

## Università dei Genitori

# “Allenare alla vita. Non mollare nel tiro alla fune con i nostri figli”

**Alberto Pellai**

**17 Marzo 2019**

### **Sintesi dell'intervento**

#### **La relazione educativa come tiro alla fune**

Cosa succede quando i nostri figli si mettono dall'altra parte di un metaforico tiro alla fune e ci sfidano, ci provocano, ci criticano, ci condannano, ci chiedono di essere obbedienti con le loro richieste in una logica di inversione della relazione genitori-figli? Oggi spesso i genitori si trovano notevolmente disorientati e gli sembra di non avere più la capacità di tenere in mano la fune. Con i bambini più piccoli per esempio si traduce nella richiesta d'aiuto “Non siamo più in grado di gestire il momento del pasto” e spesso l'unica idea del genitore per uscirne è quella di ipnotizzarlo con un tablet, così mentre guarda quello gli riempie la bocca con il cibo. E' chiaro che il genitore sente che quella non è una buona modalità ma dice: “Se io gli tolgo lo schermo è guerra; io non so come gestirlo e lascio perdere”. Un'altra difficoltà è uscire dal lettone: “se io gli chiedo di venire via da lì, lui si ribella, si lamenta, si mette a piangere e io lascio perdere”. In questo caso troviamo il genitore che prova a chiedere e si aspetta che il figlio faccia; ma il figlio dice “Io non sono tanto d'accordo” e il genitore risponde “Ah, scusami, ho sbagliato a farti la domanda”. Qui si presenta il problema: dato che io te lo chiedo tu dovresti farlo, però mi dici di no, non ne hai voglia, allora io non posso più chiederti niente! Da qui non ci si muove più. Quello che rimane nella mente dei nostri figli in queste situazioni è fondamentalmente che chi sta dall'altra parte della fune – il genitore - e tira apparentemente contro di lui è relativamente debole, non è un gran giocatore.

#### **Le buone ragioni per non mollare**

Quando i figli sono piccoli è abbastanza facile generare un'alleanza poi però arriva in tutte le famiglie la preadolescenza e allora il figlio si piazza dall'altra parte e comincia a tirare forte e un genitore a volte deve tirare ugualmente forte dall'altra parte, segnare un territorio, definire un confine, mettere un limite. E gli piacerebbe moltissimo o che nel mettere un limite, nel definire una frustrazione, il figlio continuasse a guardarlo con occhi adoranti dicendogli “Sei un papà meraviglioso perché mi stai mettendo un limite” oppure “Sei forte perché mi obblighi a tollerare una frustrazione”. Purtroppo non è così e nel conflitto può succedere che un figlio ci contesti in modo molto intenso. Ma quello è il momento in cui è molto arrabbiato e se è molto arrabbiato non ci può fare l'applauso. Ma se noi sappiamo quello che sta succedendo, sappiamo che la rabbia gli passerà, che saprà dire a sé stesso che è chiaro che mamma e papà non possono funzionare come il mio migliore amico e conseguentemente ha senso che nella sua vita ci siano degli adulti che fanno gli adulti e che quindi, quando loro tirano forte da una parte, sanno capire se è il tempo, se è il momento, se è la situazione in cui mollare o in cui tenere forte. Quando loro tirano fortissimo dalla loro parte spesso la frase che a noi mette più in difficoltà è “Tutti ce l'hanno, tutti lo fanno, non sarò mica io lo sfigato che per colpa tua soffro”. Mollando la fune, davanti a questo, noi genitori abbiamo per esempio, nell'arco di pochi anni, anticipato di circa 10 anni l'ingresso delle tecnologie nella loro vita e se 10 anni fa lo *smartphone* entrava nella vita di un ragazzo alla scuola superiore adesso ce l'hanno in mano a 8-9 anni. “Del resto sarebbe l'unico lui che non ce l'ha e quindi soffrirebbe tantissimo”. Io, con i miei figli, ho deciso che tenevo in

mano la fune dicendo “Magari non ti do così tanta libertà nei social, on-line, ma ti sosterrò tantissimo invece nella socializzazione della vita reale”.

### **Avere un progetto educativo**

Però quando i figli tirano la fune forte non sempre hanno torto e dietro ai vari “no” dei genitori c'è solo la paura che si facciano male fisicamente. Ma in alcune situazioni l'adulto deve gestire la propria ansia e provare un po' a mollare e vedere cosa succede, perché offrendo una nuova zona di autonomia possiamo scoprire cose dei nostri figli che nemmeno immaginiamo.

Dobbiamo sempre chiederci qual è il progetto educativo che abbiamo in mente, del quale io, come papà o come mamma, voglio essere un buon allenatore e su cui costruisco le scelte educative che mi sembrano più adatte per i bisogni di mio figlio.

L'adulto è responsabile della sua crescita e deve avere una visione abbastanza precisa di quali sono i salti di crescita, le tappe evolutive e le sfide evolutive che il figlio deve imparare a gestire e le competenze per la vita che lui quindi deve saper mettere in gioco. Per un figlio il progetto educativo dei genitori non è sempre la cosa più gradita, non è la cosa che farebbe lui. Però è chiaro che c'è quel gioco abbastanza complesso in cui o c'è una procedura, un progetto educativo, dove l'adulto sa che è l'adulto o tutto diventa un tiro alla fune dove l'adulto è costantemente confuso su quali sono le zone reali di crescita del proprio figlio e quali non lo sono.

