



Idee e consigli per sopravvivere all'ozio, tra centri estivi, corsi all'estero e lavori casalinghi

# L'estate dei figli: tempo di vacanze, tempo di compiti, tempo di scelte

**N**on per tutte le famiglie la fine della scuola ha lo stesso sapore: per alcune, archiviato lo stress scolastico comincia quello estivo, che come molti genitori sanno, a volte è superiore a quello invernale. Cosa fare col tempo libero dei figli? Cosa proporre? Fintanto che questi sono piccoli o quasi, tutti i santi aiutano: ci sono i nonni, i centri estivi, i grest parrocchiali, gli oratori... Ognuna di queste attività ha i suoi pro e i suoi contro, ma per aggiustare l'estate dei pupi e non rimetterci soldi e salute, di solito si compone un puzzle di esperienze, dove la quantità conta più della qualità. A sera poi, più o meno riuniti, si cerca di ricomporre i pezzi mancanti e sul finire dell'estate ci si impegna a fare i compiti (pochi o tanti). Se posso dare un consiglio, vi inviterei a stilare un calendario compiti insieme coi figli, destinando le cose che i bambini possono fare da soli (letture domestiche, scritture creative) verso sera e in autonomia. Le attività che invece i bambini vedono come difficili o su cui si sentono insicuri o che richiedono comunque l'attenzione degli adulti vanno spalmate nel vostro tempo libero, in qualche sabato o domenica. Anche se avete la possibilità di farvi aiutare dai nonni o da babysitter esperte, trovate sempre un momento, nella giornata o nella settimana, per il lavoro svolto dai vostri bambini; non tanto e non solo per controllare, ma per lodare, incoraggiare, accorgersi dei loro progressi... Se la scuola e più in generale l'acquisizione di competenze è importante, è giusto che gli adulti partecipino e non si



rendano da soli estranei alla vita dei figli. A mia esperienza personale (a volto contestata dai miei figli) ho sempre pensato che le vacanze di famiglia, che di solito non durano più di due-tre settimane, debbano rappresentare per tutti, grandi e piccoli, una sospensione dal lavoro, e quindi anche dai compiti; e che quel periodo così prezioso possa essere vissuto all'insegna della condivisione, dell'allegria, e di una certa libertà di ritmi e di regole. E' evidente che però la programmazione e il rispetto della stessa sia vitale, e che se qualcosa va storto bisogna inventarsi i tempi supplementari a settembre. Il discorso cambia coi ragazzi più grandi. Per chi può economicamente ci sono le famose settimane all'estero: non sempre si impara la lingua, ma un po' l'arte di arrangiarsi e un po' quella di adattarsi e anche a capire che quel che si è appreso a scuola è assolutamente inadeguato per capire il mondo degli altri, mentre gli altri, di solito, se la cavano meglio. Poi anche questa voglia di an-

dare "fuori", all'estero, ai campi estivi, passa e in attesa di essere "grandi davvero" resta tanto tempo da riempire. Qualcuno riesce trovare un lavoretto estivo, qualcun altro uno stage, altri (pochi) fanno volontariato: esperienze di una minoranza che andrebbero incentivate di più perché aiutano davvero la crescita. Alla fine di questo anno scolastico, alle tante famiglie in pena, di fronte all'estate e con pochi mezzi a disposizione, ho fatto una proposta per così dire innovativa: il lavoro domestico, parzialmente retribuito. Cioè dato per scontato che i nostri figli, in un modo o nell'altro ricevono una paghetta (sotto forma magari di soldi per la pizza o per la discoteca del sabato) questa va corrisposta in presenza di una serie di incombenze domestiche assegnate all'interno della famiglia. Lavare la macchina, portare a spasso il cane, innaffiare le piante, ma anche apparecchiare, cucinare, fare la raccolta differenziata... sono solo alcuni dei "compiti estivi" che possono essere svolti in

maniera dignitosa e senza pericoli dai nostri figli. Se riflettiamo, le incombenze della casa sono ancora in gran parte sulle spalle delle donne, che assommano al lavoro di cura, quello esterno retribuito: sicuramente loro, le mamme, potrebbero essere le prime fan della responsabilizzazione dei figli, maschi e femmine, a patto che siano disponibili a fare da tutor ai propri figli, accettandone gli sbagli e correggendo gli errori, senza per questo rinunciare a questa forma educativa. Anche il genitore maschio, più o meno coinvolto nella gestione domestica, dovrebbe sostenere questa scelta in diversi modi: trasmettendo le competenze necessarie, affiancando all'inizio nelle operazioni da svolgere, dando la propria disponibilità a controllare il lavoro svolto. I figli potrebbero così imparare tante cose che verranno utili nel presente e nel futuro, per quando vivranno da soli o in coppia, saranno coinvolti nella gestione della famiglia, che è anche cosa loro e non solo dei genitori, potranno scoprire eventuali attitudini nascoste e capire che una certa quota di fatica, di ripetitività, di noia fa parte della vita e va accettata. Nello stesso tempo saranno impegnati qualche ora in più e ciondoleranno in casa o fuori qualche ora in meno; i soldi guadagnati "col sudore della fronte" acquisteranno un valore diverso e forse saranno diversamente spesi. Insomma non abbiamo niente da perdere e tutto da guadagnare: perché non provare?

Margherita Campanini



**È giusto rivelare il tradimento alla moglie?**

**S**ono sposato da quattro anni e abbiamo un bambino di due anni. Ho tradito mia moglie, è stata una cosa senza alcun valore per me, che si è consumata in un'unica volta. Mi sentivo solo e trascurato, da quando è nato il bambino sono cambiate le cose. Ero in un momento brutto anche dal punto di vista lavorativo. Ma ora mi sento terribilmente in colpa, non so cosa fare. Amo mia moglie e ho paura di perderla. Forse dovrei rivelarglielo, ma se lei mi cacciasse di casa, non lo sopporterei. Continuo a chiedermi perché l'ho fatto.

