

## Figli in vacanza da soli: come scegliere il meglio?

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica H. San Raffaele Resnati, Milano

Come scegliere il meglio per le vacanze dei figli? Perché siano non solo svago, ma anche stimolo, confronto, divertimento, nel senso etimologico di fare esperienze diverse dall'abituale? Perché siano un'occasione di crescita e conoscenza di sé e del mondo? La vacanza da soli può essere un modo stimolantissimo di vivere il tempo dell'estate. Anche perché può costituire un progressivo allenamento per fare poi all'estero un intero anno scolastico: per esempio il quarto delle superiori, senza perdere l'anno, anzi arricchendosi di un'esperienza formidabile.

Molti genitori vorrebbero dare quest'opportunità ai propri figli: ma come farlo in sicurezza, in luoghi, tempi e modalità adeguati all'età e alla maturità del bambino o dell'adolescente, con adulti davvero affidabili? Innanzitutto, è importante non imporre, ma sentire se il figlio è interessato a provare un'esperienza nuova. Per i piccoli dai sette anni in su è essenziale che siano sereni, emotivamente solidi, con un buon rapporto con i genitori e capaci di vivere brevi separazioni, al massimo una settimana, come un bellissimo gioco. Quando sono piccoli, non è necessario andare lontani da casa, anzi, ma vivere un'esperienza diversa, con altri bambini e adulti. Per i bimbi di città, sperimentare la vita in una cascina o in un agriturismo è divertente e formativo. Per i bambini che vivono in campagna, è istruttivo conoscere la vita della città o della montagna. Perché l'esperienza sia costruttiva, è indispensabile la gradualità nella durata degli allontanamenti da casa, nella distanza, nella diversità olfattiva degli ambienti, nel tipo di adulti su cui il bambino può contare e che si prenderanno cura di lui o di lei. Per gli adolescenti, è cardinale un monitoraggio di qualità, sia di come sta il ragazzo, sia della famiglia in cui va ad abitare.

Per i lettori interessati, che desiderano associazioni e interlocutori di assoluta affidabilità, ho due indicazioni da suggerire, perché ho avuto modo di conoscere alcune delle persone responsabili e i metodi di lavoro. Dai 7 anni in su, può essere molto stimolante un'eco-vacanza, affidandosi al WWF. Si può scegliere il campo estivo più adatto a seconda dell'età (7-11, elementari; 11-14, medie; 15-17 anni, superiori) e del tipo di interessi del bambino o dell'adolescente: per sperimentare ambienti, mondi e rapporti diversi, senza la continua mediazione dei genitori. Per mettersi alla prova e aumentare fiducia in se stessi e autostima, per scoprire interessi e passioni che aspettavano ancora di essere messi in luce, per appassionarsi a sport, musica, ecologia, storia, per entusiasinarsi di un modo diverso dall'abituale di guardare alla vita e al mondo. Piano piano, per piccoli distacchi progressivi, si acquisisce autonomia, elasticità mentale, aperture verso modi e stili di vita diversi dal consueto.

Per i ragazzi che desiderino fare poi da alcune settimane a un anno di studio all'estero (esperienza che raccomando vivamente!) il miglior interlocutore italiano è Intercultura ([www.intercultura.it](http://www.intercultura.it)), un'associazione di volontariato con oltre 50 anni di esperienza nel settore. Dicono a Intercultura: «Il problema, per un adolescente, non è diventare adulto: tutti ci riescono. La sfida è diventare uomini e donne. C'è chi cresce rimanendo attaccato alla visione del mondo abituale: la ritiene l'unica buona e la difende con aggressività. C'è chi cerca di guardare il mondo negli occhi. Intercultura elabora programmi di studio all'estero: imparare le lingue, per entrare nel vivo di culture diverse; conoscere la storia moderna come i ragazzi francesi, la fisica

come gli studenti cinesi, l'arte che viene insegnata nelle scuole russe o finlandesi, la geografia in Australia... Intercultura seleziona studenti in grado di "nuotare" in un mare più vasto di quello familiare; studia la collocazione nella famiglia ospitante e nella scuola pubblica. Se il giovane raccoglie la sfida ha fatto un gran passo avanti: nel crescere, nel diventare uomo...».

Ho viaggiato molto, al di fuori della famiglia, fin da piccola. Mi piaceva tantissimo. E se sono amica del mondo, lo devo anche a questo. Gentili lettori, pensateci: che regalo per i vostri figli!