

Tra sensi di colpa e controllo: genitori al centro dell'educazione in Corsi e percorsi

Pubblicato: Lunedì 12 Febbraio 2024



Alla fine dello scorso dicembre è calato il sipario sul primo modulo di **Corsi&Percorsi**, un'iniziativa della **Cooperativa laBanda** dedicata ai genitori di adolescenti e preadolescenti e parte integrante del Progetto **“Nuove Strade”** finanziato da Fondazione Cariplo.

Proprio in questi giorni si è conclusa l'analisi dettagliata dei questionari compilati dai partecipanti. Il verdetto? Un'esperienza formativa coinvolgente, ricca di spunti e riflessioni tangibili. A dirlo sono i genitori che hanno partecipato agli incontri e di cui riportiamo di seguito alcuni racconti.



CONTROLLO E ANSIA

In molti hanno apprezzato l’approccio pratico dei corsi: **“Gli esempi su come “resistere” all’impulso di controllare i figli sono stati illuminanti.** L’esercizio di cercare di riconoscere i tentativi goffi di ‘adulterità’ dei nostri ragazzi è una prospettiva che ha reso il corso estremamente utile” dichiara una mamma con entusiasmo.

IL RACCONTO DI L.

Mi ha davvero colpito il percorso seguito negli incontri cui ho partecipato. Nella prima serata ci siamo presentati e abbiamo raccolto le parole più significative emerse. Nel secondo incontro, all’unanimità, abbiamo scelto di focalizzarci su **sensò di colpa e controllo**. Abbiamo poi affrontato un esercizio sul foglio, segnalando le situazioni di controllo e senso di colpa, come il guardare frequentemente il registro elettronico o geolocalizzare i figli.

Nel terzo incontro, ci siamo concentrati sulla **svolta: come abbassare il controllo e gestire la preoccupazione?** Sono emerse soluzioni come consegnare il cellulare e non guardarlo fino all’orario stabilito, impegnarci e occuparci in altre attività, oppure aspettare insieme tra tisane e chiacchiere, distraendoci per ridurre l’ansia.

L’ultimo incontro è stato una sorta di riepilogo, con vari esempi riportati. Ma questo cammino di crescita è solo tristezza? Solo cose negative? Abbiamo **riflettuto sugli esempi positivi, raccontando anche le gioie come i primi segnali di responsabilità, i tentativi incerti di dimostrare di saper fare qualcosa da soli**, il vedere che alcuni insegnamenti e suggerimenti dati prima o poi vengono raccolti...”

Un altro genitore condivide: “Abbiamo affrontato temi cruciali da diverse prospettive. Per esempio come **il cellulare abbia radicalmente cambiato il nostro stile di vita, dandoci un errato senso di onnipotenza dal punto di vista del controllo** delle cose e delle persone. Se io chiamo o scrivo un messaggio a mio figlio penso che lui mi debba immediatamente rispondere. Peggio ancora se risulta online e non risponde: se non c’è la spunta di WhatsApp vado nel panico. Abbiamo riflettuto sul fatto che anche i ragazzi ormai gestiscono tutte le loro relazioni attraverso il telefono e ci siamo resi conto che **anche loro vivono quest’ansia**. Un punto di vista che non avevo mai considerato prima.”



LA CONDIVISIONE, TRA MONOPOLI E RICETTE

L’analisi dei questionari rivela che **l’aspetto di condivisione tra genitori ha giocato un ruolo fondamentale**: “Sapere che viviamo tutti le stesse ansie è stato un sostegno incredibile. I diversi punti di vista erano un continuo spunto di riflessione”, afferma un genitore.

In alcuni gruppi si è creato un legame autentico e la nascita di qualche nuova amicizia. “L’atmosfera aperta e spontanea durante le serate ha superato le mie aspettative. Ci sono stati momenti di confidenze sincere... mi sono trovata davvero molto bene”, testimonia una mamma.

“Bellissima l’idea di utilizzare la tabella del gioco del “Monopoli”: mi ha mostrato come noi genitori facciamo un percorso con tante tappe, **tanti tasselli, tante storie che sono un po’ la storia di tutti**, come se ogni casella facesse parte di un cammino solitario ma anche comune... spesso si sosta sulle stesse caselle: problemi simili, uguali preoccupazioni, lo stesso senso di inadeguatezza e di frustrazione...

“Mi è sembrato divertente e stimolante provare a **immaginare una ricetta che fosse una metafora di mio figlio**. Pensare ai giusti ingredienti che lo descrivessero, alle caratteristiche capaci di rispecchiarlo così come io lo vedo. **Il piccante del mio caso (ti punzecchia, ti provoca) ma anche il dolce** di altri momenti...

Mi ha dato tanti spunti di lettura anche l’ascoltare e il riflettere sulle “ricette” degli altri genitori, alcune più complesse e articolate, con più sapori, più aromi e anche preparazioni diverse...” ha dichiarato A,

uno dei pochi papà partecipanti.



TEMI SIGNIFICATIVI E CONSIGLI EFFICACI

Tra i temi affrontati, emergono alcuni argomenti prevalenti: primo tra tutti il grande lavoro da fare su se stessi. **Molte volte, infatti, il problema è proprio del genitore, della fatica, e a volte dell'incapacità, di tollerare il cambiamento emotivo, fisico e sociale dei propri figli.**

Ma anche: **la criticità dell'orientamento scolastico, i problemi e i dubbi legati all'uso del cellulare e dei social, il controllo ossessivo del registro elettronico e dei voti – visti come un misuratore dell'impegno**, alcune riflessioni pre-natalizie sul ritrovarsi per festeggiare, raccontando le proprie esperienze di tensioni e conflitti legati alle proprie storie personali con le famiglie di origine.

Si è toccato anche il tema dei **riflettori sempre puntati su produttività e performatività che ci spinge a dare un voto ad ogni cosa e che genera frustrazione in noi ma anche e soprattutto nei nostri ragazzi.**

I partecipanti chiedono più approfondimenti sull'adolescenza e sulla crescita, sottolineando la necessità di ripetere esperienze simili. **La richiesta di tecniche pratiche per l'autocontrollo** e l'estensione dei tempi dei corsi indica un desiderio concreto di applicare quanto appreso nella vita di tutti i giorni.

NUOVI CORSI E PERCORSI

Francesca Berrini, coordinatrice del progetto Nuove Strade, si dichiara molto soddisfatta: «L'analisi dei questionari ci ha fornito preziose indicazioni su come migliorare ulteriormente Corsi&Percorsi. I risultati positivi e le riflessioni condivise dai genitori ci motivano a continuare a fornire supporto educativo di alta qualità e a costruire connessioni significative tra le famiglie di genitori di adolescenti».

Il sipario può chiudersi, ma la storia continua: Corsi&Percorsi hanno aperto un capitolo di crescita e apprendimento che lascia un'impronta concreta nelle famiglie coinvolte portando i genitori al centro dell'educazione

Un'esperienza formativa coinvolgente, ricca di spunti e riflessioni.

La Cooperativa laBanda sta programmando un nuovo ciclo di incontri: seguite i social e pagina web per sapere quando verranno attivati.

www.labandacoop.it/

www.facebook.com/labandacoop

www.instagram.com/labandacoop/

di l.r.