



UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI PADOVA

**Dipartimento di Filosofia, Sociologia, Pedagogia e
Psicologia applicata - FISPPA**

Corso di laurea triennale in Scienze psicologiche, sociali e del lavoro

Tesi di laurea Triennale

**Genitori Elicottero:
l'impatto dell'iper-genitorialità sullo sviluppo dei figli.**

**Helicopter Parents:
the impact of hyper-parenting on children's development.**

**Relatrice
Prof.ssa Sara Santilli**

Laureanda: Fogarolo Camilla

Matricola: 2055049

Anno Accademico 2023/2024

INDICE

Introduzione.....	4
Capitolo 1 - Genitorialità ed iper-genitorialità.....	6
1.1. Cosa significa diventare genitori?.....	6
1.2. “Genitorialità” e le qualità essenziali per essere un “buon genitore”.....	8
1.2.1. La competenza genitoriale.....	9
1.3. Gli stili genitoriali.....	11
1.4. Un nuovo stile genitoriale: “i genitori elicottero”.....	15
1.4.1. Differenza tra iper-genitorialità e genitori iper-protettivi.....	19
Capitolo 2 - Conseguenze dell’iper-genitorialità.....	21
2.1. La Teoria dei Bisogni di Maslow.....	22
2.1.1. Conseguenze dell’iper-genitorialità in relazione alla Teoria dei Bisogni di Maslow.....	23
2.2. La Teoria dell’Autodeterminazione di Deci e Ryan.....	24
2.2.1. Conseguenze dell’iper-genitorialità in relazione alla Teoria dell’Autodeterminazione di Deci e Ryan.....	26
2.3. La Teoria dell’Attaccamento di Bowlby.....	28
2.3.1. Conseguenze dell’iper-genitorialità in relazione alla Teoria dell’Attaccamento di Bowlby.....	30
2.4. Impatto generale e conseguenze.....	32
2.4.1. Ripercussioni sul piano lavorativo.....	34
Capitolo 3 - Soluzioni per contrastare l’iper-genitorialità.....	37
3.1. Proposte d’intervento.....	37
3.1.1. Promuovere l’autonomia.....	40
3.1.2. Rafforzare le competenze sociali.....	42
3.1.3. Aumentare la resilienza.....	44
3.1.4. Educare alla genitorialità positiva.....	45
3.1.5. Ridurre l’ansia genitoriale.....	46

3.2. Osservare per comprendere i genitori “elicottero”.....	48
3.3. Conclusioni.....	49
Bibliografia.....	50

Introduzione:

In questo elaborato, chi scrive, intende porre l'attenzione in una particolare ma concreta e consistente sfumatura della genitorialità, definita in letteratura come "iper-genitorialità". Essa può essere vissuta attivamente da parte di tutti i membri coinvolti, quali figli e genitori, come un momento dalle ricadute e dalle conseguenze bipolari, ricco, cioè, di cambiamenti repentini e pieno di opportunità di ridefinizione personale. Sebbene questa trasformazione possa, in apparenza, tendere verso una riorganizzazione positiva ed appagante sia per chi la esercita, sia per chi la subisce, non si intende trascurare né sminuire le sfide, le problematicità e le ricadute quotidiane che possono emergere, sulle quali, invece, mi soffermerò maggiormente.

È doveroso, però, sottolineare sin da subito come diventare genitori ed, a sua volta, essere figli, sia un'esperienza ricca di emozioni contrastanti e profonde che influenzano inevitabilmente tutte le parti coinvolte in modo quasi permanente, ed in cui le percezioni, le credenze e gli obiettivi che ci si pone in questo percorso lungo tutta una vita, guidano il proprio comportamento ed influenzino profondamente la qualità delle proprie relazioni. Durante la genitorialità, infatti, possono instaurarsi numerose dinamiche e situazioni uniche nel proprio genere che possono rendere più difficile il mantenimento di un corretto equilibrio emotivo, psicologico e relazionale, influenzando la propria comprensione di sé stessi e degli altri e, soprattutto, la propria capacità di empatizzare con il prossimo e di rispondere in modo appropriato ai suoi bisogni.

In questo lavoro verrà in primo luogo delineato in tutta la sua complessità ed interezza il concetto di genitorialità e di iper-genitorialità, intesa come una specifica modalità di essere genitori. Essa, per alcuni aspetti, si trova in netto contrasto con le abilità necessarie per assolvere al compito di caregivers competenti ed, al contempo, racchiude su di essa diverse accezioni e caratteristiche proprie di molteplici stili genitoriali che verranno, poi, approfonditi. Successivamente, si vuole concentrare l'attenzione sulle ripercussioni che comporta questo particolare modo di vivere e di applicare la genitorialità, che provoca numerose e tangibili conseguenze sia ai genitori sia,

ed in particolare modo, ai figli. Questi ultimi, infatti, sono coloro che, tra le parti coinvolte, subiscono e risentono maggiormente degli effetti negativi di questa pratica educativa la quale, a lungo andare, può creare danni irreversibili e controproducenti per il bambino, prima, e per il futuro adulto emergente, poi. Infine si cercherà di dare al lettore alcune possibili soluzioni per poter aiutare la famiglia a correggere e superare tutte quelle peculiarità tipiche dell'iper-genitorialità che non sono funzionali per promuovere un sano sviluppo di tutte le parti coinvolte all'interno di quel nucleo familiare.

CAPITOLO 1

Genitorialità ed iper-genitorialità.

In letteratura, si possono distinguere diverse tipologie di stili educativi in base al comportamento attuato dai genitori con i propri figli. Questi diversi approcci genitoriali possono essere suddivisi, in base alle loro caratteristiche, in "funzionali", ovvero, contraddistinti da un metodo educativo equilibrato e responsabile ed in "disfunzionali", ovvero caratterizzati da un sistema che non favorisce un sano sviluppo del bambino. Tra gli stili genitoriali disfunzionali si trova l'iper-genitorialità, la quale, si compone di dinamiche parentali iper-protettive, come ad esempio la paura del fallimento dei propri figli, e dominanti, come ad esempio un coinvolgimento ed un controllo eccessivo, che limitano la crescita e lo sviluppo indipendente dei bambini.

Per poter avere una visione completa su questo singolare comportamento educativo, si ritiene necessario, prima, però, parlare di genitorialità nel suo complesso. Essa, difatti, può essere considerata come un termine "ombrello" sotto il quale vengono racchiusi importanti ed essenziali dimensioni e fondamentali, utili per un'ottimale comprensione del fenomeno dell'iper-genitorialità, essendo, quest'ultima, una sfumatura importante della genitorialità stessa.

1.1. Cosa significa diventare genitori?

Il ruolo, la responsabilità ed il compito di essere di essere genitore è il risultato di una combinazione di numerosi elementi in interazione reciproca fra di loro. Tra questi, si trovano, ad esempio, la percezione personale che un individuo ha di sé nel momento in cui diventa genitore; l'insieme delle credenze comuni assunte per valide e fatte proprie riguardanti le pratiche educative; la propria esperienza individuale e soggettiva che il caregiver ha vissuto fino a quel momento e l'influenza sociale e culturale data dall'ambiente in cui egli vive. L'essere genitore, perciò, non è una funzione che l'essere umano assolve solamente a partire dal momento in cui nasce il proprio figlio, piuttosto, deve essere visto come un processo dinamico che si costruisce a partire dalla nascita della stessa futura figura genitoriale e che continua a modificarsi

durante tutto l'arco della propria vita. Questa costruzione, avviene attraverso diversi ingredienti come, ad esempio, la propria narrazione personale sul mondo, l'esperienza (sia propria del futuro soggetto genitoriale, che altrui), le credenze comuni, i miti e gli stereotipi. Oltre a questi aspetti, la futura figura di riferimento, assembla, con il tempo, il suo soggettivo stile educativo attraverso le aspettative ed i modelli sociali presenti nel contesto in cui cresce, riguardo tutto ciò che costituisce il "buon genitore", ovvero, i comportamenti e le norme socialmente e culturalmente accettabili, che, a loro volta, concorrono alla transizione verso la genitorialità dell'individuo. Va sempre ricordato, quindi, che il coinvolgimento dei genitori è un concetto multiforme che si sviluppa non solo all'interno del contesto familiare, ma, come sopra accennato, è notevolmente influenzato anche dalle dinamiche culturali circostanti. Questo contesto culturale, con le sue tradizioni, valori e aspettative, esercita un impatto significativo sull'idoneità e sull'utilità dei diversi stili genitoriali, perciò, le pratiche educative che possono essere efficaci in un contesto culturale potrebbero non essere altrettanto adatte in un altro contesto (Goodnow & Collins, 1990). Un approccio, ad esempio, più autoritario potrebbe essere considerato accettabile in alcune culture dove l'obbedienza e il rispetto per l'autorità sono fortemente valorizzati, mentre, in altre culture potrebbe essere preferito uno stile più collaborativo e partecipativo. Inoltre, le risorse disponibili, le strutture sociali ed il livello di supporto comunitario possono variare notevolmente da una cultura all'altra, influenzando la capacità dei genitori di adottare determinati stili educativi (Goodnow & Collins, 1990).

Proprio per quanto detto in precedenza, essere genitori capaci, non può mai essere definito a priori ed in modo universale. Ogni genitore, difatti, stabilisce un legame unico con il proprio figlio, plasmato non solo dal proprio senso di identità e significato personale, come evidenziato da Guidano nel 1992, ma anche dai bisogni e dalle caratteristiche peculiari del bambino, dal legame di attaccamento che si forma sin dai primi momenti di vita dell'infante (e di cui si parlerà in seguito), e dalle caratteristiche del contesto in cui la famiglia è inserita.

Essere genitori, inoltre, conserva un'importanza fondamentale non solo per il caregiver in sé, che percorre questo percorso travagliato e ricco di gioie ed insicurezze plasmando costantemente la sua personalità; ma anche per il figlio stesso, in quanto, per lui, il legame con i genitori conserva le stesse caratteristiche fondamentali nel processo di formazione del suo senso di sé e della sua personalità, accompagnandolo lungo tutto il suo percorso di sviluppo fino all'età adulta. La crescita del figlio, quindi, è profondamente influenzata e performata, in tutti i suoi aspetti, dalla qualità delle cure genitoriali, dove, una presenza amorevole, competente e rispettosa; insieme ad un ambiente favorevole e positivo, contribuiscono al suo corretto sviluppo personale.

1.2. “Genitorialità” e le qualità essenziali per essere un “buon genitore”.

La genitorialità, ossia il fondamentale passaggio in cui si diventa genitori, non coincide, come già detto prima, solamente con l'evento della nascita; ma è il risultato di un lungo processo di elaborazione delle relazioni con sé stessi e con gli altri, che porta ad una ridefinizione dell'equilibrio sia nella coppia, se ne esiste una, sia nella propria quotidianità individuale. Questa ridefinizione, infatti, conduce alla creazione di un nuovo equilibrio che, a sua volta, può favorire e promuovere una relazione armoniosa tra il caregiver ed il bambino, accompagnando, quest'ultimo, in un futuro sviluppo positivo. Al contrario, vi è l'eventualità, che essa possa generare un senso di disagio psicologico, che, solitamente, si riflette e si manifesta attraverso delle interazioni turbate tra i genitori o tramite un forte senso di sconvolgimento nella routine quotidiana del caregiver. Questa radicale perturbazione, può condurre all'attuazione di comportamenti disfunzionali e dannosi da parte dei genitori, i quali provocano una notevole sofferenza al bambino.

