

Amarli non basta! Genitori Efficaci si diventa

Come farsi ascoltare dai figli?
Come dare regole e come farsi rispettare?
Come proteggerli rendendoli autonomi e responsabili?

Dott.ssa Lucia Todaro, psicopedagoga e consulente di formazione
luciatodaro23@gmail.com

La storia del pesciolino d'oro





Amare significa desiderare il meglio dell'altro, anche quando le motivazioni sono diverse. Amare è permettere all'altro di essere felice, anche quando il suo cammino è diverso dal nostro. È un sentimento disinteressato che nasce dalla volontà di donarsi, di offrirsi completamente dal profondo del cuore. Per questo, l'amore non sarà mai fonte di sofferenza.

Quando amiamo qualcuno, lo accettiamo per come è, restiamo al suo fianco e cerchiamo di lasciare sempre in lui tracce di felicità e di gioia.

Non esiste per forza «istinto genitoriale» Si può creare «competenza genitoriale»

Perfetti ?

- Non esistono figli perfetti
- Non servono genitori perfetti

Formule
magiche?

- Non esistono formule «giuste»
- Non funziona tutto per tutti

Consapevolezza !

- I figli cambiano e crescono
- I genitori cambiano e crescono con loro

...come fai... sbagli!

- ▶ Io ci provo ma ...
- ▶ Noi abbiamo stili troppo diversi ... ma non si può mica cambiare ormai !
- ▶ Io sono cresciuto con un padre che ... mio figlio non sa quanto sia fortunato lui
- ▶ Noi educiamo , i nonni distruggono ... ma dobbiamo dipendere da loro
- ▶ Non sono proprio portato ... farà mia moglie ...
- ▶ Non so cosa fare e sbaglio ... poi però mi faccio perdonare !
- ▶ Io educo ma lui non accetta ... sembra farlo apposta !
- ▶ Perdo la pazienza perché fa sempre il contrario di quel che vorrei ...
- ▶ Nessuno sa meglio di me cosa dovrebbe fare un figlio ...eppure...

Come è facile sbagliare !!

Secondo Gordon ci sono 12 atteggiamenti da evitare nella relazione educativa

- **Ordinare , esigere** → fa sentire incompresi
- **Minacciare** → porta al contrattacco o alla passività
- **Fare la morale** → ingenera sensi di colpa
- **Dare soluzioni già pronte** → crea sfiducia e disistima
- **Persuadere con argomentazioni logiche** → umilia o offende
- **Giudicare, disapprovare, criticare** → fa sentire indegni di amore

- **Fare complimenti o approvare in modo immeritato → fa sentire manipolato**
- **Umiliare o ridicolizzare → offende nella dignità personale**
- **Interpretare, diagnosticare → fa porre in difensiva -se giusto- o fa sentire incompreso - se errato**
- **Consolare, minimizzare → fa sentire incompresi emotivamente**
- **Schivare il problema, cambiare argomento → fa sentire sminuito di valore**
- **Interrogare, informarsi → fa reagire con chiusura all'invadenza**

Non è tanto quello che facciamo, ma quanto amore mettiamo nel farlo. Non è tanto quello che diamo, ma quanto amore mettiamo nel dare.



La storia di uno scultore



Agire nel quotidiano con obiettivo :

Educare

Buon
Esempio

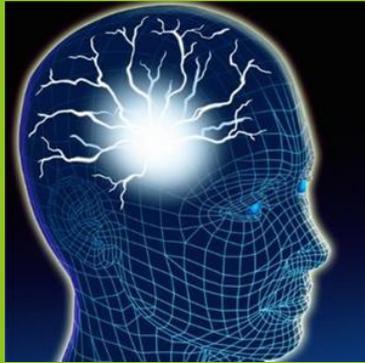
Dare
Regole

Correggere
errori



INTELLIGENZA EMOTIVA

Inteligencia emocional



Pensieri



Istinti



Emozioni



Imparare e Insegnare ad Ascoltare ed Ascoltarsi



***SA AMARE E SCEGLIERE
CHI E' CAPACE DI CONETTERSI AD UN
PERSONALE E RICCO DIALOGO INTERIORE***

AGIRE E NON PREDICARE per una AZIONE EDUCATIVA :

- ▶ **EFFICACE = che funziona**
- ▶ **SIGNIFICATIVA = che lascia un segno
costruttivo**

Se i genitori hanno dei progetti per i loro figli, i figli avranno dei destini quasi mai felici. La giovinezza dovrebbe essere l'epoca del fallimento, o diciamo il tempo in cui il fallimento è consentito. Non c'è formazione senza fallimento. (Sartre)



I genitori IPERPROTETTIVI
tendono ad esercitare un
accudimento eccessivo ed
uno scarso
incoraggiamento e
apprezzamento di attività
autonome.

