

## 1° ARTICOLO

### 1. MAMME!!!!

Dire NO sembra facile, fare rispettare questi no, è tutta un'altra cosa! Perché siamo su un terreno delle regole, siamo chiamati a dimostrare quello che siamo; isterici, insicuri(urliamo come ossessi senza cavare un ragno da un buco) o solidali e coerenti (abbiamo definito una cornice di regole, leggi e ci siamo investiti della piena autorità per farle rispettare).

Ovviamente insieme, ...mamma e papà, anche se genitori separati.

Punire un figlio se noi stessi non siamo saldamente ancorati alle nostre certezze affettive, scatena i classici sensi di colpa, soprattutto nella mamma. Affrontare un figlio che disubbidisce è un' arte. Quando un bambino viola una regola bisogna essere irremovibili (è per il suo bene); dire con voce ferma e sguardo deciso (anche se ci guarda con degli occhioni tristi e pieni di lacrime, mamme!)il nostro NO autorevole che non deve essere messo in discussione dal piccolo. Deve seguire una punizione che aiuti il bambino a CAPIRE che ha commesso un grave errore.

Come è intelligente per capire ciò che fa durante la giornata e sorprendervi spesso piacevolmente con il suo crescere, lo è anche per capire: non è un sacco vuoto.

Mandarlo in camera sua per un tempo stabilito dai genitori, e non tornare sulle proprie decisioni e una buona cosa. Ha tempo e spazio che servono a delimitare e arginare le proprie emozioni, percepire i limiti e rendersi conto che li ha varcati. Il bambino deve sentire che il genitore agisce per il suo bene. Urla sberle e sculacciate servono solo per scaricare la propria rabbia al momento ma il bambino resta intrappolato nelle sue emozioni. Non lo aiutate a capirle ed elaborarle.

Se" metterlo in castigo" non ha funzionato, il livello successivo è toglierli il giocino, fargli cioè toccare con mano un danno. Procurandogli della frustrazione, stabiliamo chi ha il potere, ma è un potere che si basa sulla competenza non sulla forza.

Il bambino va punito quando viola la cornice delle regole già stabile dalla coppia, una cornice equilibrata e intelligente.

Bisogna spiegargli, parlargli riguardo a ciò che sta accadendo, ascoltarlo, ma lasciar correre, essere permissivi, significa non aver stabilito una cornice ed è per questo che quando una coppia decide di avere e crescere un figlio lo deve fare dopo un GRANDE dialogo sul cosa significa crescere bene dei figli. I genitori devono essere entrambi normativi oltre che affettivi.

Ci sono bambini che urlano da piccolini e "comandano" i genitori, ma ricordiamoci che a sette anni non siamo in grado di governarci da soli. Questi sono gli stessi adolescenti che poi sono incapaci di tollerare le frustrazioni e li ritroviamo prepotenti, bulli e che sono convinti che il potere si fonda sulla forza e non sulla competenza.

La forza della mente conta più dei muscoli per questo lo scapaccione è inutile al bambino e utile per togliere il carico delle nostre di emozioni.

La cornice delle regole è un contratto che deve essere reso chiaro ed esplicito e le punizioni in età maggiore diventano sanzioni. Se il contratto viene leso, bisogna negoziare, vedere se è troppo restrittivo o meno e se decidiamo che è equilibrato scatta la sanzione.. Il senso delle sanzioni è aiutare il bambino/ ragazzo a riconquistare la capacità di essere all'altezza delle aspettative dei genitori. Deludere qualcuno, e questo lo sappiamo maggiormente da adulti, è deleterio per la persona. La cosa peggiore è l'incoerenza; picchiare un bambino perché ha malmenato il fratellino è un clamoroso autogol.

I bambini più danneggiati sono quelli senza contenimento; è più facile da grandi

abbattere steccati che costruirsi dal nulla una struttura e spesso le regole sono richieste per essere infrante.

## 2°ARTICOLO

Pensate ad una realtà dove i genitori sono pessimi testimoni dell'amore e faticano a parlare coi propri figli. Pensano che non sia così importante ma non è così. Non hanno tempo o pensano che non sia importante. Ma sbagliano. Loro sono il futuro.

Vi sono famiglie dove oltre ad essere solo genitori non vi è più amore ed è già una gran cosa non vedere atteggiamenti ostili, ma solo indifferenza. Geni...tori che magari hanno il corpo in casa e la mente dall'amante ed è già tanto se non si insultano o se non utilizzano i figli per ferirsi a vicenda. Ma avete presente quanti danni producono su questi esseri che di lì a poco dovranno confrontarsi col mondo e mostrare il loro modo di amare?

Genitori che sono più impegnati a proteggere i loro figli da pericoli ben più gravi, come quelli della strada e delle droghe e l'educazione sentimentale finisce il fondo alla lista della spesa.

L'esempio della coppia è basilare;: cosa capiscono i nostri figli dell'amore osservandoci? Spesso vedono un uomo e una donna impegnati a fare da mamma e papà e non vedono la natura amorosa della coppia genitoriale. La coppia di fronte ai figli congela l'amore, anche per un background culturale. Siamo cresciuti sentendoci dire che mostrare in pubblico i propri sentimenti è segno di smanceria e basta.

Da genitori si diventa molto funzionali perché se no l'organizzazione familiare sarebbe difficoltosa: si prepara la colazione, si porta i figli a scuola, dal medico, alle attività sportive, a volte dividendosi i compiti.

Non c'è spazio per uno sguardo complice, un bacio, un abbraccio, un gesto carino, ma se si vuole insegnare ai figli questo sentimento bisogna anche testimoniare davanti a loro. E' importante spiegare loro che se una storia è finita, ci si può innamorare di nuovo e mettere da parte la rabbia e delusioni che a volte si prova da genitori separati. I figli crescono pensando che l'amore sia una fregatura.

Sapendolo saranno degli adulti migliori, no di quelli che alla fine di una storia, sfogano la loro rabbia sui componenti di questa, su se stessi, pensando che il mondo non abbia più un senso.

Le favole raccontano le favole, la vita reale è altro. Sono i reality o certi programmi che riducono la logica dell'innamoramento ad un gioco tra preda e cacciatore.

Pensate ai bambini: sono fidanzati all'asilo, a 4 anni, ma in realtà è che provano una simpatia, reale speciale per qualcuno più che per altri, ma per loro è solo un gioco. E tale deve restare. I genitori a volte si ritrovano a fare i suoceri in miniatura non rendendosi conto che a quell'età è più importante avere un amico o una amica del cuore che un fidanzato. I ragazzi di oggi a 14/15 anni hanno già avuto un fidanzato/a ma mai una migliore amico.

L'amicizia profonda è un territorio dove si sperimentano le prime relazioni emotive con una persona con cui non c'è complicazione sentimentale.

Alle prime confidenze dei figli poi bisogna saper ascoltare ma non essere intrusivi e neppure fare il tifo per la coppia. Questo non significa sottovalutare o prendere il tutto sotto gamba perché l'ascolto è basilare nella vita!

La sfida evolutiva dell'adolescenza poi non è quella di entrare in intimità con una sola persona (c'è tempo), bensì sapere vivere in gruppo. Il figlio va spinto ad essere circondato di amici, invece che spingerlo verso la relazione esclusiva con la fidanzatina.