La capacità di fornire cure genitoriali adeguate è, perciò, più strettamente correlata alle capacità cognitive, affettive e relazionali dell'individuo piuttosto che all'istinto, e richiede, difatti, una riorganizzazione ed una rinegoziazione del proprio senso di sé, del rapporto di coppia e del ruolo genitoriale stesso.

Secondo Erikson, si può affermare che la genitorialità possa essere rappresentata dalla caratteristica della generatività, ovvero la capacità delle figure genitoriali di prendersi responsabilmente cura del bambino che hanno generato. Il genitore, al di là del legame biologico, si identifica come figura genitoriale grazie all'esercizio del parenting, ossia una competenza che comprende una serie di azioni volte a proteggere il bambino ed a favorirne lo sviluppo. La genitorialità, quindi, si manifesta attraverso la capacità di adottare comportamenti mirati a nutrire, accudire, proteggere, mostrare affetto, fornire supporto, educare, e promuovere l'autonomia e l'indipendenza dei propri figli (Patrizi et al, 2010). Questo processo è plasmato da una vasta gamma di fattori, che spaziano dalle caratteristiche di personalità soggettive e proprie del genitore, quali, ad esempio, la flessibilità, la capacità di adattamento e la disponibilità emotiva, alla qualità del legame di coppia, agli schemi relazionali, ai cicli interpersonali nella dinamica genitore-bambino, alle peculiarità individuali e personali dell'infante ed agli stimoli, incentivi o deprivazioni provenienti dall'ambiente e dalla cultura circostante al nucleo familiare (Patrizi et al., 2010). Dunque, prendersi cura di una persona completamente dipendente dagli altri e che non è capace di sopravvivere autonomamente, è un compito molto complesso ed intricato, poiché richiede, tra le altre cose, il continuo perseguimento di un equilibrio adeguato tra lo stadio di sviluppo del bambino con le sue esigenze e l'ambiente sociale e culturale circostante con le sue risorse disponibili (Eccles et al., 1993; Greco & Maniglio, 2009). Ecco perché, si può affermare che un buon genitore sia colui che è in possesso di spiccate competenze genitoriali che sono differenti da genitore a genitore, da figlio a figlio e tra i diversi ambienti.

1.2.1. La competenza genitoriale.

Quando si parla di genitorialità non si può non citare, seppur brevemente, il costrutto di "competenza genitoriale", skill che viene sviluppata nel corso del tempo attraverso l'interazione di parametri individuali, cognitivi, emotivi e relazionali, i quali influenzano il modo in cui il genitore si prende cura del bambino. Il costrutto di "competenza genitoriale" si è sviluppato grazie al

contributo di numerosi studiosi e professionisti appartenenti ad ambiti disciplinari diversificati tra loro e con radici storiche che risalgono a diversi rami di studio, come la psicologia dello sviluppo, la psicologia clinica e la pedagogia. Questo termine si riferisce all'insieme di comportamenti che consentono al genitore di mantenere una relazione caratterizzata da protezione e sostegno sufficienti per favorire la crescita e lo sviluppo del proprio figlio (Patrizi et al, 2010). Greco e Maniglio nel 2009, descrivono il genitore come colui che si trova ad incarnare un proposito intrinseco, delineato dalla natura e dalla società, che consiste nel prendersi cura del proprio figlio, attraverso comportamenti di protezione, educativi, supportivi e promotori di autonomia ed indipendenza (Greco & Maniglio, 2009). Per perseguire efficacemente questo obiettivo, il genitore sviluppa una formulazione personale ed autonoma di sotto-scopi interni che si adattano alle circostanze contingenti, ovvero, a tutte quelle condizioni specifiche e mutevoli che caratterizzano il contesto in cui si trovano il genitore ed il bambino (come, ad esempio, l'età, le sue esigenze e caratteristiche individuali, le risorse disponibili nella famiglia e nell'ambiente circostante, nonché eventuali situazioni impreviste che possono influenzare il modo in cui il genitore interagisce con il bambino). Ed è proprio dall'unione di questi, sopra citati, sotto-scopi che, secondo gli autori, si forma la competenza genitoriale, la quale gode di diverse caratteristiche:

- è concreta poiché è legata ad un genitore e ad un figlio specifico, oltreché al contesto particolare in cui si trovano;
- è composita in quanto coinvolge sia le abilità personali del genitore che le risorse ambientali disponibili, tutte orientate a soddisfare i bisogni e le necessità specifiche del bambino;
- è dinamica in quanto si evolve attraverso un processo continuo di interazione all'interno di condizioni mutevoli, come lo sviluppo del bambino e le circostanze familiari;
- è stimabile poiché può essere valutata sia in termini qualitativi che quantitativi, consentendo di comprendere sia la qualità che la quantità degli interventi genitoriali e la loro efficacia nel favorire lo sviluppo del bambino.

Quando si chiamano in causa, quindi, le capacità genitoriali, si deve tenere bene a mente sia la disponibilità dei genitori, o della figura di riferimento, a fornire una costante vicinanza fisica al proprio figlio che consenta di garantirgli il sostegno atto a soddisfare i suoi bisogni materiali, sia la capacità di costruire, approfondire e mantenere un legame emotivamente significativo, caldo ed affettuoso, che costituisca una base sicura in ogni fase dello sviluppo del bambino (Greco & Maniglio, 2009). Pertanto, l'idoneità genitoriale è definita in base ai bisogni ed alle necessità dei figli, ai quali i genitori risponderanno attivando le proprie qualità e caratteristiche personali al fine di favorire il loro sviluppo psicologico, affettivo, sociale e fisico.

È essenziale, quindi, considerare il fatto che, durante l'interazione con le caratteristiche e le aspettative dei genitori, il bambino, anch'esso con le sue peculiarità individuali uniche ed i suoi bisogni (Stern, 1985), contribuisce in modo significativo a modellare l'espressione delle funzioni genitoriali e le dinamiche specifiche di questa relazione. Perciò, si può affermare che "il bambino partecipa alla creazione del proprio genitore" (Stern, 1985).

1.3. Gli stili genitoriali.

Per spiegare al meglio il fenomeno dell'iper-genitorialità è necessario, prima, approfondire il tema, oltre che della genitorialità in sé e di ciò che la definisce, degli stili educativi, ovvero, gli approcci, le pratiche e le modalità ricorrenti che i genitori adottano nell'educazione dei loro figli. Queste modalità educative riflettono le credenze, le attitudini e le aspettative dei genitori nei confronti di numerose tematiche e ambiti quali, per citarne alcuni, la disciplina, l'affetto, la comunicazione e l'indipendenza dei figli.

A partire dal 1967, Baumrind, ha elaborato tre stili genitoriali differenti quali quello autoritario (authoritarian), autorevole (authoritative) e permissivo (permissive), attingendo e prendendo spunto dai concetti cardini della teoria dei tre stili di leadership di Lewin del 1939, che includeva, per l'appunto, lo stile autoritario, quello democratico e quello definito laissez-faire (Lewin et al., 1939). La definizione di questi stili si basa sui comportamenti adottati dai genitori nei confronti dei loro figli, concentrandosi in particolar modo su due dimensioni: la

richiestività (demandingness) e la responsività (responsiveness) da cui nascono atteggiamenti educativi più o meno ricorrenti e specifici dei tre stili. La prima, viene definita come la capacità del caregiver di imporre dei limiti, ovvero, si riferisce alle aspettative che i genitori pongono sui loro figli attraverso il controllo, il potere e la supervisione (Baumrind, 1971). Al contrario, la responsività, è rappresentata dal modo in cui i genitori soddisfano e agiscono per rispondere al meglio ai bisogni dei loro bambini, mostrando e dando loro “calore, supporto e accettazione” (Baumrind, 1991). Gli stili genitoriali educativi si distinguono, quindi, in base al livello di integrazione tra richiestività e responsività: lo stile autoritario è caratterizzato da un’elevata richiestività ed una bassa responsività; quello autorevole si contraddistingue per una richiestività ed una responsività adeguate; infine, lo stile permissivo è caratterizzato da una bassa richiestività ed una alta responsività (Baumrind, 1971). Volendo approfondirli brevemente, si può notare come lo stile autoritario si distingua dagli altri due per le numerose richieste di comportamento maturo da parte dei genitori rivolte ai propri figli, accompagnate da una scarsa o quasi del tutto assente partecipazione comunicativa quando si tratta di spiegare loro il motivo di certe pretese (Baumrind, 1991). I genitori che adottano uno stile permissivo, invece, sono soliti reclamare poche dimostrazioni di comportamento maturo da parte dei loro bambini, poiché vedono il loro ruolo come un sostegno ed un supporto alla crescita dei figli, che non richiede, quindi, lo sviluppo di un senso diretto di responsabilità (Baumrind, 1991). Al contrario, lo stile autorevole da vita ad un’atmosfera familiare democratica, in cui la partecipazione al dialogo è l’elemento fondamentale per quanto riguarda la presa decisionale del figlio (Baumrind, 1991).

Riprendendo questa classificazione, Maccoby e Martin (1983) introducono un quarto stile genitoriale basato sulla dimensione del controllo e del sostegno (coinvolgimento) parentale: lo stile negligente, in letteratura noto anche come trascurante. L’introduzione di queste due nuove caratteristiche amplia la comprensione dei quattro tipi di comportamenti genitoriali, rafforzando il quadro delineato dalle dimensioni di responsività e richiestività proposte da Baumrind. Secondo il modello di Maccoby e Martin, ogni stile di genitorialità è

caratterizzato da un diverso equilibrio tra sostegno e controllo. Lo stile autoritario si distingue per un sostegno basso ed un controllo alto, mentre lo stile autorevole si contraddistingue per un sostegno alto ed un controllo altrettanto elevato. Il modello permissivo è caratterizzato da un sostegno alto ed un controllo basso, mentre lo stile negligente o trascurante presenta un basso livello sia di sostegno che di controllo.(Maccoby & Martin, 1983).

