di serenità e di confidenza nel futuro è, attualmente, la più grande forma di solidarietà. A che cosa fare attenzione? Pesco un po' a caso nei ricordi di questi anni di vita familiare. La prima esigenza: sorridere e ridere. Per le cose grandi e per quelle piccole, per quelle belle e per quelle problematiche: una risata è liberatoria e risolve con successo tante situazioni che potrebbero creare insicurezza, disagio, conflitto. Educare al senso dell'umorismo e condividerlo, fra genitori e figli, è il modo migliore per dire e fare cose serie, senza però mai prendersi troppo sul serio. È il segno di una complicità che resta intatta anche quando occorre essere critici per rispetto della nostra responsabilità educativa, che ci obbliga a fare discernimento degli errori e delle cose giuste che i figli combinano abitualmente. È un tacito insegnamento sull'opportunità di guardare ogni cosa anche da un altro punto di vista: ogni momento della vita ha sempre tanti significati; basta cambiare il punto di osservazione per lasciarsi sorprendere dall'inedito di ogni giornata.

**La seconda:** guardare sempre in avanti. La lungimiranza consente di relativizzare le cose spiacevoli, di puntare comunque un po' più in alto, di convincersi che ogni persona e ogni evento contengono sempre un po' di buono, su cui far leva per ulteriori miglioramenti. Nei tornanti della crescita, nelle derive giovanili, l'ottimismo conferma un atteggiamento di stima e la disponibilità ad accordare fiducia anche quando mancano prove oggettive che i figli siano del tutto meritevoli di questo credito. Ma proprio la gratuità di tutto questo aiuta i bambini e gli adolescenti a sconfiggere le contraddizioni e le incoerenze, le paure e le fragilità.

**La terza:** un genitore capace di ottimismo è un catalizzatore di energie. Non soltanto in casa, quando si attraversano particolari momenti di tristezza e di sconforto; ancor più fuori, nei rapporti sociali, quando occorre creare un clima positivo perché i figli possano imparare a stare bene con ogni persona e in ogni impegno. Almeno per noi che viviamo al Sud, dove predomina nella cultura collettiva la percezione dell'ormai, è importantissimo transitare tutti insieme alla prospettiva del "non ancora": è un diritto e un dovere allo stesso tempo, che vanno esercitati nell'ambito di uno sforzo di protagonismo e di superamento delle deleghe di qualunque tipo.

**E, infine,** se una famiglia non si abitua ad essere ottimista, come potrebbe educare i ragazzi al senso religioso? La posta in gioco non è soltanto quella di sostenere il cammino della crescita perché i piccoli possano diventare grandi; ma testimoniare la propria fede nella forza di Dio, che guida la storia umana verso il suo compimento e non abbandona mai gli uomini, lasciandoli scivolare verso il basso e condannandoli ad una progressiva emorragia di senso. L'ottimismo, in fondo, è la capacità di guardare il mondo con gli stessi occhi di Dio: è questo che ci dà la forza di agire nel piccolo della quotidianità, continuando a pensare in grande; che ci permette di mettere in connessione il microcosmo del presente e il desiderio dell'eternità. Perché dovremmo rinunciare a donare ai nostri figli questa certezza?

**Bollettino Salesiano – Giugno 2006**