

Psicologia

EDUCAZIONE FAMILIARE

Generazione genitori imperfetti

Si sentono, spesso, incapaci e insicuri nel ruolo di padri e madri. Circondati da implacabili giudici: le altre famiglie con cui scatta il confronto. Fotografia di un fenomeno imperante

di **Benedetta Sangirardi**

LE NOSTRE ESPERTE

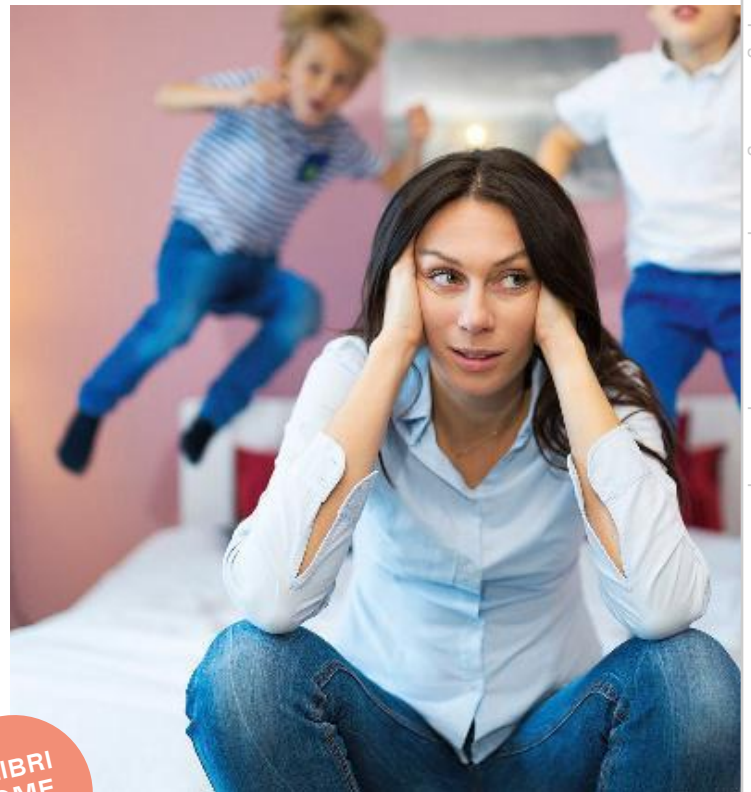


Dott.ssa Marta Isaia
psicoterapeuta
a Milano



Dott.ssa Barbara Tamborini
psicopedagogista
a Milano

Il film *Genitori quasi perfetti* di Laura Chiosso, ora nella sale, con Anna Foglietta (Simona) e Paolo Calabresi (Aldo) mette in scena una verità ormai indiscutibile: il costante senso di inadeguatezza delle madri e dei padri di oggi. Nel salotto di casa che ospita una festa di compleanno per gli 8 anni di Filippo (figlio di Simona) e che diventa un aspro confronto tra adulti sulla loro capacità di essere all'altezza, la lezione di leggerezza arriva, nemmeno a dirlo, dai bambini, ben più saggi dei loro genitori ossessivi. Ma, per noi mamme e papà apprensivi e oppressivi, un bell'esempio di come a star troppo dietro ai figli stiamo perdendo noi stessi, è anche quello di Ellen, protagonista di *Quando la mamma si incazza* (Fabbri Editori, 17 €), di Gill Sims: lei, 42enne in preda a una crisi di nervi nella gestione di due figli e del complicatissimo menage familiare non ci sta. Anzi, si "riveste" da ragazza, s'inventa una startup, esce con le amiche, cambia strada quando incontra i genitori dei compagni dei figli, non rinuncia a parrucchiere, estetista e palestra e a tutto ciò che la allontani dall'essere, solo, una mamma (isterica!).



3 LIBRI
COME
GUIDA



1

I genitori perfetti non esistono (Sperling & Kupfer, 14,36 €) di **Valentina Giordano**. L'autrice, insegnante di mindfulness, guida i genitori a portare equilibrio e amore nel rapporto con i figli, accettando le proprie imperfezioni.