Secondo Barber “il controllo genitoriale si riflette direttamente sulla dimensione comportamentale e psicologica del bambino”, e si manifesta quando il caregiver cerca di sorvegliare, supervisionare e gestire le attività dei propri figli attraverso l'imposizione esagerata di norme, direttive e limiti, per regolarne e guidarne le attività e, questo, può avere un impatto sfavorevole sul loro benessere sociale e psicologico (Barber, 1996). L'autore, infatti, definisce il genitore autoritario come colui che assume un ruolo caratterizzato e contraddistinto da una rigida e ferrea disciplina ed un controllo diretto, spesso ricorrendo a numerose punizioni, trascurando completamente l'importanza dell'aspetto affettivo per il bambino (Barber, 1996). Al contrario, invece, il genitore permissivo dimostra noncuranza ed indifferenza nei confronti delle regole e del comportamento del bambino (Barber, 1996). A seconda che il genitore assuma un comportamento autoritario o permissivo, l'infante, quindi, sarà soggetto a subire determinate conseguenze piuttosto che altre, le quali, si radicheranno e si manifesteranno in lui sotto forma di disagio psicologico che lo accompagnerà per tutto il suo percorso di crescita fino a quando diventerà adulto (Barber, 1996). La figura di riferimento che assume un comportamento genitoriale autorevole, invece, sembrerebbe adottare il miglior approccio educativo tra quelli possibili, in quanto, egli, è visto come colui che si impegna affinché il bambino rispetti determinati standard comportamentali, sempre incoraggiandolo, però, all'autonomia ed allo sviluppo del pensiero critico (Barber, 1996). I genitori che attuano stili educativi autorevoli, inoltre, si distinguono da chi mette in pratica altre modalità genitoriali, perché mostrano apertura ed interesse nell'ascoltare ed, ove possibile, nel soddisfare le richieste ed i bisogni dei loro figli, creando così un ambiente familiare caratterizzato da una comunicazione aperta e serena. Pur mantenendo chiari i ruoli di ognuno all'interno della famiglia, i caregivers

autorevoli, riescono, inoltre, a favorire un equilibrio di potere nella vita dei propri figli, evitando di esercitare, quindi, un controllo eccessivo all'interno di esso (Barber, 1996). A supporto dell'opinione di Barber, molti illustri autori esposero le loro idee in merito, affermando che il modello genitoriale autorevole sia l'approccio educativo più efficace per il corretto sviluppo del bambino (Baumrind, 1971). Numerose ricerche, difatti, evidenziano come i figli di genitori autorevoli, manifestino livelli superiori di benessere psicologico, autonomia, autostima e successo scolastico rispetto a quelli provenienti da famiglie che adottano pratiche educative autoritarie o permissive (Baumrind, 1971). Si può affermare, quindi, che lo stile genitoriale autorevole favorisca nei bambini lo sviluppo di competenze superiori, come la promozione dell'autonomia nel perseguimento dei loro obiettivi (Steinberg et al., 1992), l'implementazione di una maggiore autosufficienza ed una spiccata capacità di autoregolamentazione (Grolnick & Ryan, 1989), che, altrimenti, non verrebbero incrementate.

È importante riconoscere che le concezioni e gli approcci educativi sono mutevoli nel tempo e nello spazio sociale, e che, soprattutto al giorno d'oggi, non esistono più concezioni univoche sull'educazione dei figli. Tendendo in considerazione quanto appena affermato, rimane comunque importante parlare di stili genitoriali perché, essi, influiscono significativamente sullo sviluppo cognitivo, emotivo, sociale e comportamentale dei bambini. I genitori, quindi, attraverso il loro modo di interagire con i figli e di fornire loro supporto emotivo, creano un ambiente che può favorire od ostacolare la loro crescita ed il loro benessere. Uno stile genitoriale ben bilanciato ed equilibrato, caldo, affettuoso e coerente, può promuovere un attaccamento sicuro, una sana autostima ed una buona capacità di regolazione emotiva nei bambini. D'altra parte, uno stile genitoriale autoritario, permissivo o negligente può portare a conseguenze negative per l'infante, come bassa autostima, problemi comportamentali, difficoltà di relazione e disturbi emotivi. Lo stile genitoriale, inoltre, può influenzare il rendimento scolastico, la capacità di risolvere i problemi e la formazione di relazioni sociali significative. Pertanto, creare un ambiente

familiare positivo e supportivo attraverso uno stile genitoriale adeguato è essenziale per il sano sviluppo ed il benessere complessivo dei bambini.

1.4. Un nuovo stile genitoriale: i genitori “elicottero”.

Quanto appena spiegato porta ad affermare con certezza che una delle funzioni fondamentali delle figure di riferimento è quella di garantire la sicurezza ed il miglior sviluppo possibile dei propri figli, specialmente da quando vengono al mondo fino al periodo in cui il bambino entra nella prima adolescenza (Power & Hill, 2008). L'attenzione ed il coinvolgimento dei genitori, dunque, rivestono un ruolo cruciale per il corretto sviluppo sociale, cognitivo ed emotivo dei propri figli. Come visto precedentemente, la pertinenza del modello educativo adottato dal caregiver, è determinata da numerosi fattori tra cui il contesto e lo stadio di sviluppo del bambino, quindi, con il passare del tempo e con la crescita di quest'ultimo, i livelli di protezione e di controllo esercitati dai genitori dovrebbero gradualmente diminuire, in parallelo alla riduzione dell'incapacità e dell'immatùrità dei figli. In altre parole, “il coinvolgimento e l'affetto dei genitori dovrebbero essere proporzionati alle capacità dell'infante ed ai reali pericoli ambientali presenti” (Thomasgard & Metz, 1993; Wolf et al., 2009; Locke et al., 2012).

“Quando il coinvolgimento dei genitori supera, però, i rischi ambientali e/o le vulnerabilità individuali del bambino (ad esempio soggetto a problemi di disabilità fisica o cognitiva), si verifica un eccesso di genitorialità” (Ungar, 2009) anche definita come iper-genitorialità, genitorialità intensiva, genitorialità “elicottero” od overparenting (OP) (Segrin et al., 2012).

La nomenclatura di genitori “elicottero” fu introdotta per la prima volta nel 1969 da Haim Ginnott, nel suo libro “Between Parent & Teenager”; dove scrisse: “mia madre si librava su di me come un elicottero” per descrivere le dinamiche di soffocamento e di iper-protezione attuate nei suoi confronti dai suoi genitori ed, in particolar modo, dalla sua figura materna.

Questo fenomeno, sempre più diffuso, si manifesta attraverso almeno tre dimensioni educative, ciascuna tipica di uno stile genitoriale differente, elencato nel paragrafo 1.3: un elevato grado di calore emotivo (di cui si caratterizza lo

stile autorevole), un eccessivo controllo (tipico dello stile autoritario) ed un sostegno limitato all'autonomia (caratteristica principale dello stile negligente) (Padilla-Walker & Nelson, 2012).

Malgrado, infatti, non sia stato possibile dare una definizione accurata e che metta tutti d'accordo sull'eccesso di genitorialità (Locke et al., 2012), sono presenti, in essa, molteplici peculiarità ricorrenti e facilmente riconoscibili. Innanzitutto, l'iper-genitorialità, si manifesta attraverso "alti livelli di intrusione da parte della figura di riferimento, nella rimozione degli ostacoli ed in un incoraggiamento alla dipendenza dai genitori che non è adatta" all'età dell'infante (Segrin et al., 2012). In secondo luogo, stando alla descrizione di Ungar (2009), l'OP si manifesta attraverso una smisurata apprensione dei genitori nei confronti dei propri figli, congiunta ad una scarsa accondiscendenza, entrambe inconciliabili con la "sicurezza dell'ambiente circostante o con la maturità del bambino" (Ungar, 2009). Come terzo elemento distintivo si nota come i genitori "elicottero" tendano a pretendere dal bambino un numero quantitativo di traguardi e di successi (Locke et al., 2012) che, spesso, comprendono un controllo minuzioso, dettagliato e preciso sul figlio, per imporgli cosa dovrebbe pensare, come dovrebbe agire e come dovrebbe sentirsi (Cooper-Vince et al., 2014). Affinché le direttive imposte vengano ascoltate, i genitori, incombono, quindi, sui bambini, una sorta di "monitoraggio che include variazioni nel controllo comportamentale e/o psicologico". A livello comportamentale il caregiver compie un'organizzazione sistematica e precisa della routine quotidiana del figlio, dove il minimo cambiamento lo riempie di timori e paure. Il controllo a livello psicologico, invece, viene esercitato tramite l'influenza dei pensieri, dei sentimenti e delle emozioni che il bambino nutre verso i genitori, ad esempio attraverso l'induzione di sensi di colpa, manifestazioni di vergogna, comportamenti possessivi o ritiro dell'affetto (Barber, 1996).

Perciò, i genitori "elicottero", sono una tipologia di caregivers che dimostrano un'esagerata preoccupazione ed un coinvolgimento eccessivo nei confronti della vita dei propri figli, adottando modalità educative di interferenza e di controllo, che non promuovono l'autonomia e la responsabilizzazione. L'iper-

genitorialità è, infatti, caratterizzata da caregivers iperprotettivi ed iper-presenti che si immischiano eccessivamente nella vita dei propri figli, con lo scopo di semplificare al massimo la loro esistenza e di eliminare ogni sforzo e sfida che si trovino ad affrontare, fondendosi, così, con i loro bisogni e desideri (che cercano sempre di soddisfare), creando intorno a loro una sorta di area sicura e protetta. Essi, infatti, si impegnano costantemente per risolvere tutte le possibili problematiche e difficoltà dei loro figli e si impuntano nel voler prendere, al posto del bambino, ogni decisione, anche la più insignificante (Levine, 2012). In pratica, sembra che questi genitori volino continuamente sopra i loro figli, stando sempre in agguato per poter prontamente intervenire a favore di questi ultimi, al minimo segnale di "pericolo". Queste figure genitoriali, difatti, si comportano più come amici e confidenti dei propri figli, piuttosto che come loro genitori: svolgono spesso i compiti scolastici al posto loro, si confrontano con gli insegnanti riguardo ai voti assegnati ai loro bambini, discutono il comportamento attuato dai professori con i propri pargoli che quasi sempre reputano ingiusto, criticano le figure sportive di riferimento che promuovono la competitività e li difendono a spada tratta contro chiunque a prescindere dallo sbaglio da loro commesso.

La sociologa statunitense Sharon Hayes viene, da molti, considerata la pioniera di quest'importante tematica, in quanto, per prima, definì ed analizzò il concetto di genitorialità "intensiva" come parte integrante dell'esperienza genitoriale contemporanea. Questo concetto rappresenta, per lei, un ideale regolativo che influenza la percezione e la valutazione della capacità e dell'adeguatezza dei genitori nelle loro relazioni quotidiane con i propri figli e nei servizi dedicati alla famiglia. Con il termine "intensive parenting", Hayes, definiva il concetto del "fare di più di quanto effettivamente servisse fare" nell'ambito dell'accudimento e della crescita dei propri figli che ne sono i protagonisti assoluti. Si tratta di un impegno genitoriale estremamente intenso e faticoso, che richiede un notevole dispendio di energie emotive ed un considerevole investimento, da parte del genitore, di tempo e di risorse sia psicologiche che economiche. Questo modello genitoriale viene adottato soprattutto dalle madri (Hayes, 1996), che sono al centro di una narrazione predominante che definisce

l'"intensive motherhood" come un impegno prolungato, esclusivo, dedicato al neonato e che nasce da una motivazione innata ed intrinseca della madre stessa (Hayes, 1996). Tuttavia, tramite un'attenta esplorazione della letteratura riguardante la paternità ed i "nuovi padri", si può evincere che, in molti casi, il modello intensivo originariamente associato alla maternità, è stato esteso anche alla paternità ed alla genitorialità nel suo complesso (Faircloth et al., 2014). Una delle idee alla base del modello culturale dell'intensive parenting è una visione deterministica del concetto della genitorialità. Secondo questa prospettiva, infatti, le azioni o le omissioni di un genitore, specialmente di una madre, nei confronti del proprio figlio durante l'infanzia, possono avere effetti a lungo termine, potenzialmente irreversibili, per il suo sviluppo, per il suo benessere e per la sua personalità.