**I risultati consistono spesso in
comportamenti timidi e spaventati dei
loro figli.**

IL VOLO DEI GENITORI ELICOTTERO.

I genitori elicottero sono quei genitori che “volano” costantemente sopra i loro figli, pronti a intraprendere un’operazione di salvataggio quando notano il minimo segno di “pericolo”. L’intenzione alla base è quella di voler aiutare ad ogni costo i figli a superare tutti gli ostacoli che incontrano. Sono quei papà e quelle mamme che proprio *come gli elicotteri pattugliano i loro figli dall’alto senza mai perderli di vista*, cercando di provvedere ai bisogni dei piccoli spesso ancor prima che si presentino. Questo nuovo modello di genitorialità implica che i genitori assumano un *ruolo iperprotettivo*, che vogliano risolvere tutti i problemi dei loro figli e prendere tutte le decisioni, anche le più insignificanti.

I genitori elicottero sono coloro che si preoccupano eccessivamente per i loro figli al punto che il loro rapporto può diventare disfunzionale.



Iper proteggere ...non protegge!!!

- ▶ *Sarebbe bene insegnare a correre, ma anche a correre qualche rischio, riconoscendo la paura, ma per superarla o ascoltarla per la sua parte utile e funzionale, quando ci segnala qualcosa di davvero spaventoso.*



Scalare la vita ...fatica



PROTEGGERE E' ... FAR CRESCERE !

- ▶ *Affetto, empatia e ascolto saranno armi rispettabilissime per proteggere chi si ama una volta messa da parte l'ansia iperprotettiva.*
 - ▶ *Esperienze , guidate e rielaborate, di autonomia e responsabilità gradualmente maggiori permettono di sentirsi sicuri, ed esserlo.*
- ▶ *Accrescere le autonomie personali e permettere di vivere anche emozioni negative, ma costruttive, rende capaci di badare meglio a se stessi .*

Vorrei insegnarti , Giordana Bruno



Educare a pensare bene, scegliere bene ...insomma educare al Ben-Essere !

SIAMO EDUCATORI «buoni» ?

VOGLIAMO ESSERE ANCHE “BUONI EDUCATORI” ?

Intelligenza razionale (capacità di pensare analiticamente) +
Intelligenza emotiva (capacità di capire e gestire le emozioni) +
Intelligenza etica (capacità di fare del bene) =



QUOZIENTE INTELLETTIVO DELL'EDUCATORE

Chiunque, ad ogni età può accrescere il proprio livello
di Bontà ... con l'esercizio quotidiano ...

INSEGNARE a SOGNARE

«Ai nostri figli dobbiamo insegnare a sognare perché con i sogni avranno qualcosa in cui credere

e quando sapranno in cosa credere sapranno perché rispettare le leggi, civiche, sociali, spirituali.»

(Patricio Atkinson)

ETICA,
RISPETTO,
DIGNITA'.
SONO PAROLE
ORMAI ARCAICHE,
SCARICHE
DI QUALSIASI
SIGNIFICATO.

PAPA', BASTA
CHE LE RICARICHI
IN WIRELESS, POI
ZIPPI TUTTO IN
UNA USB E DOPO,
FINITO L'UPLOAD,
LE DOWNLOADI
SUL DESK E TE LE
RI-TWITTI IN RETE.

VEDRAI
QUANTI
"LIKE".



COPYRIGHT BY PIETRO VANESSI©

PV

EDUCARE AI VALORI ETICI

- ▶ DISTINGUERE IL BENE DAL MALE



- ▶ SCEGLIERE CONSAPEVOLMENTE E CON RESPONSABILITA'



TRASMETTERE VITA E VITALITA' AI FIGLI

= RENDERLI CAPACI

DI **GRATITUDINE**



E **POSITIVITA'**



Essere un BUON GENITORE è
... FARE il GENITORE BENE :

- Dedicare tempo ai figli per “stare” con loro
- Prestare attenzione all’altro con empatia e amore
- Avere il coraggio di apparire “cattivi” stabilendo le priorità, dicendo anche “no” e stabilendo delle regole
- Valorizzare l’ “essere buono” del figlio che fa gesti di bontà verso altri, anche con premi adeguati
- Perdonare di cuore, pur correggendo i comportamenti negativi
- Evitare di iperProteggere e stimolare ad aver cura di sé !

CERCA DI ESSERE UN TESTIMONE
CONVINTO E CONVINCENTE
CARISMATICO E VINCENTE
FORTE E SERENO

-
-
-



*Se anche sapessi
che la mia vita finirà domani
oggi pianterei un seme di melo*

Quando pensavi che ..non ti vedessi ...



Buon lavoro! Buona Vita !

- ▶ **GRAZIE ...**
- ▶ **Continueremo a riflettere su come essere Genitori Efficaci MERCOLEDI 29 maggio, ore 20.45**
- ▶ **Se volete rimanere in contatto, scrivete a luciatodaro23@gmail.com**