

INDICE:

Daniela Leveni, Presentazione

Introduzione

La sfida della genitorialità ai nostri giorni

(Qual è il ruolo di un genitore; Cosa ha causato la perdita di chiarezza nella comprensione del ruolo dei genitori? Cambiamenti nella struttura familiare; La crescita delle città; Lo sviluppo tecnologico; Esempi di "impotenza"; Perché spiego e cerco di convincere più volte, ma inutilmente? (La trappola delle chiacchiere); Sto utilizzando minacce, grida e sto mettendo in atto reazioni impulsive? (La trappola dell'azione/reazione); Rinuncio al mio spazio, al mio tempo libero e ai miei obiettivi a causa di mio figlio? (La trappola del sacrificio); Adattamento e sacrificio di sé; Spazio personale e confini; Mio figlio mi sta emarginando e so sempre meno di lui? L'influenza della tecnologia; Il ruolo della privacy; Il grado di disconnessione; La funzione di "àncora" dei genitori; Regole, routine e struttura; Amore e ancoraggio dei genitori; Conclusioni; Riassumendo)

Autocontrollo

(Non posso controllarti; posso solo controllare me stesso! Il principio dell'azione ritardata: colpisci quando il ferro è freddo!; Il principio della persistenza: "Non devi vincere, solo persistere!"; Autocontrollo e spazio genitoriale; "Gli errori sono inevitabili ma possono essere corretti!"; E la capacità di autocontrollo del bambino?; Conclusioni; Riassumendo)

Supporto e appartenenza

(Il riflesso della privacy: "Perché rivolgersi agli altri? Dovrei risolvere i miei problemi da solo"; Il fattore vergogna: "Raccontarlo porterà a una vergogna insopportabile!"; La paura di apparire deboli; Paura delle reazioni del ragazzo; La barriera della solitudine: "Non abbiamo sostenitori!"; "Abbiamo la nostra tribù!"; La riduzione dei messaggi di controllo apre la strada all'appartenenza; Tornando al principio dell'azione ritardata: dare al bambino una pausa per riprendersi; Gestii di riconciliazione; Dichiarazioni che aumentano il desiderio di appartenenza del bambino; Conclusioni; Riassumendo)

Presenza e vigilanza

(La cura vigile genitoriale; Attenzione aperta; Momenti di incontro programmati di routine; Contatti con persone nell'ambiente del bambino; Conclusioni; Riassumendo)

Limiti dettati dall'amore

(Tra limite e lotta di potere; Due tipi di "no!"; L'annuncio; Il sit-in; Smettere di fornire al bambino cose dannose o di lasciarlo esporre a situazioni pericolose; Fare ammenda; Conclusioni; Riassumendo)

Paure, ansia e fobie

(Supporto, non protezione; Problemi di sonno; Protezione dall'ansia; Le paure scompaiono da sole? Aumento dell'attività indipendente; Stare con altre persone; Più doveri; Evitamento ed esposizione; Modifica degli atteggiamenti dei genitori; Uscire dall'isolamento; Sostieni, non proteggere; Negoziare i dettagli del piano d'azione; Conclusioni; Riassumendo)

La scuola

(Contrapposizione genitori-insegnanti: uno dei flagelli della nostra epoca; Genitori e insegnanti: un'alleanza necessaria; Cura vigile e sostegno; Difficoltà a prepararsi per andare a scuola; Bullismo; L'assenteismo scolastico; Conclusioni; Riassumendo)

Yaron Sela, Merav Zach, Uso degli schermi

(Supervisione dell'uso di Internet; I pericoli di Internet: una guida rapida per i genitori; Accordo genitore-figlio sull'uso sicuro del computer; Trascurare il mondo reale perché assorbiti nel mondo virtuale; Porre fine alle abitudini dannose nell'uso del computer; Conclusioni; Riassumendo)

Epilogo. I pericoli e la nostra visione di come vadano affrontati

Contatti e approfondimenti