Il concetto di "determinismo parentale", quindi, rappresenta un'estremizzazione ed una deformazione di un'idea positiva della genitorialità, la quale sottolinea come le azioni dei genitori, come ogni altra azione umana, generino consuetudini dotate di significato ed, in modo interconnesso con le azioni degli altri, compresi i bambini, portino a conseguenze concrete come nuovi significati, opportunità e apprendimenti.

Da un lato, la consapevolezza di giocare un ruolo così importante tanto da essere in grado di influenzare la propria vita e quella dei propri figli, può portare a sentirsi più competenti e soddisfatti del proprio ruolo genitoriale (Hoover-Dempsey & Sandler, 1997). D'altra parte, però, se il senso di efficacia genitoriale si trasforma in una visione deterministica che, come detto sopra, collega direttamente l'agire genitoriale agli esiti dei propri figli, può sorgere la criticità da parte del caregiver, di provare un'eccessivo senso di responsabilità verso il bambino e, di conseguenza, un'estremo sentimento di auto-colpevolizzazione di sé stesso, per ogni insuccesso o difficoltà del figlio. Ciò, può influenzare negativamente l'esperienza genitoriale nella sua interezza fino a rendere sgradevole ed oppressivo il rapporto tra genitore e figlio, sia da parte del genitore che per il bambino stesso.

Nonostante, difatti, possano sembrare palesi ed evidenti gli svantaggi di questo comportamento; esso, sembra essere privilegiato dall'illusoria convinzione dei

genitori di favorire e rendere più accessibile per i loro figli, la felicità ed il successo (LeMoyne & Buchanan, 2011) proteggendoli dalla realtà; quando, al contrario, procurano loro ingenti danni causati dalla privazione della propria autonomia decisionale e dell'importante esperienza della frustrazione. Sebbene il calore, il supporto emotivo e la soddisfazione, infatti, possano apportare numerosi benefici (Padilla-Walker & Nelson 2012), oltre ad influenzare positivamente il rendimento scolastico (Luebbe et al., 2018), un'eccessiva interferenza e controllo da parte dei genitori sui propri figli, possono arrecare danni alla salute mentale dei giovani (Cui et al., 2018) e ad altre caratteristiche personali (Schiffrin et al., 2019). È essenziale, quindi, che i giovani “trovino un equilibrio tra le loro esigenze individuali ed il bisogno di connessione emotiva dei bambini, durante il processo di differenziazione dall'adolescenza” (Gavazzi et al., 1993).

1.4.1. Differenza tra iper-genitorialità e genitori iper-protettivi.

Per una definizione più nitida sull'intensive parenting, è necessario sottolineare che, nonostante l'OP sia uno stile genitoriale che racchiude su di sé molte accezioni e consuetudini presenti nelle forme parentali esistenti in letteratura, questa pratica educativa sia, in realtà, unica sotto diversi e numerosi aspetti (LeMoyne & Buchanan 2011, Schiffrin et al. 2014, Luebbe et al. 2018). Nel paragrafo precedente, infatti, si è parlato di come l'intensive parenting vada a creare numerose intersezioni con i 4 stili educativi individuati da Maccoby e Martin nel 1983 ed, in particolare, si è notato avere un'importante e consistente somiglianza con una forma di genitorialità esageratamente premurosa (Padilla-Walker & Nelson, 2012) che, spesso, crea confusione tra le due modalità educative. Nonostante le somiglianze con lo stile educativo premuroso, la genitorialità “elicottero” si distingue, da quest'ultima, per due caratteristiche chiave: l'ambiente e la prontezza genitoriale. Per quanto concerne il contesto, lo stile parentale esageratamente premuroso combacia prevalentemente con il periodo della prima infanzia; che va, cioè, dai primi mesi di vita del bambino fino ai suoi cinque anni di età (Rubin et al., 1999; Mark et al., 2002). Spesso, inoltre, essa, si riscontra all'interno di popolazioni cliniche, come ad esempio in bambini

con problemi di ritiro sociale o timidezza (Rubin et al., 1997) ed in contesti dove sono presenti difficoltà emotive o comportamentali come il disturbo d'ansia (Degnan & Fox, 2007). Lo stile educativo OP, invece, è riconosciuto poiché viene adottato, dal caregiver, dall'infanzia fino all'età adulta emergente, quando il bambino si trova, cioè, immerso in contesti lavorativi o accademici (Padilla-Walker & Nelson, 2012; Luebke et al., 2018). È importante notare che, tale approccio, non è limitato esclusivamente a nuclei familiari clinicamente problematici, ma può manifestarsi anche in famiglie considerate funzionali. Per quanto riguarda la reattività, invece, la ricerca suggerisce che le madri eccessivamente premurose potrebbero essere poco sensibili alle richieste di attenzione dei loro figli (Rubin et al., 1997). Al contrario, i genitori "elicottero" dimostrano un'elevata reattività ai bisogni ed alle richieste dei propri bambini, anche quando diventano adulti (Fingerman et al., 2012). Pertanto, anche se, sia i genitori iper-premurosi che quelli "elicottero" agiscono e si attivano immediatamente nei comportamenti dei loro figli, i genitori "elicottero" lo fanno in modo maggiormente caloroso ed affettuoso, rispondendo direttamente ai bisogni del bambino, sia quelli reali che quelli percepiti, per cui "elevati livelli di calore e di sostegno hanno la priorità con i genitori elicottero" (Padilla-Walker & Nelson, 2012).

Si può dire, in definitiva, che l'intensive parenting sia un modello educativo unico nel suo genere in quanto combina in sé la presenza di controllo comportamentale ad alti livelli di calore e sostegno.

CAPITOLO 2

Conseguenze dell'iper-genitorialità.

Per comprendere le diverse e sfaccettate conseguenze dell'iper-genitorialità, è necessario rifarsi ad un ventaglio di molteplici teorie psicologiche che sottolineano l'importanza di alcuni elementi chiave per un sano e corretto sviluppo del bambino; elementi che, spesso, vengono trascurati dai genitori "elicottero" in favore delle loro pratiche genitoriali. In questo capitolo, chi scrive, andrà a definire brevemente tre delle più importanti teorie umanistiche che perseguono, come elemento fondamentale, il benessere psicologico di un individuo. Difatti, questi modelli teorici, offrono una panoramica di quelli che possono essere considerati attributi essenziali per una corretta ed equilibrata crescita personale, evidenziando e proclamando l'importanza dei bisogni fondamentali, delle relazioni interpersonali e del benessere nella motivazione e nello sviluppo umano, suggerendo, come idea portante, che il soddisfacimento di questi bisogni porti a condurre una vita appagante.

In seguito, verranno, poi, descritte, in maniera breve ma dettagliata, le implicazioni negative che l'iper-genitorialità apporta ai diversi postulati delle suddette teorie, di modo tale che risulti comprensibile, fino a che punto ed in che modo, i genitori "elicottero" possano essere nocivi per i propri bambini. Sebbene con le migliori intenzioni, infatti, l'helicopter parenting, rischia di apportare ingenti danni e ripercussioni nella vita dei propri figli, causando numerose problematiche che verranno poi tramandate di ambito in ambito, fino a raggiungere il mondo del lavoro. Difatti, sembra che uno stile genitoriale inadeguato come quello "elicottero", possa comportare il mancato soddisfacimento delle necessità fondamentali individuate dai paradigmi teorici che verranno poi spiegati, causando un ciclo di dipendenza, insicurezza ed insoddisfazione personale che compromette il benessere psicologico e sociale complessivo dei figli. Queste conseguenze, possono, in seguito, manifestarsi nel soggetto attraverso bassa autostima, difficoltà nelle relazioni interpersonali, stress, problemi di salute mentale e limitazioni nella crescita personale e professionale, su cui mi soffermerò di più e con cui il capitolo terminerà.

2.1. La Teoria dei Bisogni di Maslow.

Ideata dallo psicologo umanista Abraham Maslow a cavallo tra gli anni '40 e '50, la "Teoria dei Bisogni di Maslow", individua alcuni bisogni umani essenziali per l'individuo e strutturati secondo una gerarchia, spesso rappresentata come una piramide. In questo postulato l'Autore sottolinea a gran voce l'importante intuizione secondo la quale i bisogni di ordine inferiore devono essere soddisfatti prima che si possano considerare quelli di ordine superiore, per cui, si ritiene necessario leggere la struttura piramidale a partire dalla base per finire con la punta.

L'Autore, in particolare, individua principalmente 5 bisogni essenziali così definiti:

1. **Bisogni fisiologici:** alla base della piramide, questi bisogni rappresentano le necessità più fondamentali per la sopravvivenza umana, come aria, acqua, cibo, sonno, e riparo; e la loro mancata soddisfazione rende impossibile concentrare l'attenzione dell'individuo sui bisogni di livello superiore (Maslow, 1943).
2. **Bisogni di sicurezza:** dopo aver soddisfatto quelli fisiologici, emergono, quindi, i bisogni di sicurezza, che includono la stabilità finanziaria, la salute, la protezione dai pericoli e la sicurezza fisica, che consentono all'individuo di sentirsi protetto e sicuro nel suo ambiente (Maslow, 1943).
3. **Bisogni sociali:** una volta soddisfatte le precedenti necessità, le persone cercano connessioni sociali, appartenenza ed amore, che, a loro volta, comprendono affetto, amicizia, intimità e relazioni sociali che sono cruciali per il benessere emotivo e psicologico dell'individuo (Maslow, 1943).
4. **Bisogni di stima:** raggiunta la soddisfazione, anche, dei bisogni sociali, emergono i bisogni di stima, che includono il rispetto di sé, l'autostima, il riconoscimento e l'apprezzamento da parte degli altri. Le persone, quindi, cercano la realizzazione, il successo, il prestigio, e l'apprezzamento, in quanto, la soddisfazione di questi bisogni, porta ad un senso di fiducia in sé stessi (Maslow, 1943).

5. Bisogni di auto-realizzazione: al vertice della suddetta piramide ci sono i bisogni di auto-realizzazione, che rappresentano il desiderio di realizzare il proprio potenziale e di crescere come individuo e, questo, include, dunque, la crescita personale, l'implemento della creatività e l'auto-sviluppo. La soddisfazione di questi bisogni porta il soggetto a provare un senso di completezza e di auto-realizzazione (Maslow, 1943).