Una gara che vede sempre perdenti

Il paragone continuo, dall'educazione all'alimentazione e alle uscite serali, è ormai diventato un'ossessione che ci fa sentire costantemente sotto esame. «Tra i mille incontri a scuola, feste di compleanno, discussioni sui social e in chat, la domanda costante diventa: "sono giusto?"», spiega Barbara Tamborini, psicopedagogista. «Sono aumentate le dimensioni che ci fanno da specchio, ci confrontiamo ben più di prima con altri genitori e insegnanti e questo, come è evidente nel film, alimenta parecchie insicurezze. **La conseguenza** è l'incapacità di relazionarsi con gli adulti in modo sereno. Noto genitori che sgomitano in questa giungla, che litigano, sono infiammabili e perdono il controllo con facilità, pur di partecipare in tutti i modi alle vite dei figli, per controllarle e gestirle: lo fanno per sostenere al meglio la gara con i colleghi genitori. Ma questo non fa altro che alimentare le incertezze e allontanarli dai ragazzi», sottolinea l'esperta.

È il risultato di una mentalità liberale

«Siamo passati dal modello autoritario e standardizzato di 40 anni fa, fatto di regole precise, per certi versi rassicurante, a quello liberale in cui ogni genitore decide come comportarsi e come educare. Da qui deriva la pressione del giudizio», rinalza la psicologa e psicoterapeuta Marta Isaia. «È come se insegnanti, educatori e altre mamme influissero sulla nostra carta di identità da genitore, deliberando quanto valiamo con un voto cui spesso non riusciamo a sottrarci». Ma non è solo questa la difficoltà. I nostri genitori non si preoccupavano di essere perfetti, né si annullavano per i figli. Noi siamo in ansia per qualsiasi errore dei ragazzi, ci sentiamo responsabili dei loro fallimenti e siamo pronti a fare qualunque cosa per difenderli. Perché così difendiamo il nostro valore genitoriale. Ma

La cosa migliore che un genitore possa fare è prendersi cura di se stesso e delle proprie emozioni.

siamo sul binario sbagliato. «La soluzione non è porsi il problema "sono o non sono un buon genitore", ma conoscere la regola numero uno: la perfezione non esiste, e i figli nemmeno ce la chiedono. Piuttosto, lasciamoli sbagliare, insegnando loro a tollerare un fallimento», insiste Tamborini. Serve la capacità di guardare dall'alto ciò che accade, un decentramento non semplice da raggiungere.

Ci vuole solo comprensione e vera presenza

Nella diffusa intenzione protettiva c'è anche un altro rischio, quello di scaricare sui ragazzi i "nodi" irrisolti degli adulti. «Vedo mamme e papà che, attraverso l'educazione dei figli, cercano di colmare le mancanze del loro passato. Una proiezione di quello che avrebbero voluto essere o avrebbero voluto avere dai loro familiari. Il buon genitore, invece, riesce a capire le inclinazioni del ragazzo, a comprendere i suoi talenti», continua Isaia. Insomma, si tratta di essere genitori, non di fare i genitori. «Piuttosto che attenzioni morbose, date ai figli tempo, valore, vera presenza, aspetti difficili da trovare in questo momento storico. Ma di cui i ragazzi hanno bisogno, perché di alto valore educativo», prosegue l'esperta. «I figli non s'aspettano protezione perché vogliono crearsi da soli il futuro. Cercano, banalmente, un genitore pronto all'ascolto e non sempre distratto, sintonizzato con la situazione che vivono in quel momento. Che sia presente non solo fisicamente, ma con la testa», conclude la dottoressa Tamborini. ●



②

Il metodo famiglia felice di Alberto Pellai e Barbara Tamborini (DeAgostini, 12,75 €). Gli autori non solo spiegano come fare i genitori, ma soprattutto insegnano il significato dell'essere genitori. Un manuale per potenziare l'autostima di tutti.



③

Felici e imperfetti, come smettere di fare gli ipergenitori, di Eva Millet (Longanesi, 11,90 €) spiega quanto sia indispensabile cessare di iperproteggere un figlio. Non dobbiamo preparargli la strada, ma prepararlo per la strada. Con amore e fiducia.