

La relazione positiva tra genitori e figli

Pubblicato: Mercoledì 14 Agosto 2019



Sempre più spesso, cercando notizie o consigli sull'educazione dei figli, si sente parlare di **genitorialità positiva (o positive parenting) basata sulla cura della relazione con i figli**. Mamma e papà, senza rinnegare l'importanza di dare delle regole, conservano il ruolo di guida autorevole dell'adulto facendo a meno di punizioni e ricatti.

A partire da questo approccio, ecco le azioni da mettere in campo quotidianamente per essere un genitore positivo:

LIMITI ED EQUILIBRIO

Bisogna saper proporre ai bambini attività e limiti adeguati all'età e alle caratteristiche del bambino, mettendo in campo un giusto equilibrio tra dolcezza e fermezza, per non essere accondiscendenti ma neppure sordi ai cambiamenti e alle esigenze dei bambini, sempre in trasformazione

EMPATIA

Immaginare il punto di vista dell'altro, nel rapporto genitore-figlio come in ogni altra relazione rende più efficace il dialogo e la comprensione reciproca, rimanendo però ciascuno nel suo ruolo.

ACCUDIMENTO RESPONSIVO

Il genitore è attento a individuare e rispondere ai bisogni del bambino, anche se non espressi verbalmente, sin dalla primissima infanzia ([attaccamento sicuro](#)).

TEMPO DI QUALITÀ

Anche se il tempo da condividere con i figli è limitato l'importante è che sia **un momento vero di presenza**, di ascolto e di scambio di coccole, in modo che il bambino si senta connesso all'adulto, aprendo i suoi sentimenti, esprimendo le sue paure, i timori, le gioie e le speranze.

L'ESEMPIO

I bambini apprendono soprattutto per imitazione e di conseguenza **è fondamentale che il genitore dia il buon esempio**, soprattutto in situazioni conflittuali e di tensione. Se i genitori sono i primi a comportarsi in maniera maleducata, nervosa e ad urlare, il bambino tenderà ad assumere l'adulto come modello e cercherà di comportarsi in maniera identica a lui non appena sarà un po' più grande. Gestire i momenti di tensione, rabbia e conflitto con lucidità è una cosa da grandi e che si impara dai grandi.

PIÙ DEL RISULTATO CONTA L'IMPEGNO

Aspettative e risultati scendono in secondo: bisogna cercare piuttosto di celebrare l'impegno dei figli nelle diverse attività, anche se queste non portano a risultati eccellenti o da primi della classe. Questo evita scoraggiamenti in partenza e aiuta i piccoli a sviluppare fiducia in se stessi e determinazione nell'affrontare i problemi.

ANCHE IL GENITORE SBAGLIA E IMPARA

Anche il genitore cresce e impara assieme ai figli, sbagliando e imparando di continuo. Ammetterlo ed esserne consapevole non è un dramma: il bambino non è alla ricerca di un genitore perfetto o invincibile, ma autentico, consapevole e sincero.

Per approfondire [La guida di Save the children](#)

di bambini@varesenews.it