2.1.1. Conseguenze dell'iper-genitorialità in relazione alla Teoria dei Bisogni di Maslow.

I genitori "elicottero", come sottolineato nel capitolo precedente, sono eccessivamente ed esageratamente coinvolti nella vita quotidiana dei loro figli, arrivando a monitorarli costantemente ed intervenendo sfacciatamente in ogni loro scelta. Tale stile genitoriale può, quindi, avere diverse conseguenze negative in relazione allo sviluppo dei bambini, compromettendo la soddisfazione dei loro bisogni, ed, in particolare, rispetto alla teoria di Maslow, esso influisce negativamente sulla soddisfazione dei bisogni fondamentali individuati dall'Autore. Difatti, l'iper-genitorialità, interviene, dapprima, nei bisogni di sicurezza in quanto i genitori "elicottero" tendono a creare un ambiente estremamente sicuro per i loro figli, cercando di proteggerli da qualsiasi potenziale pericolo ed emozione negativa (Gottman, Katz & Hooven, 1996) e, questo atteggiamento, può portare i bambini ad essere eccessivamente dipendenti dai genitori per sentirsi al sicuro, limitando la loro capacità di affrontare situazioni di rischio e di sviluppare un senso di sicurezza personale (Daitch, 2011). L'OP interferisce, inoltre, con i bisogni sociali, in quanto, l'intervento costante dei genitori "elicottero" può limitare le opportunità dei figli di sviluppare relazioni sociali indipendenti e soddisfacenti e, questo, può ostacolare la loro capacità di formare amicizie autentiche e di sviluppare competenze sociali (Dunnewold, 2007; Daitch, 2011; Lythcott-Haims, 2015). L'elicopter parenting danneggia, anche, la soddisfazione dei bisogni di stima. Il rigido controllo dei genitori, difatti, impedisce ai figli di sviluppare autostima ed auto-efficacia, poiché, la mancanza di opportunità per affrontare e superare le sfide in autonomia, può causare, nel soggetto, sentimenti di inadeguatezza e

dipendenza dal caregiver (Lythcott-Haims, 2015). In ultima istanza, l'OP, è nemica, altresì, dei bisogni di auto-realizzazione in cui l'interferenza costante dei genitori può limitare la capacità dei bambini di esplorare i propri interessi, sviluppare la propria creatività e realizzare il proprio potenziale (Montgomery, 2010).

Apparentemente, sembra, quindi, che gli unici bisogni che vengono soddisfatti e non surclassati da uno stile genitoriale "elicottero", siano i bisogni fisiologici che, generalmente, vengono ampiamente assicurati dai genitori fornendo cibo, riparo ed altre necessità di base.

In conclusione, mentre la teoria dei bisogni di Maslow evidenzia l'importanza di soddisfare una serie di bisogni fondamentali per il sano sviluppo psicologico dell'individuo, l'eccessivo controllo e protezione che contraddistinguono i genitori "elicottero", possono ostacolare la capacità dei bambini di soddisfare questi bisogni in modo autonomo, provocando gravi conseguenze a lungo termine sul loro sviluppo emotivo, sociale, personale e sulla propria autonomia.

2.2. La Teoria dell'Autodeterminazione di Deci e Ryan.

La seconda teoria che è necessario considerare è la Teoria dell'Autodeterminazione, anche soprannominata SDT, che è stata sviluppata all'inizio degli anni '80, dagli psicologi Edward Deci e Richard Ryan che si concentrarono principalmente sulla motivazione umana ed, in particolar modo, sulla distinzione tra la motivazione intrinseca ed estrinseca, responsabile di guidare il comportamento delle persone. La SDT sottolinea caldamente l'importanza di soddisfare i bisogni e le esperienze di autonomia, competenza e relazione al fine di promuovere il benessere psicologico e la crescita personale dell'individuo. Le sue applicazioni pratiche sono vastamente riconosciute in diversi campi, dall'educazione al lavoro ed allo sport, rendendola una teoria fondamentale per comprendere e migliorare la motivazione e l'implemento della qualità della vita umana. Per comprendere appieno la sua portata, è importante partire dai tre "bisogni psicologici di base" (Deci & Ryan, 1985) che fungono da fondamenta solide sulle quali, poi, si struttura la suddivisione della motivazione:

1. **Autonomia:** è definito dagli Autori come il bisogno di sentirsi agenti attivi e padroni delle proprie scelte, in quanto, le persone, hanno la necessità di sentirsi libere di agire secondo i propri valori ed interessi. Essa è cruciale per la motivazione intrinseca, poiché, quando le persone percepiscono che le loro azioni sono auto-determinate, sono più coinvolte e soddisfatte in e di quello che fanno (Deci & Ryan, 1985).
2. **Competenza:** descritta da Deci e Ryan come il bisogno dell'individuo di sentirsi efficace e capace di affrontare e padroneggiare le sfide quotidiane ed è necessaria, inoltre, per sviluppare ed utilizzare le proprie abilità. Difatti, la sensazione di competenza aumenta la motivazione e la fiducia in sé stessi, promuovendo il desiderio di continuare a migliorare e crescere (Deci & Ryan, 1985).
3. **Relazione:** secondo i due psicologi, è il bisogno di sentirsi connessi agli altri, di avere relazioni significative e di essere parte di una comunità, affinché il soggetto si senta accettato, apprezzato e possa usufruire del supporto emotivo utile a confermare il senso di appartenenza ed essenziale per il benessere psicologico del singolo (Deci & Ryan, 1985).

L'approfondimento fatto sino ad ora di questa teoria consente di osservare la vera ed indiscussa protagonista di questo modello teorico, ovvero la motivazione, che la SDT distingue in 3 diverse categorie basate sul grado di autodeterminazione:

1. La prima è definita dagli Autori motivazione intrinseca, ed è il tipo di motivazione più autodeterminata e che consiste nel fare qualcosa per il piacere e la soddisfazione che deriva dall'attività stessa (Deci & Ryan, 1985).
2. In seguito si parla di motivazione estrinseca: ovvero fare qualcosa per ottenere una ricompensa esterna o al fine di evitare una punizione (Deci & Ryan, 1985). La SDT classifica questa forma di motivazione in quattro tipi, in base al livello di autodeterminazione:
 - **Regolazione esterna:** ovvero fare qualcosa per evitare punizioni o per ottenere ricompense (Deci & Ryan, 1985).

- Regolazione introiettata: cioè fare qualcosa per evitare il senso di colpa o l'ansia, o, ancora, per ottenere l'approvazione degli altri (Deci & Ryan, 1985).
 - Regolazione identificata: che sussiste nel fare qualcosa perché è visto come importante e significativo, anche se non è intrinsecamente piacevole (Deci & Ryan, 1985).
 - Regolazione integrata: fare qualcosa perché è coerente con i propri valori e bisogni ed è integrato nel senso di sé (Deci & Ryan, 1985).
1. Infine vi è la a-motivazione: definita dagli Autori come assenza di motivazione, condizione peculiare in cui le persone non vedono alcuna ragione per agire (Deci & Ryan, 1985).

2.2.1. Conseguenze dell'iper-genitorialità in relazione alla Teoria dell'Autodeterminazione di Deci e Ryan.

La veloce e rapida panoramica su questa importante prospettiva teorica, consente, ora, di approfondire le conseguenze che uno stile genitoriale disfunzionale, come quello dell'OP, ha sui domini cardini di questa teoria, considerati come essenziali per il benessere dell'essere umano (Deci & Ryan, 1985).

Come si è precedentemente visto, secondo la Teoria dell'Autodeterminazione (in aggiunta a quella dei bisogni di Maslow), l'autonomia rappresenta uno dei tre bisogni fondamentali per lo sviluppo e l'adattamento psicosociale dell'individuo, ed è influenzata dall'ambiente circostante (Deci & Ryan, 2000). L'eccessivo coinvolgimento, controllo ed intervento nelle decisioni dei figli, dei genitori che adottano un stile educativo come quello "elicottero" (Ungar, 2009), limitano le opportunità, per questi ultimi, di sviluppare un senso di autonomia (Grolnick, 2008) e, contemporaneamente, di soddisfare questo bisogno (Okroy, 2016), il che potrebbe poi sfociare in problematiche di tipo emotivo (Inguglia et al., 2015). Questa dinamica genitoriale, infatti, consiste nel sostituire la volontà del bambino con quella propria del caregiver (Ungar, 2009) facendo nascere, nel figlio, la convinzione di essere incapace di prendere le decisioni da solo fin

tanto da renderlo, di conseguenza, dipendente dalle scelte dei genitori. L'helicopter parenting ha, quindi, un impatto significativo sulla riduzione dell'autonomia socialmente intrinseca dei giovani adulti. I bambini in questione, non si sentono liberi di esplorare e di scegliere autonomamente il loro percorso di vita (Deci & Ryan, 1985) relativo a qualsiasi ambito; dallo sport, agli amici fino al loro percorso scolastico e di studi, e, questo comportamento, limita la loro capacità di prendere decisioni responsabili e di agire in modo indipendente, seguendo le proprie preferenze (Schiffirin et al., 2014).

Interessandoci, ora, al secondo dominio, quello della competenza (Deci & Ryan, 1985), si può facilmente osservare come i figli di genitori "elicottero", faticano più di altri nel sentirsi efficaci e capaci nelle proprie attività. L'iper-genitorialità, difatti, si caratterizza e si distingue dagli altri stili educativi, per la presenza di genitori che si impegnano assiduamente e costantemente nel risolvere i problemi dei figli, proteggendoli con minuziosa cura da qualsiasi potenziale insuccesso (Levine, 2012). In questa dinamica disfunzionale i bambini perdono l'opportunità di affrontare nuove sfide e di sviluppare le proprie abilità e, questo, può portare a sviluppare una bassa autostima ed una mancanza di fiducia nelle proprie capacità, necessarie per affrontare le difficoltà in completa autonomia (Levine, 2012).

Il terzo ed ultimo elemento cardine della SDT è il concetto di relazione, che consente all'essere umano di soddisfare il suo bisogno di sentirsi connesso ed accettato dagli altri (Deci & Ryan, 1985) ed, il suo soddisfacimento, sembrerebbe essere limitato dall'OP. Sebbene, difatti, i genitori "elicottero", spesso, agiscano con le migliori intenzioni, il loro eccessivo controllo nella vita dei loro bambini può compromettere le relazioni dei figli con i coetanei, facendoli sentire isolati o diversi, sentimenti che possono ostacolare il loro sviluppo di relazioni significative ed autentiche (Kindlon & Thompson, 2000). Difatti, un bambino che non ha la possibilità di interagire liberamente con i coetanei perché il genitore è sempre presente, può avere difficoltà a sviluppare amicizie genuine ed a sentirsi parte di un gruppo (Kindlon & Thompson, 2000), e, questo, può compromettere assai duramente il soddisfacimento del bisogno di relazione individuato dagli Autori (Deci & Ryan, 1985).

