

Lecture consigliate ai genitori

- ❑ Daniele Novara, Silvia Calvi, ***L'essenziale per crescere. Educare senza il superfluo***, 2017, Edizioni Mondadori

Il libro è il risultato di una lunga serie di conversazioni, interviste e ricerche sui fondamentali dell'educazione oggi. Esso affronta il tema spinoso delle scelte educative fondamentali per chi ha figli da 0 a 13 anni. Perché diventare mamme e papà è un po' come essere assunti (senza corsi di formazione) per svolgere un mestiere bellissimo e allo stesso tempo impegnativo, complesso e totalizzante. E anche se è normale commettere degli errori, avere l'opportunità di evitarne qualcuno, grazie alle informazioni di chi ha più esperienza o le conoscenze scientifiche necessarie, è davvero una preziosa occasione.

- ❑ Daniele Novara, ***Litigare fa bene. Insegnare ai propri figli a gestire i conflitti, per crescerli più sicuri e felici***, 2013, Edizioni BUR

Non cercate il colpevole, non imponete la soluzione, incoraggiate la versione reciproca del litigio, favorite l'accordo creato dai bambini e, soprattutto, lasciateli litigare! Il conflitto tra bambini rappresenta uno dei tabù pedagogici della nostra epoca, e al primo accenno di litigio infantile la maggior parte degli adulti tende a intromettersi e reprimere il conflitto, nella convinzione che sia necessario imporre immediatamente una rappacificazione. Tuttavia, come dimostra in questo saggio il pedagogista Daniele Novara, i contrasti rappresentano per i bimbi una fondamentale occasione di apprendimento relazionale che, se lasciati liberi di agire, i più piccoli imparano a gestire autonomamente.

- ❑ Alberto Pellai, ***L'educazione emotiva per un figlio. Come educare al meglio i nostri bambini grazie alle neuroscienze***, 2016, Fabbri editori

Quando nostro figlio nasce, nasciamo anche noi come genitori, pieni di speranze, timori, aspettative. Il compito che ci attende ci fa sentire quasi sempre inadeguati. Eppure, per "allenare" un bambino alla vita, non occorrono competenze speciali, basta la volontà di metterci in gioco: solo così possiamo sintonizzarci con lui e aiutarlo a crescere libero e felice. Non esistono infatti ricette preconfezionate per gestire le emozioni fondamentali - rabbia e paura tristezza e disgusto, sorpresa e felicità - che alimentano la mente del bambino, talvolta innescando disagi e conflitti. Ma alle sfide di ogni giorno possiamo rispondere accogliendo il suo stato emotivo, facendolo sentire compreso, offrendogli strumenti via via più complessi per interpretare quello che prova e attribuirgli un senso.

Lecture da fare insieme ai bambini

- ❑ Libretti della collana "Bisogni e Strategie" di Esserci edizioni:

Non esistono bambini buoni o cattivi, ma solo bambini che si comportano in un modo che contribuisce o non contribuisce a soddisfare i nostri bisogni. La Comunicazione Nonviolenta invita i genitori ad esprimersi in modo collegato alla vita, esprimendo sentimenti e bisogni soddisfatti o non soddisfatti, anziché dei giudizi positivi o negativi sui bambini. Con il loro esempio, mamma e papà possono contribuire a consolidare nei figli la naturale capacità di comunicare in modo collegato alla vita presente ad ogni istante. Esiste una differenza sottile, ma fondamentale, fra un bisogno e le strategie per soddisfarlo.

Alcuni titoli delle autrici Vilma Costetti e Monica Rinaldini:

- ❑ ***Stefano e l'orologio***
- ❑ ***Stefano e i tuffi sul divano***
- ❑ ***Stefano, il papà e gli spinaci***
- ❑ ***Jolanda, Stefano e il trenino***
- ❑ ***Jolanda e le coccole***
- ❑ ***Jolanda e il temporale***
- ❑ ***Jolanda e il vestito rosso***