**È** proprio questo che è importante: capire il perché. Il perché dei propri comportamenti e il perché dei comportamenti dell'altro. Può diventare l'occasione per comprendere cosa ciascuno ha portato dentro alla relazione di coppia, quali bisogni, quali aspettative, quali ferite e paure, che provengono dal passato. Da quello che lei dice — che non sopporterebbe di perdere sua moglie — si comprende il suo forte bisogno di vicinanza. Quando nasce un figlio, esso diventa il terzo che si inserisce nella relazione duale, pienamente gratificante e rassicurante, e che rompe l'equilibrio precedente. Lei si è sentito escluso e trascurato... quindi tradito! Ci sono diverse forme di tradimento. Ma sempre il tradimento rappresenta una ricerca di qualcosa di sé che è andato perduto, di un proprio valore, dell'esperienza dell'essere importante e amabile. Anche una madre nella relazione simbiotica con il suo bambino può ricercare qualcosa del suo essere stata bambina. Il marito ha il compito di separarla gradualmente dal bambino, in modo che il figlio possa crescere. Ma se anche il marito fa i conti con una propria paura di non essere abbastanza amabile, le cose si complicano. Si rischia di continuare ad agire le proprie paure, senza mai superarle. E' necessario fermarsi a pensare. Al tradimento va dato un significato, va letto all'interno della storia personale di ciascuno e della storia di coppia. Non è un lavoro facile e pertanto si può chiedere di essere accompagnati da una figura professionale esterna. Diventa un raccontare quello che è accaduto a me per ascoltare quello che è accaduto all'altro, e offrire nuove possibilità di comunicazione.

dott.ssa Silvia Levati  
consultorio Ucipem

• Risposta, questa, che va naturalmente inquadrata in una riflessione sugli impegni presi nel sacramento del matrimonio, davanti al Signore, nei confronti del coniuge e della comunità; uno dei quali è il valore della fedeltà.

## IL LIBRO "IL PRIMO BACIO" DI ALBERTO PELLAI

# Cercato, improvviso, sofferto: davvero non si scorda mai

**I**n spiaggia, su una panchina, in un parco, dietro ad un albero, nel cortile sotto casa, al campo scout o in piscina: il dove non importa, ma il ricordo e il sapore del primo bacio adolescenziale, voluto, inaspettato o rubato, porta quasi sempre con sé il calore e il colore dell'estate, sempre... Che lo si ricordi, racconta **Alberto Pellai**, medico e psicoterapeuta dell'età evolutiva, nel libro **"Il primo bacio"** editore Kowalski. Anche per non dimenticare, dice, ha scritto il suo manuale di educazione sentimentale, con 40 storie di giovanissimi che confessano paure, sensazioni, gioie e delusioni tra baci maldestri, tentati e idealizzati. E l'estate può essere anche la giusta occasione per parlare con più calma e tranquillità con i nostri figli e figlie della "pedagogia del primo bacio" perché "un bacio dato bene e al momento giusto è una pietra miliare nel proprio percorso di vita". Per questo è importante narrare ai ragazzi, come fa questo libro, tanti primi baci, belli e brutti. E leggendo tra i racconti raccolti da Pellai traspare tutta la varietà di sentimenti ed emozioni che compongono le grandi regole



del gioco dell'amore. C'è chi sconsolato tenta di procurarsi le istruzioni per l'uso su Internet, magari prima di partire per il mare

con mamma e papà: «Non sapevo dove si mettevano le labbra...» Chi di quell'istante ricorda solo la preparazione a base di collutorio, dentifricio e filo interdentale e il sospiro di lei: «Sei buono come la menta». O chi ha in memoria il primo non bacio: «Mi aveva detto che sarebbe venuta al parco: l'ho aspettata per ore, ho urlato, ho pianto, ho pregato, ma lei non è mai arrivata». «Tanti ragazzi fanno domande tecniche sul come si fa, un po' per paura di sbagliare e un po' per timore di non essere all'altezza delle aspettative — aggiunge Pellai — narrare il primo bacio vuol dire palesare cosa succede quando prendi in mano il tuo corpo e lo metti al centro della relazione con una persona: non esiste un'età ideale... e i baci estivi, così leggeri e spensierati, si caricano di significati profondi: sanciscono le prime cote, sbalzano le emozioni, sigillano passioni lunghe una vita e fanno assaporare il gusto dolcissimo dell'innamoramento». Oggi l'innamoramento sembra scomparso finché i bambini sono piccoli si cerca di spiare emozioni e sentimenti, poi appena ar-

rivano verso la fine della primaria si cambia argomento e si parla di educazione sessuale: precauzioni, importanza dell'atto, conseguenze e rischi, scegliere la persona giusta ecc. Come ricostruire un'educazione sentimentale dell'innamoramento? Alberto Pellai, nel libro **"Il primo bacio"** suggerisce molti percorsi educativi che questo tempo d'estate favorisce, ad esempio: dialogo in famiglia, film che raccontino storie di innamoramenti, canzoni sul primo bacio, libri per ragazzi, lettere dei lettori delle sue rubriche per i genitori, interventi dei ragazzi da leggere e discutere con i nostri figli. L'approccio con i film per parlare di innamoramento mi sembra un consiglio facile da mettere in pratica. Il libro suggerisce anche come parlare del film, con domande e riflessioni per una discussione in famiglia. Dobbiamo ricostruire il "mito" del primo bacio, tornare a dare importanza a quel momento che anche noi, come i nostri figli e figlie oggi, abbiamo atteso, desiderato e immaginato.

Simona Verderi