Definiti gli effetti disfunzionali dell'OP sull'autonomia, sulla competenza e sulla relazione; è possibile rilevare le conseguenze a lungo termine di uno stile educativo "elicottero" su altri tre aspetti legati alla Teoria dell'Autodeterminazione, essenziali, a loro volta, per il sano sviluppo del bambino, ovvero la motivazione intrinseca, il benessere psicologico e lo sviluppo dell'identità. La motivazione intrinseca è guidata dal piacere e dalla soddisfazione derivanti dallo svolgimento dell'attività stessa che si sta compiendo. I genitori "elicottero", quindi, controllando eccessivamente le attività dei figli (Ungar, 2009), possono ridurre la soddisfazione che i bambini provano nel fare quelle attività autonomamente, diminuendo così la motivazione intrinseca derivata dall'azione stessa. Inoltre, il mancato soddisfacimento dei bisogni di autonomia, competenza e relazione, può portare a problemi di benessere psicologico, come ansia, depressione e bassa autostima (Cui et al., 2018). Di conseguenza, i bambini cresciuti da genitori "elicottero", possono avere difficoltà a sviluppare un senso di identità forte ed indipendente, diventando adulti che dipendono eccessivamente dagli altri per prendere decisioni ed affrontare le sfide (Cui et al., 2018). L'eccessivo controllo dei genitori "elicottero" può, quindi, compromettere gravemente la soddisfazione dei bisogni psicologici di base definiti dalla Teoria dell'Autodeterminazione, con effetti negativi sulla motivazione, sul benessere psicologico e sullo sviluppo dell'identità dei bambini. È fondamentale, perciò, che i genitori trovino un equilibrio tra il supporto e l'autonomia, permettendo ai figli di crescere come individui autonomi, competenti e ben integrati socialmente.

2.3. La Teoria dall'Attaccamento di Bowlby.

La Teoria dell'Attaccamento è un'importante paradigma psicologico che descrive le dinamiche delle relazioni a lungo termine tra i bambini e le loro figure di attaccamento, che, tipicamente, sono i genitori o i caregivers. Sviluppata da John Bowlby negli anni '50 e ampliata da Mary Ainsworth, quest'importante teoria si basa sull'idea che i legami emotivi formati nei primi anni di vita influenzino lo sviluppo psicologico e sociale dell'individuo. Questa prospettiva si basa su tre importanti fondamenti quali:

1. L'attaccamento come necessità innata: Bowlby sosteneva che l'attaccamento è un comportamento innato, fondamentale per la sopravvivenza umana, il quale può essere definito come il legame emotivo, profondo e duraturo che si sviluppa tra un individuo, solitamente un infante, ed una figura di attaccamento, per l'appunto, come un genitore o un caregiver. Difatti, i bambini, sono caratterizzati da una predisposizione biologica che li porta a cercare la vicinanza delle suddette figure di attaccamento, in quanto, esse, sono in grado di fornire loro sicurezza e protezione (Bowlby, 1982).
2. Modelli interni di lavoro: secondo l'Autore, attraverso le interazioni con le figure di riferimento, i bambini sviluppano "modelli interni di lavoro", ovvero delle strutture che influenzano come, questi ultimi, percepiscono sé stessi e gli altri, guidando le aspettative nelle relazioni e nelle esperienze future (Bowlby, 1982).
3. Gli stili di attaccamento: Ainsworth, nella sua amplificazione di tale Teoria, identificò, in seguito, tre principali stili di attaccamento attraverso il suo esperimento "Strange Situation" fatto negli anni '70:
 - Attaccamento sicuro: situazione in cui i bambini si sentono sicuri e protetti nel loro contesto familiare, esplorano l'ambiente circostante e cercano conforto dalla figura di attaccamento in situazioni di stress;
 - Attaccamento ansioso-ambivalente: condizione caratterizzata da bambini che provano sentimenti di ansia ed insicurezza, in cui l'infante alterna la ricerca di contatto con un atteggiamento di resistenza, diventando eccessivamente dipendente dalla figura di riferimento;
 - Attaccamento evitante: situazione in cui i bambini cercano di evitare il contatto con le figure di attaccamento, mostrando indifferenza e rifiutando il conforto, da queste ultime, quando sono in difficoltà;

La Teoria dell'Attaccamento, con le sue caratteristiche, si è dimostrata alquanto importante sotto numerosi aspetti come lo sviluppo emotivo del bambino, in

quanto un attaccamento sicuro sembra favorire la regolazione emotiva, la resilienza e la capacità di affrontare le sfide di quest'ultimo; e le relazioni interpersonali, perché i modelli di attaccamento che sviluppa il bambino in relazione ai caregivers, influenzano le sue relazioni future, incluse quelle romantiche ed amicali. Inoltre, gli individui che hanno sviluppato un attaccamento sicuro, tendono a formare relazioni più stabili e soddisfacenti. Ancora, esso, incoraggia un atteggiamento orientato all'esplorazione, per cui, si ritiene essere fondamentale anche per lo sviluppo cognitivo e l'apprendimento sociale del bambino, difatti, quando egli si sente al sicuro, è maggiormente propenso ad esplorare il mondo e ad interagire con gli altri. Infine, l'attaccamento, ha un grosso impatto sulla salute mentale, in quanto, si crede, che la qualità dell'attaccamento infantile, possa influenzare la vulnerabilità di un soggetto a disturbi psicologici nell'età adulta, come ansia e depressione. Per cui, la teoria dell'attaccamento, grazie al suo spessore, diviene, difatti, fondamentale in contesti terapeutici ed in cui sono necessari interventi educativi, fornendo una base per comprendere le dinamiche relazionali e per sviluppare strategie per migliorare le relazioni ed il benessere emotivo. Inoltre, essa, offre un framework essenziale per comprendere come, le prime esperienze relazionali dell'individuo, influenzino il comportamento, le emozioni e le relazioni nel corso della sua intera vita. La promozione di attaccamenti sicuri diviene, quindi, cruciale per il benessere psicologico e sociale dell'essere umano.

2.3.1. Le conseguenze dell'iper-genitorialità in relazione alla Teoria dell'Attaccamento di Bowlby.

L'iper-genitorialità, sebbene con le migliori intenzioni, è causa di diverse ripercussioni per quanto riguarda i concetti portanti della sopracitata Teoria dell'Attaccamento di Bowlby degli anni '50. Primo tra tutti, l'OP, provoca conseguenze decisamente negative sullo sviluppo dell'attaccamento del bambino, il quale, a causa dello stile educativo adottato dai genitori "elicottero", degenera nella tipologia di attaccamento ansioso-ambivalente descritto sopra. I figli di genitori iperprotettivi, difatti, hanno più probabilità di sviluppare questa

forma disfunzionale di attaccamento, in quanto, grazie alle pratiche genitoriali inadeguate adottate dal caregiver, questi bambini, possono diventare estremamente ansiosi quando separati dai genitori e possono presentare difficoltà ad esplorare l'ambiente circostante in modo autonomo, poiché sono abituati ad un coinvolgimento costante e ad un intervento continuo nella loro vita e nelle loro scelte, da parte del genitore (Ungar, 2009).

L'iper-genitorialità può, anche, impedire ai bambini di sviluppare l'autonomia e la loro personale capacità di risolvere i problemi da soli, come visto precedentemente per gli altri paradigmi teorici. La Teoria dell'Attaccamento di Bowlby, in effetti, sottolinea l'importanza, per l'individuo, della sicurezza di base per l'esplorazione indipendente. Tuttavia, se i genitori controllano eccessivamente ogni aspetto della vita dei loro figli (Ungar, 2009), questi ultimi, avranno numerose difficoltà ad acquisire la fiducia necessaria per agire in modo indipendente. La costante supervisione dei genitori può, per di più, limitare le opportunità dei bambini di interagire con i coetanei e di sviluppare competenze sociali (Kindlon & Thompson, 2000). L'attaccamento sicuro, difatti, incoraggia, questi ultimi, ad esplorare il loro ambiente sociale ed a formare relazioni significative con gli altri. L'iper-genitorialità va, quindi, ad ostacolare questo processo naturale, portando l'infante a sviluppare una ridotta ed assai limitata competenza sociale (Kindlon & Thompson, 2000).

Ancora, l'eccessivo intervento dei genitori, può far sì che i bambini non sviluppino un senso di autostima ed auto-efficacia (Levine, 2012). La Teoria dell'Attaccamento evidenzia, proprio, come i bambini sicuri di sé, abbiano fiducia nella loro capacità di affrontare sfide, perciò, quando i genitori risolvono costantemente i problemi per conto dei loro figli, questi ultimi, possono sentirsi inadeguati e dipendenti dalla figura di riferimento, sviluppando una bassa autostima.

Infine, in casi estremi, l'iper-genitorialità può portare a disturbi dell'attaccamento, in quanto, la costante presenza e l'assiduo controllo dei genitori, possono creare un ambiente in cui i bambini non implementano mai la sicurezza necessaria per formare attaccamenti sicuri e, questo, può portare ad

una varietà di problemi emotivi e comportamentali, inclusa ansia e depressione (Cui et al., 2018).

Questa fondamentale Teoria, in conclusione, sottolinea l'importanza di un equilibrio tra la sicurezza fornita dalle figure di attaccamento e l'opportunità per i bambini di esplorare e sviluppare l'indipendenza. L'iper-genitorialità, con il suo eccessivo controllo e protezione, può perturbare questo equilibrio, portando a conseguenze negative sullo sviluppo emotivo, sociale e psicologico dei bambini. Per favorire un attaccamento sicuro e sano, è, quindi, fondamentale che i genitori forniscano supporto e sicurezza, ma anche spazio per consentire ai loro figli di sperimentare e sviluppare l'autonomia e l'esplorazione indipendente di tutto ciò che li circonda.

2.4. Impatto generale e conseguenze.

Dagli assunti delle tre teorie precedentemente delineate e dalla descrizione delle implicazioni dell'iper-genitorialità sui diversi elementi caratteristici dei suddetti postulati, si può intuire come, questo peculiare stile educativo, rifletta il suo carattere disfunzionale in numerosi ambiti rilevanti per il sano sviluppo di un bambino che si appresta a diventare adulto. I genitori "elicottero" attuando uno stile educativo caratterizzato da un eccessivo controllo e sviluppando, nella relazione con i loro figli, un rapporto in cui, questi ultimi, siano dipendenti dai genitori, possono ostacolare lo sviluppo, nei bambini, di molte componenti come quelle dell'autonomia, delle competenze, delle relazioni interpersonali e della motivazione intrinseca, come spiegato nei paragrafi precedenti. Tutti questi fattori, perciò, sono cruciali per costruire una sana autostima, un buon senso di auto-efficacia, una consapevolezza dei propri gusti e delle proprie inclinazioni, un insieme di competenze e comportamenti socialmente adeguati ed, infine, riducono al minimo, per quanto possibile, sentimenti negativi come ansia e stress. Volendo riassumere, l'OP, come detto sopra, agisce da antagonista contro ognuno dei criteri sopra elencati, in quanto:

- Priva il bambino dell'opportunità di affrontare e superare autonomamente le sfide quotidiane tramite un metodo che consista nel provare, fallire ed imparare dai propri errori (Ungar, 2009). Questa forma di estrema

protezione, induce, l'infante ed il futuro adolescente, a sviluppare una percezione di sé stesso come incompetente e dipendente dal genitore, provocando, in lui, un sentimento di bassa autostima, di procrastinazione e di scarsa resilienza (Hong et al. 2015), diventando sempre meno capace di affrontare e superare le avversità e di raggiungere i propri obiettivi (Levine, 2012) con ripercussioni a lungo termine sulla sua vita personale e professionale.

