

# Questionario per papà

Ti domandi se sei un 'buon babbo' ? Vorresti saperlo?

Rispondi alle domande che seguono, sinceramente e senza pensarci troppo e quindi calcola il tuo  
BABBO-PUNTEGGIO!

- |   |   |  |
|---|---|--|
| 1 | Mio figlio/a è nato perché:   | A- Volutamente<br>B- Oramai era ora di averlo.<br>Eravamo l'unica coppia del giro senza prole  |
| 2 | Mio figlio/a è il risultato di                                      | A- Un gesto d' Amore<br>B- Sesso spensierato, libero, sfrenato.  |
| 3 | La prima volta che ho visto mio figlio/a<br>o l'ho preso in braccio | A- Ho avuto un colpo al cuore<br>B- Adesso sì che ho delle vere responsabilità!  |
| 4 | Mio figlio/a rappresenta per me                                     | A- Un nuovo essere vivente che ho il dovere/<br>piacere di assistere nel suo percorso verso<br>la maturità<br>B- La proiezione di una parte di me stesso nel<br>futuro |
| 5 | Amo mio figlio/a  | A- Come me stesso<br>B- Più di me stesso   |

Ora, se tuo figlio/a è appena nato od ha meno di tre anni, continua;  
se ha fra i tre ed i dieci anni, vai alla domanda 11  
se è preadolescente o adolescente vai alla domanda 16  
se ha più di venticinque anni...smetti di dargli la "paghetta" ed invitalo a formarsi la sua AUTONOMIA,  
a cercarsi il lavoro, anche se di questi tempi....

- |   |  |
|---|--|
| 6 Partecipo alla "manutenzione del mio bebè<br>( bagnetto, cambio pannolino, pappe ecc.)  | A- Quando e per quanto possibile, con gioia.<br>B- Sporadicamente, solo se necessario.   |
| 7 Gli parlo o gli canto e lo "ninno" per farlo<br>Addormentare.   | A- Talvolta e con piacere.<br>B- Raramente, anche se volentieri.   |
| 8 Mi sembra di essere geloso o infastidito dalle<br>Attenzioni che la mia donna rivolge al<br>'nuovo venuto'                    | A- Capisco che è necessario e bello ma..<br>ci sono anch'io!!!<br>B-Solo un pò o per nulla.                                      |
| 9 Quando piange a lungo senza apparente motivo<br>penso   | A- Lo butterei...ma è mio figlio!!!!<br>B- E' mio dovere stargli vicino con pazienza e<br>dovrei saper capire cosa mi vuol dire! |
| 10 Da quando sono padre sono rimbambinito:<br>Faccio versi senza senso, imito i suoi<br>Comportamenti, gattono a quattro zampe! | A- Vero.<br>B- Falso.  |

Da 3 a 10 anni

- 11 Vedi, pensi tuo figlio/a come  
A- Un essere ancora insicuro e vulnerabile  
B- Già un 'ometto' o una 'donna'.
- 12 Alle prime separazioni, al suo primo  
'ingresso nella sua società':  
( asilo, scuola, amichetti..) ho pensato:  
A- Sarà in grado di farcela da solo?  
B- Ho un figlio/a che va a scuola! Sto  
diventando vecchio!
- 13 Lo aiuti a fare i compiti, rispondi ai suoi  
perché, a risolvere i suoi primi problemi.  
A- Con pazienza e disponibilità.  
B- Quando necessario, specie su richiesta.
- 14 Quanto del tuo tempo libero trascorri  
con lui interagendo attivamente  
(senza TV)  
A- Almeno al 50per cento.  
B- Tutto quello che mi avanza dai miei  
impegni.
- 15 Lo porti con te, allo stadio, al cinema,  
al ristorante ecc.  
A- Sì, se appena possibile.  
B- Sì, se la sua presenza non causa  
problemi.