Non c'è chiarezza nel mondo adulto perché tutto sembra diventare scuro: non sappiamo più che cosa realmente dobbiamo concedere e cosa no, e quasi sempre nella logica del *“perché tutti ce l'hanno, tutti lo fanno”*, il mondo adulto oggi si ritrova in quella zona affaticatissima dove probabilmente il tiro alla fune non lo riusciamo a risolvere bene perché non siamo più i detentori di quella saggezza che spetta a noi, che sa separare bene quali sono le cose che fanno stare bene i nostri figli e gli fanno bene - queste dobbiamo metterle in abbondanza nella loro vita - e cosa invece non fa bene. Magari li fa stare bene nella loro percezione però non gli fa bene e se non gli fa bene ecco che li dobbiamo mettere un confine e definire una frustrazione, cioè avere il coraggio di dire “Guarda, tu probabilmente pensi che questa è in assoluto il top dei top per te – novenne, decenne, undicenne, dodicenne - ma purtroppo non ti fa bene. Quindi no”. Ci sono tanti tiri alla fune tutti i giorni e certo su questi negoziamo e spieghiamo; ma su alcuni tiri alla fune a un certo punto il mio intervento è “Guardami negli occhi, abbiamo detto che su questa cosa la risposta è no, punto. Fine. Non sei d'accordo? Puoi andare in camera tua e urlare fino a domani mattina perché io non ti tolgo il diritto di essere arrabbiato e di dire che sono il peggiore papà del mondo ma su questa cosa qua l'idea ce l'ho molto chiara e quindi è no, punto”. Ci sono tantissimi “sì” da dire subito, bisogna lasciare e aggiungere tante cose che sono utili e fanno bene, ma bisogna avere anche chiarezza su che cosa è “no punto”.

### **Meno ansia, dagli errori si impara**

Un genitore deve anche far fare degli errori, far correre dei ragionevoli rischi, sapendo che sono passaggi specifici per poter crescere. Si può imparare dall'errore e l'errore nell'età evolutiva è un'occasione forte di gestione e di rielaborazione, chiaramente quando non è un errore che ti uccide, non è un errore che ti sfonda. Questo è il peso della frustrazione genitoriale, cioè tollerare il fatto che un figlio possa anche stare in una zona di fatica, di frustrazione e di ragionevole rischio sentendo che è qualcosa che non gli imponiamo per farlo soffrire, ma che è una situazione necessaria e utile per farlo crescere. Quando poi ce la fanno incontrano la meraviglia della crescita e con questa cresce la loro motivazione a diventare grandi,

motivazione che dobbiamo sostenere nella vita dei nostri figli. Diamogli una spinta a mettersi un po' in gioco perché là fuori ci sono delle cose che stando nel loro nido protettivo non troveranno mai. E quanto orgoglio vive il genitore quando il suo bambino che le ha fatte tutte giuste, superando tutte le tappe, è diventato grande.

Ci sono degli allenatori sportivi che hanno tutte le competenze che servono ad un genitore: sono buoni educatori, sono buoni formatori perché hanno una procedura, un progetto educativo, una serie di passaggi di crescita molto chiari e vedono nei nostri figli bene la loro zona potenziale di crescita, la vedono loro, non si aspettano che il nostro figlio se la trovi da sé. Hanno chiaro qual è la zona potenziale di crescita di quel bambino, di quel ragazzo e verso quella lo spingono; gli fanno fare fatica, lo fanno sudare ma spesso lo fanno anche divertire. Il buon allenatore non è quello che asseconda o frusta sempre i suoi allievi ma che sa anche dire "adesso si fa fatica, adesso ci si impegna, così non mi va bene, devi fare molto di più, devi fare meglio". Questo implicitamente è quello che un minore si aspetta che l'adulto faccia; giocare al tiro alla fune tirando da soli - quando dall'altra parte non c'è nessuno - è davvero un grosso rischio per la crescita, perché se tu tiri forte e dall'altra parte mollano all'improvviso fai un grande salto all'indietro e ti fai molto male.

Credo che la posizione educativa per eccellenza di due genitori come giocatori del tiro alla fune con i figli è quella di chi tiene ben salda in mano la fune e non ha voglia di vincere - perché è facile per noi vincere come papà ultra potenti - perché non è quello il modo in cui si allena la muscolatura emotiva di un figlio; si tiene in mano forte la fune, si permette dall'altra parte di tirare forte. Noi la teniamo in mano e la logica è quella di far durare il gioco il più possibile, di buttarsi dentro a questo gioco con la competenza e l'intelligenza che solo l'adulto può avere nel percorso di crescita, a partire da una visione. Il messaggio principale che vi direi di portare a casa è proprio questo: che i nostri figli fanno benissimo a tirare fortissimo la fune chiedendo tutto quello che a loro li fa stare bene, chiedendo proprio tutto. Però se sappiamo che la pornografia li eccita, gli piacciono i social e i video di youtube per ore, i videogiochi infiniti li divertono eccetera, se sappiamo anche che mentre loro dicono di star bene in realtà non si stanno facendo del bene sta a noi dire basta. Questa capacità di discriminare loro non solo non ce l'hanno ma non la devono avere perché questa è la nostra responsabilità e competenza che deriva dall'aver un progetto educativo per la crescita e la vita di nostro figlio.

*Rielaborazione basata sulla traccia audio ma non rivista dall'autore*

**Bibliografia** Alberto Pellai, Barbara Tamborini, *Il metodo famiglia felice. Come allenare i figli alla vita*, De Agostini Editore, 2018.

Alberto Pellai, Barbara Tamborini *L'età dello tsunami. Come sopravvivere a un figlio pre-adolescente*, De Agostini Editore, 2017.

**Alberto Pellai**

*Medico e psicoterapeuta dell'età evolutiva, è ricercatore presso il dipartimento di scienze biomediche dell'Università degli Studi di Milano, dove si occupa di prevenzione in età evolutiva. Nel 2004 il Ministero della Salute gli ha conferito la medaglia d'argento al merito della Sanità pubblica.*