- La mancanza di opportunità per risolvere i conflitti ed affrontare situazioni sociali senza l'intervento dei genitori, causa, nel bambino e nel giovane adulto, lo sviluppo di una scarsa competenza sociale, seguita dalla difficoltà di navigare nelle dinamiche sociali e di gestire le relazioni interpersonali in modo efficace (Kindlon & Thompson, 2000). Questa dinamica disfunzionale, favorisce, nel soggetto, l'isolamento sociale, in quanto, l'eccessivo controllo dei genitori "elicottero", contribuisce a limitare le opportunità dei figli di interagire liberamente con i loro coetanei, interferendo con il loro sviluppo di amicizie profonde e relazioni di supporto (Kindlon & Thompson, 2000);
- Inoltre, grazie alla costante presenza di sorveglianza e controllo, l'OP, è responsabile, nell'infante, di sentimenti di ansia e stress (Cui et al., 2018) che possono interferire con la sua capacità di relazionarsi in modo sano ed aperto con il prossimo ma, anche, con le sue passioni, vocazioni ed i suoi desideri.

In sintesi, l'iper-genitorialità può avere effetti profondamente negativi sullo sviluppo dei figli, limitando la loro capacità di diventare adulti indipendenti, sicuri di sé e resilienti. In particolare, vorrei, ora, approfondire una tematica che, durante questo capitolo, è stata nominata più volte ma mai spiegata approfonditamente, in favore di spiegazioni riguardanti altre conseguenze; ovvero, vorrei soffermarmi, a conclusione del capitolo, sulle implicazioni dell'elicopter parenting in relazione al mondo del lavoro.

2.4.2. Riperussioni sul piano lavorativo.

Una delle maggiori preoccupazioni di ricercatori ed esperti negli ultimi anni, riguarda il modo e l'approccio con cui i giovani adulti gestiscono la loro carriera lavorativa, specialmente se provengono da un clima genitoriale iperprotettivo, tipico dei genitori "elicottero". Il mercato del lavoro, ad oggi, è diventato un luogo sempre più competitivo, selettivo e che richiede, come prerequisiti di base, impegno, dedizione e sacrificio (Gubler et al., 2014). Per essere idonei a questo ambiente professionale, è, quindi, fondamentale sviluppare nuove competenze focalizzate sull'adattabilità e su una solida identità personale (Gubler et al., 2014). Più in particolare, secondo Porfeli e Savickas (2012), l'adattabilità professionale si compone di quattro elementi: preoccupazione (pianificazione), controllo (autodirezionalità), curiosità (esplorazione) e fiducia (autoefficacia). La preoccupazione riguarda l'orientamento e la focalizzazione di un individuo nella sua preparazione per il futuro; il controllo indica l'autodisciplina e la fermezza di un soggetto nel processo decisionale; la curiosità riflette la sua volontà di esplorare opportunità di carriera ed, infine, la fiducia, rappresenta la convinzione di un individuo nelle proprie capacità. Queste componenti sono cruciali, per il soggetto, per poter affrontare situazioni non familiari, complesse o ambigue che si possono presentare durante il percorso di carriera, in transizioni lavorative o in seguito ad eventi traumatici (Porfeli & Savickas, 2012), perciò, è di fondamentale importanza che, esse, vengano implementate e sviluppate. Il secondo aspetto cruciale delle competenze occupazionali contemporanee è l'identità professionale, che comprende, da parte di un adulto emergente, l'esplorazione attiva della carriera, un impegno costante nel percorso professionale e la capacità di riconsiderare le proprie scelte alla luce di nuove informazioni e circostanze (Porfeli et al., 2011). Coloro che esplorano attivamente la loro carriera, inoltre, acquisiscono una migliore comprensione di sé e dei ruoli lavorativi che potrebbero considerare, sviluppando diverse abilità ed accumulando esperienza (Porfeli et al., 2011). A fronte di quanto appena detto, è, ora, importante sottolineare, come la preparazione di un adulto emergente al mondo lavorativo dipenda in buona parte dal clima familiare in cui egli è inserito (Bradley-Geist & Olson-Buchanan,

2014) perciò, la costante presenza di un genitore “elicottero” nella vita di un individuo, può ostacolare negativamente lo sviluppo della sua identità personale e professionale (Hong et al. 2015). Difatti, l’iper-genitorialità è stata associata ad una maggiore procrastinazione da parte dei figli vittima dell’OP, in quanto si ritiene che, essa, vada a danneggiare, in ordine, le prestazioni, la conseguente definizione ed il finale raggiungimento degli obiettivi (Hong et al. 2015) posti dal soggetto. Ricerche recenti, inoltre, affermano che gli adulti emergenti, con genitori "elicottero", tendono a dipendere dagli altri quando hanno la necessità di trovare delle soluzioni in situazioni lavorative problematiche. La dipendenza familiare del soggetto può ostacolare sia la sua esplorazione professionale che la sua acquisizione di competenze adeguate (Hardin et al., 2006) portandolo, quindi, ad attuare comportamenti disadattivi come la mancanza di rispetto delle scadenze e l’impegno insufficiente nella ricerca di un lavoro (Bradley-Geist & Olson-Buchanan, 2014). Un periodo prolungato o discontinuo di esplorazione professionale indica un ritardo nello sviluppo, poiché un compito fondamentale dell’età adulta emergente è identificare e perfezionare le scelte di carriera (Buhl, 2007; Arnett, 2014). Inoltre, l’iper-genitorialità, tipicamente, interviene bruscamente nelle attività ricreative dei figli, limitando le loro opportunità di esplorare liberamente il contesto lavorativo senza vincoli parentali o professionali (Arnett, 2004) e, questo, riduce drasticamente il tempo che gli adulti emergenti dedicano a formare reti sociali e professionali, portando, quest’ultimi, ad affidarsi completamente ai genitori per ottenere un lavoro (Arnett, 2004). Inoltre, se il massimo benessere si raggiunge quando un individuo inizia e mantiene autonomamente un’attività e non quando essa è imposta da terzi (Ryan & Deci, 2000); perseguire un’attività solamente per compiacere gli altri, come i genitori, aumenta lo stress, l’insoddisfazione personale e la frustrazione, soprattutto in ambienti complessi ed imprevedibili (Shulman et al., 2014), come quelli lavorativi. Perciò, uno stile genitoriale iperprotettivo come quello adottato dai genitori “elicottero”, non è adeguato alla preparazione del proprio figlio al mondo del lavoro, in quanto, esso, aumenta il rischio di essere professionalmente indecisi, impreparati, di costruirsi

aspettative errate, di avere un locus of control esterno e di essere eccessivamente dipendenti dagli altri.

CAPITOLO 3

Soluzioni per contrastare l'iper-genitorialità.

Questo capitolo servirà, a chi scrive, per proporre delle idee di intervento in alcuni campi coinvolti e penalizzati dall'iper-genitorialità, al fine di poter mitigarne gli effetti negativi e ridurre le conseguenze drammatiche nello sviluppo dei figli e nel benessere della vita dei genitori. In particolare, si partirà con la descrizione di come dev'essere strutturato un intervento che sia finalizzato ad aiutare i bambini ed i genitori "elicottero" e che sia utile a riportare un equilibrio all'interno dei diversi nuclei familiari. In seguito, verranno descritti dei veri e propri interventi per poter implementare alcune competenze, sia nelle figure di riferimento che nei giovani emergenti, per poter far fronte all'OP e che consentano di acquisire nuove conoscenze utili ad affrontare le problematiche descritte nel capitolo precedente. Infine, si porrà l'accento, su come, anche i genitori che attuano uno stile educativo come quello "elicottero", siano in realtà vittime loro stesse di pensieri intrusivi e disturbanti, perciò, più che colpevolizzarli, è necessario, comprenderli ed aiutarli per risolvere un problema che coinvolge tutti i componenti della famiglia.

3.1. Proposte di intervento.

Per poter far fronte ad una situazione controversa come quella in cui si trovano i figli di genitori "elicottero", è necessario strutturare dei programmi d'intervento con l'obiettivo di rispondere adeguatamente, intervenire tempestivamente, modificare e porre fine a questo stile genitoriale che può, con tutta probabilità, avere molteplici effetti negativi sullo sviluppo dei bambini e dei giovani adulti emergenti, mettendo, questi ultimi, come anche i genitori stessi, in situazioni di vulnerabilità. I modelli tradizionali di intervento rivolti alla genitorialità, basati su paradigmi terapeutici ed assistenziali, stanno, sempre di più, cedendo il posto ai modelli di caring, ovvero, a nuovi approcci, fondati su relazioni educative "maieutiche", che si occupano, cioè, di mettere al centro la partecipazione attiva del soggetto, sostenendo i genitori senza patologizzarli e promuovendo, in loro, responsabilità, consapevolezza e reciprocità. Gli interventi per il supporto genitoriale coinvolgono, ad oggi, l'intero contesto sociale (come la famiglia

allargata o la classe) e non solo il singolo individuo. L'obiettivo, infatti, è quello di lavorare non solamente con le famiglie ma, anche, con la comunità tutta, per creare un ambiente relazionale positivo in cui i bambini ed i genitori possano crescere, prosperare ed essere in grado di generare nuove dinamiche basate sulla cooperazione, sulla fiducia e sulla reciprocità, elementi ritenuti fondamentali in quanto capaci di creare legami, rafforzare la resilienza, attivare le risorse e produrre soluzioni generative, condivise e partecipative. Questa tipologia di approcci si basa su principi chiave ed innovativi come evitare giudizi e stigmatizzazioni, promuovere la partecipazione attiva, valorizzare i punti di forza, garantire servizi accessibili ed offrire interventi precoci per le famiglie più fragili (Milani, 2011). Questi progetti integrati, che abbracciano dimensioni psicologiche, pedagogiche e sociali, sono sviluppati insieme alle famiglie piuttosto che imposti su di esse, sottolineando l'importanza di azioni educative a supporto della genitorialità, sia in situazioni di problematicità o di disagio, che in condizioni di normalità, dove apparentemente può ricadere l'iper-genitorialità. Per comprendere maggiormente l'innovativo approccio degli interventi maieutici necessari per intervenire in favore dei genitori "elicottero", è necessario citare il noto ricercatore accademico Pierpaolo Milani, il quale afferma che definire "educativi" gli interventi a favore delle famiglie, implica che in essi vi sia un metodo ed un contenuto specifico. Da un lato, essi si basano sulla modificabilità cognitiva e comportamentale, ovvero, hanno l'obiettivo di superare i preconcetti, ed i pregiudizi, confidando nell'educabilità dell'uomo (Milani, 2011). Dall'altro, essi mirano a potenziare ed accrescere le capacità, le abilità e le competenze educative già presenti nei genitori, indipendentemente dalle possibili disfunzionalità, problemi psicologici o difficoltà socioculturali, sostenendole, riqualificandole e, se necessario, formandole (Milani, 2011). Le pratiche formative a supporto della genitorialità possono, quindi, orientarsi verso l'educazione, il "buon trattamento" e la cura del genitore e, ciò, avviene attraverso un aiuto fondamentale che mira a rafforzare ed a sviluppare le competenze di caregiving già presenti (o potenziali) nei genitori, promuovendo una maggiore consapevolezza ed un uso adeguato di tali competenze (Sità, 2004). A seguito della Legge 285/97 e delle sperimentazioni degli anni '90, in

