

ESSERE GENITORI EDUCATIVI ALLE PRESE CON IL CORONAVIRUS

*I genitori devono fare i genitori.
Ammettere la fragilità e la confusione genitoriale
è il primo passo per assicurare un futuro ai figli.
Occorre sostenere madri e padri nel loro ruolo.*
Daniele Novara

Lara Sciaccaluga¹

ABSTRACT

L'articolo è rivolto ai genitori che si vedono in questi giorni costretti a dover fare i conti con l'emergenza Coronavirus e per questo ad essere sempre a casa, ad una convivenza forzata con i propri figli.

Ho scelto di differenziare le tappe evolutive dei bambini e dei ragazzi per dare consigli e suggerimenti di comportamento a seconda dell'età dei figli, perché ogni tappa ha le sue caratteristiche e le sue specificità che ogni genitore dovrebbe conoscere e rispettare.

Il messaggio che vorrei trasmettere a tutti i genitori è quello di gestire le proprie angosce e di non coinvolgere i figli nelle proprie fragilità emotive, ma riuscire anche in questo momento di profonda incertezza e timore per il futuro ad essere un punto di riferimento stabile e rassicurante per i figli. Infine, ho anche la speranza che questo tempo sospeso possa essere utilizzato dai genitori in maniera positiva per organizzarsi e riprendere in mano il proprio ruolo educativo che dovrebbe diventare il focus e l'obiettivo di questo periodo di vita e di vicinanza con i propri figli.

BEING EDUCATIONAL PARENTS TAKEN WITH CORONAVIRUS

This article is aimed at parents who in these days are forced at home because of the coronavirus emergency and therefore forced to live together with their children.

I have chosen to differentiate the evolutionary stages of children to give advice and behavioral suggestions according to their age, because each stage has its own characteristics and specificities that each parent should know and respect.

The message that I would like to convey to all parents is to manage their own anxieties and not to involve their children in their emotional frailties, but to be a stable and reassuring reference point for children, also in this moment of deep uncertainty and fear for the future. Finally, I also hope that this suspended time can be used by parents in a positive way to organize and take back their educational role which should become the focus and the goal of this period of life and closeness with their children.

Io sono capace di so-stare con le mie figlie, con la mia famiglia in questa situazione?

Ogni giorno mi sveglio con questa domanda, ho terminato da pochissimo un corso annuale, "So-stare nel conflitto", al Centro psico-pedagogico per l'educazione e la gestione dei conflitti a Piacenza e mi ritornano in mente tanti passaggi e tante considerazioni personali che ho maturato dall'inizio del corso ad oggi, prima fra tutte la mia capacità di so-stare nel qui ed ora, in una situazione di conflitto fortemente diversa dallo stare in una relazione senza consapevolezza, quindi riconoscere in questo momento quali sono le mie responsabilità e le scelte che posso fare ogni giorno per fare la mia parte; in particolare, in questo contesto come posso continuare ad essere genitore educativo²?

Questo atteggiamento di so-stare sul concreto mi consente di vedere anche delle opportunità, di riuscire a trasformare il problema in risorsa: in fondo, questa è un'occasione unica per passare tanto tempo con i nostri figli, con il nostro compagno e credo sia davvero un'opportunità inaspettata per poter fare manutenzione dei nostri legami.

¹ Pedagogista ANPE Liguria, educatrice asilo nido, consulente maieutico per la gestione del conflitto e sostegno alla genitorialità presso il centro Gestalt

² 'genitore educativo' è una definizione proposta da Daniele Novara

Come pedagogo che lavora sul sostegno alla genitorialità, ricordo a mamme e a papà quanto sia importante in questo momento lo stato emotivo dei genitori e quanto i nostri figli vengano coinvolti e assorbano le nostre paure. La paura di per sé può essere positiva, è un allarme, permette di organizzarsi per fronteggiare la situazione, ma diventa negativa se si trasforma in panico. L'adulto, oggi più che mai, deve saper contenere prima la propria paura e poi quella dei figli, deve filtrare le notizie e non lasciare i bambini o i ragazzini da soli davanti alla tv, deve rassicurarli, trasmettere loro il messaggio che comunque la situazione è sotto controllo, che i medici e il personale sanitario sono tutti impegnati nell'affrontare e gestire l'emergenza, che le autorità si stanno occupando di questo problema e che rispettando le regole tutti insieme presto potremo riprendere la vita di prima.

CHI SONO I GENITORI EDUCATIVI

Daniele Novara sostiene l'importanza di accompagnare i genitori ad essere delle figure educative nella vita dei figli e non, come accade sempre più spesso, mamme e papà che si mettono allo stesso livello dei figli, che tentano in tutti i modi di essere i loro migliori amici, che non mettono regole, che non sono consapevoli del loro ruolo educativo e non si trovano in sintonia sul metodo, dove ognuno gioca la sua partita in maniera indipendente e a volte contraddicendo l'altro genitore.

Ecco, quindi, che questo tempo può essere utilizzato dai genitori per riscoprire il gusto dell'educare, per organizzarsi con il coniuge, per fare gioco di squadra, per riprendere in mano il proprio ruolo educativo.

Il compito del genitore in questa situazione è soprattutto quello di impostare nuove routines, di dare un'organizzazione alla giornata, perché i bambini hanno bisogno di consuetudini che diano loro sicurezza e prevedibilità, e di spiegare loro che anche in questo momento di vacanza inaspettato ci sono delle regole da seguire: restare a casa, lavarsi spesso le mani, aiutare nelle faccende domestiche, seguire le lezioni online...