#### Preadolescenza—Adolescenza

- 16 Quanto sei tollerante verso il desiderio  
di Autonomia di tuo figlio/a ?  
A- Abbastanza-  
B- Può fare tutto, entro certi limiti.
- 17 Parli di sesso con tuo figlio/a ?  
A- Sì, di tutto.  
B- Sì ma senza discorsi troppo 'spinti.
- 18 I 'soldi' ...  
A- Do una paghetta da gestire.  
B- Quando chiede non gli nego nulla.
- 19 Nei suoi confronti come cerchi di comportarti?  
A- Padre amorevole ma severo.  
B- Da vero amico e confidente.
- 20 Sei preoccupato per il suo futuro  
A- Un po' ma se la caverà  
B- Molto e cercherò di essere vicino  
fino a quando potrò.

Calcolo del BABBOpunteggio:

Contale A : se hai raggiunto 6= babbo sufficiente  
7= super babbo  
8= babbo eccellente  
9= iper babbo  
10=esiste il babbo perfetto!!!

Per i babbi insufficienti ed anche per tutti gli altri, segue una serie di sintetici consigli, organizzati secondo concetti chiave.

Cerca di RICORDARE la tua infanzia, adolescenza, ciò che ti faceva soffrire e ciò che ti faceva star bene.

Non IMITARE i metodi educativi di tuo padre ma cerca di migliorarli; segui il tuo intuito. Sii sempre SINCERO con tuo figlio/a : i bambini leggono anche il linguaggio corporeo e, con loro, le bugie hanno sempre le gambe corte.

Non tradire la FIDUCIA che tuo figlio ripone istintivamente in te: ammetti qualora accada ( ed accadrà ) il tuo errore,, spiegane le ragioni e cerca di riparare, se possibile.

Rimprovera tuo figlio, se sbaglia, dagli buoni consigli dettati dalla tua esperienza senza MAI INSULTARLO, denigrarlo!

Un 'ma che sei deficiente'! detto da un padre apre una ferita psicologica che talvolta neanche anni di psicoterapia riescono a far rimarginare!

Il miglior metodo educativo è sempre l'esempio: il TUO BUON ESEMPIO

Sii sempre COERENTE: pensa bene prima di vietare o concedere, poi rimani della tua idea-

Non cambiare un NO con un SI, non faresti il bene loro, anzi li deluderesti. Lui /lei si aspetta da te fermezza e coerenza, vuole poter contare su di te comunque, anche su un tuo divieto;

cerca il contatto, parlagli ASCOLTALO CON TUTTA LA TUA ATTENZIONE:

il vero ascolto : l'ASCOLTO ATTIVO.

Fate insieme anche quello che vuole lui, non solo quello che vuoi tu.

Fatti aiutare ma non trattarlo mai da domestico, abbi pazienza, concedigli il suo modo di fare e RISPETTALO.

Sii PADRE, non un amico e mai un complice. Sii dolcemente ma decisamente SEVERO- quando lo ritieni chiaramente necessario e nei comportamenti oggettivamente sbagliati- negando la tua approvazione e, momentaneamente , il tuo appoggio.

Esigi sempre RISPETTO: è importante.

Il sentimento guida dell' infanzia/adolescenza è la PAURA ( di non essere accettato, di non essere amato, di sbagliare, di esser 'diverso' o troppo 'uguale' di non riuscire o... ).

Ricorda: la presenza di un padre forte e degno di rispetto può alleviare incertezze, dubbi, paure... e si dissolveranno come neve al sole nel calore del protettivo e rassicurante abbraccio paterno!

Grande è il potere della figura paterna se riesce a mostrarsi forte e degna di rispetto.

Immagina che tuo figlio/a stia imparando a nuotare in un mare mosso: solo con la consapevolezza di avere vicino un nuotatore esperto e capace di trarlo in salvo, oserà mettersi alla prova ed avventurarsi al largo!

L'incoraggiamento ed il sostegno di un PADRE risultano determinanti nella ripresa da un insuccesso o di una traversia e possono restituirgli la voglia di mettersi nuovamente alla prova, di ritentare, di confrontarsi, di vivere!!

Non esitare a richiedere aiuto se solo hai qualche dubbio o temi di non riuscire a fare, per tuo figlio/a , tutto quello che vorresti.

Ricorda di richiedere l'intervento tempestivo di un professionista esperto non è una manifestazione di debolezza ma, anzi, un atto di saggezza indispensabile per prevenire eventuali danni peggiori e, se non altro, SALVAGUARDARE IL FUTURO di tuo figlio/a.

Adriano De Francesco