Inoltre, è utile dare importanza ai momenti condivisi: preparare il pasto insieme, trascorrere la serata facendo dei giochi in scatola, giocare a carte, guardare insieme un film, leggere insieme un libro... Durante il giorno è consigliabile coinvolgere i figli il più possibile in attività laboratoriali: ricette di cucina, fare un puzzle, decoupage, attività di giardinaggio...

GENITORI DI BIMBI PICCOLI

È importante spiegare ai bimbi anche piccoli che cosa sta succedendo in casa, con i genitori sempre presenti e come mai è impossibile in questo momento uscire, ma occorre rimanere dentro le nostre abitazioni e proteggerci.

Sul web girano parecchie canzoncine, filastrocche, storielle create ad hoc proprio per i bimbi più piccoli. È essenziale comunicare ai bimbi che si tratta di un virus invisibile, che sta facendo ammalare tante persone, che tutti abbiamo paura di essere contagiati, ma per sconfiggerlo dobbiamo restare a casa. In questo modo il bambino comprende che ci sono delle forme di prevenzione e può percepire quanto sia importante anche il suo contributo per affrontare l'emergenza. Fondamentale anche tranquillizzarli rispetto ai tempi: adesso occorre stare uniti, ma distanti nel combattere il virus a casa, quando insieme riusciremo a sconfiggerlo, allora potremo ritornare a fare la vita di prima, ma saremo ancora più forti, perché tutti insieme avremo vinto questa battaglia.

Per i genitori di bambini dai due anni in su questo momento potrebbe essere utilizzato per togliere il pannolino. Infatti, questa pratica richiede calma e pazienza da parte degli adulti: occorre avere tempi lunghi e in questo senso ritorna utile la quarantena che permette di rispettare anche i tempi del bambino.

Rimane decisiva in tale scelta la coerenza dei genitori e quindi è necessario non avere ripensamenti.

GENITORI DI BIMBI IN ETÀ SCOLARE

Ritengo sia fondamentale per il genitore di bimbi in questa fascia di età mantenere il più possibile i ritmi della settimana scolastica, quindi alzarsi presto la mattina, fare insieme una colazione senza videoschermi accesi, seguire le lezioni online, chiedere il loro aiuto nella preparazione del pranzo e della tavola e pranzare insieme, lasciare lo spazio di un'oretta per il gioco, poi un paio di ore per i compiti, un'oretta di ginnastica, esercizio fisico, e dopo la doccia di nuovo insieme a preparare la cena. Alla sera è bene dedicarsi a un'attività condivisa: giochi da tavolo, carte, guardare un film o leggere un libro insieme.

L'importante è che i bimbi non si sentano lasciati soli, abbandonati, ma che i genitori continuino a stimolarli e a mantenere ritmi e routines per quando l'emergenza sarà finita e sarà più facile a quel punto per i bimbi rimettersi al passo della vita fuori casa.

GENITORI DI FIGLI PREADOLESCENTI E ADOLESCENTI

Per i genitori di ragazzi adolescenti occorre spiegare loro che oggi ci troviamo a cambiare passo rispetto agli insegnamenti che gli abbiamo comunicato in passato: pur comprendendo la loro esigenza di fare esperienze, di prendere le distanze dai genitori e dalla sicurezza della casa, l'attrazione per il mondo esterno da scoprire, oggi dobbiamo dire loro di restare in casa, di non uscire. Ma può essere anche un messaggio di crescita, per incoraggiare in loro il senso di responsabilità e di impegno nel difendere la loro vita, ma soprattutto quella di altre persone più deboli, più esposte; incoraggiarli, quindi, al rispetto delle regole, al confronto con amici e compagni e a fare educazione fra pari. Occorre aiutare i nostri ragazzi a non cadere nella trappola dell'invasione dei videoschermi (tv, playstation, smartphone), per cui è importante regolare il tempo di utilizzo della tecnologia, e mostrare loro che può essere usata in maniera positiva, per fare comunità, continuità con la scuola, con l'università, con la vita precedente.

Per i padri di figli adolescenti questa è un'occasione unica per riscoprire il proprio ruolo educativo e normativo, per stimolare i figli a organizzarsi, a stabilire orari e paletti sul tempo della giornata, a riempire questo tempo in maniera utile.

In questa situazione il padre gioca un ruolo strategico, diverso dall'iperaccudimento materno, che diventa rischioso e invadente, ma che in qualche modo promette autonomia e apre a nuove scoperte, accompagna a nuovi orizzonti e punta alla responsabilizzazione e alla crescita.

BIBLIOGRAFIA

NOVARA D., *Organizzati e felici*, BUR Rizzoli, Milano 2019 -

Punire non serve a nulla, BUR Rizzoli, Milano 2016.

PELLAI A., *Il virus nella goccia: un video per i bambini più piccoli. Uno strumento per fare prevenzione. Perché e come usarlo con i bambini*, in "Family Health" 18/03/2020 -

Genitori e figli insieme a casa: riscopriamo il tempo da trascorrere insieme, in "Famiglia Cristiana", 05/03/2020 -

Come gestire bambini e ragazzi chiusi in casa, in "La Repubblica", 11/03/2020

SITOGRAFIA

COSOLO MARANGON P., *#Io resto a casa, ma non sono in vacanza*, www.paolacosolomarangon.it/io-resto-a-casa-ma-non-sono-in-vacanza, 26/03/2020

NOVARA D., *La festa del papà ai tempi del coronavirus*, www.cppp.it/approfondimenti/dettaglio/articoli/la-festa-del-papa-ai-tempi-del-coronavirus, 26/03/2020