Italia, sono state implementate iniziative per supportare i genitori, dando origine a "buone pratiche" di sostegno alla genitorialità con programmi efficaci, metodologie innovative e linee guida che possono essere suddivise mediante una tassonomia composta da quattro categorie principali individuate da Milani nel 2008: interventi e percorsi formativi accademici, tecnici, esperienziali e di empowerment. Tra queste quattro tipologie, soprattutto le ultime due sono ritenute maggiormente efficaci per poter gestire le problematiche che la genitorialità porta con sé tra cui, per l'appunto, l'iper-genitorialità. In particolare, il primo dei due, si basa su approcci personalisti e psicoanalitici, in contrasto con i modelli accademici o tecnici. Esso, nasce in Francia negli anni '30, con i "gruppi di parola" (Sità, 2010), ovvero assembramenti che si concentrano non tanto sul contenuto da trasmettere, ma sulla riflessione attuata dal genitore attraverso il dialogo e lo scambio reciproco. In questi gruppi, che possono essere facilitati da un operatore, non esiste un programma predefinito ma, al contrario, l'accento è posto sull'accoglienza delle esperienze e delle narrazioni dei genitori, promuovendo, in loro, la riflessione e la consapevolezza del loro ruolo educativo (Sità, 2010). La seconda tipologia di interventi considerata nella tassonomia di Milani per il supporto alla genitorialità, combina tutti e 4 i modelli e si basa su un approccio integrato e personalizzato, in cui, piuttosto che offrire soluzioni standardizzate, valorizza i punti di forza dei genitori e le utilizza per affrontare le loro criticità in contesti di piccole comunità, come, ad esempio, la famiglia. L'obiettivo di quest'ultima categoria, nello specifico, è potenziare le competenze genitoriali attraverso programmi di "enrichment familiare" e "parent training" (Iafate & Rosnati 2007), promuovendo, nei soggetti, una riflessione profonda e consapevole sulla narrativa familiare e sulle sue risorse (Milani, 2008). Entrambe queste due tipologie di intervento, con le loro caratteristiche e peculiarità, sono create "su misura" per la famiglia in questione, andando ad abbracciare ogni sua esigenza e specificità e rendendole molto diverse dagli interventi calati dall'alto e preconfezionati. Per questo, esse, sono state ritenute maggiormente efficaci nel perseguire l'obiettivo di ridurre gli effetti negativi nei figli, causati da genitori "elicottero", difatti, essi, sono volti ad implementare l'autonomia, a rafforzare le competenze sociali, ad aumentare la resilienza, ad

educare sulla genitorialità positiva ed a ridurre l'ansia genitoriale, come vedremo in seguito.

3.1.1. Promuovere l'autonomia.

In primo luogo è necessario ed imprescindibile aiutare i genitori “elicottero” a comprendere l'importanza di lasciare che i loro figli facciano esperienze e apprendano dagli errori, favorendo così, nei bambini, lo sviluppo dell'indipendenza. Un intervento volto ad implementare e promuovere efficacemente l'importanza dell'autonomia dei figli ed a contrastare gli effetti dei genitori “elicottero”, deve combinare educazione, supporto pratico ed incoraggiamento nei confronti del genitore, perciò, si ritiene cruciale adottare un approccio strutturato, multidimensionale e basato sui modelli di caring visti precedentemente (Riera, 2002). Come prima fase, è fondamentale educare e sensibilizzare i caregivers sui benefici dell'autonomia per i loro bambini, e, questo, implica fornire loro informazioni sui vantaggi psicologici e sociali, come la resilienza e la preparazione alla vita adulta, ricavati dalla stessa, tramite seminari, workshop ed altre risorse educative (Markham, 2012). In seguito, è essenziale sviluppare, nella figura di riferimento, le competenze genitoriali più adeguate e consone all'obiettivo, attraverso tecniche pratiche che incoraggino l'implemento dell'autonomia, come, ad esempio, cercare di insegnare ai genitori come delegare i compiti appropriati all'età dei figli e come supportare, questi ultimi, nella risoluzione dei problemi senza intervenire direttamente (Cui et al., 2018). Le strategie di comunicazione, in questa fase, giocano un ruolo chiave in quanto formano i genitori su come esprimere chiaramente le aspettative di autonomia che ripongono sui figli ed educano, i caregivers, ad aiutare i loro bambini ad affrontare costruttivamente le sfide emergenti. Successivamente, è importante creare delle opportunità concrete di autonomia, in cui, i genitori “elicottero”, devono essere guidati, dagli esperti, nell'assegnare responsabilità adeguate alla fase di sviluppo dei loro figli, come, ad esempio, la gestione del tempo, la risoluzione di conflitti, la gestione di un budget personale o la pianificazione di un viaggio (Siegel & Payne Bryson, 2011). Il supporto e la condivisione, a questo punto, sono molto importanti, difatti, risulta essere

produttivo, fornire spazi per monitorare e valutare i progressi dei genitori e dei figli, organizzando sessioni di follow-up per discutere i loro eventuali successi e difficoltà, ma, anche, creare gruppi di supporto tra genitori che permettano loro di scambiare esperienze, condividere strategie e fornire feedback reciproci (Milani, 2011). Infine, è cruciale il modellamento e l'esempio pratico, in quanto, fornire modelli di comportamento e testimonianze di genitori che hanno avuto successo nella promozione dell'autonomia nei loro figli, aiuta ad ispirarne ed a guidarne altri in questa direzione. Un approccio personalizzato, istituito da Milani come descritto prima, fatto su misura, garantisce, inoltre, che l'intervento si adatti alle esigenze specifiche di ciascuna famiglia, tenendo conto dell'età dei figli e delle dinamiche familiari, difatti, offrire consulenze individuali, aiuta ad affrontare le sfide particolari, proprie, di uno specifico nucleo familiare (Milani, 2011). Infine, è essenziale riconoscere e celebrare i successi dei genitori "elicottero" e dei loro figli, nella promozione dell'autonomia, perché, l'incoraggiamento continuo, mantiene alta la motivazione e sostiene l'impegno a lungo termine verso l'autonomia (Markham, 2012).

In secondo luogo, ma non meno importante, è necessario promuovere l'autonomia anche nei bambini e nei giovani adulti, passaggio cruciale per mitigare gli effetti negativi dei genitori "elicottero" sui figli, visti nel capitolo precedente (Baumrind, 1971). Questa pratica favorisce, in questi ultimi, lo sviluppo della capacità di prendere decisioni, risolvere i problemi ed affrontare le sfide in modo indipendente, aiutando il bambino a contrastare l'iper-controllo genitoriale e contribuendo ad un sano sviluppo della sua identità e delle sue competenze personali (Darling & Steinberg 1993). Per promuovere l'autonomia nei figli vittima dei genitori "elicottero", è essenziale adottare un approccio integrato che vada a coprire ed a considerare vari aspetti della crescita e dello sviluppo dei bambini. Innanzitutto, è importante fornire ai giovani diverse opportunità di scelta, permettendo loro di prendere autonomamente decisioni significative riguardanti la loro vita quotidiana, dall'istruzione alle attività extracurricolari fino alle responsabilità domestiche (Cui et al., 2018). In seguito, è utile, fornire loro un feedback costruttivo che li aiuti a riflettere sulle decisioni prese senza mai imporre giudizi negativi o costrittivi. Un altro aspetto cruciale

che dev'essere considerato, è l'implemento delle competenze di problem-solving che permettono ai giovani di praticare la risoluzione dei problemi in modo autonomo ed in un ambiente controllato, tramite tecniche specifiche come, ad esempio, il brainstorming e l'analisi delle soluzioni, insieme a giochi di ruolo e simulazioni (Cui et al., 2018; Markham, 2012). È, poi, essenziale, incentivare il loro senso di responsabilità, assegnando loro compiti adeguati, permettendogli di sperimentare le conseguenze naturali delle loro azioni ed aiutandoli a comprendere l'importanza di questa componente. Anche il supporto e la guida devono essere forniti senza interferire eccessivamente con le loro decisioni, difatti, è utile ricorrere a mentori o coach che incoraggino l'autosufficienza offrendo una traccia d'aiuto personalizzata. Parallelamente, è necessario educarli alla consapevolezza di sé, attraverso la riflessione personale, l'auto-valutazione e le tecniche di mindfulness e di regolazione emotiva che li aiutino a gestire lo stress ed a prendere decisioni più consapevoli (Markham, 2012). Un ulteriore pilastro di questi interventi volti a promuovere l'autonomia nei giovani, figli di genitori "elicottero", è quello di incentivarli a sviluppare relazioni interpersonali tramite esperienze di collaborazione e di lavoro di squadra, promuovendo ambienti dove, questi ultimi, possano ricevere e dare feedback reciproci in modo costruttivo, aspetto che contribuisce a migliorare le loro competenze sociali e comunicative (Kindlon & Thompson, 2000). Infine, sono essenziali, in questi approcci d'aiuto, la flessibilità e l'adattamento; è necessario, difatti, adattare l'intervento alle esigenze ed ai progressi individuali dei giovani, offrendo un supporto dinamico che si evolva in relazione alle loro sfide e che permetta un miglioramento continuo (Milani, 2011). In questo modo, l'intervento, promuove non solo l'autonomia, ma anche una crescita personale, equilibrata e consapevole.

3.1.2. Rafforzare le competenze sociali.

È necessario, dopo aver implementato l'autonomia e la sua legittima importanza, insegnare ai genitori che adottano l'OP, ad incoraggiare le interazioni sociali dei figli ed a permettere loro di risolvere i conflitti in modo autonomo, con il fine di migliorare le loro abilità sociali (Greco & Maniglio,

2009). Un intervento per rafforzare le competenze sociali nei genitori “elicottero” ed, analogamente, nei loro figli, deve essere attento e sensibile nel riconoscere le motivazioni e le paure che li guidano (Milani, 2011). In primo luogo, è fondamentale, dunque, educare e sensibilizzare i genitori sui benefici delle competenze sociali per i loro bambini, attraverso sessioni informative (Markham, 2012), che, similmente all’implemento dell’autonomia, spieghino come queste abilità favoriscano l’adattabilità, la resilienza e la capacità di costruire relazioni sane. Questa fase viene, solitamente, erogata tramite seminari, workshop e risorse educative che mirino ad illustrare, alle famiglie, come le interazioni sociali influenzino il benessere emotivo e psicologico dei giovani ed il loro successo a lungo termine (Markham, 2012). Parallelamente ed analogamente all’intervento precedentemente attuato, è importante sviluppare, nei caregivers “elicottero”, le competenze genitoriali necessarie al loro ruolo, insegnandogli, quindi, tecniche pratiche per promuovere le competenze sociali nei figli, come l’incoraggiamento a partecipare ai gruppi sociali ed alle attività di squadra; formando i genitori su come comunicare efficacemente con i loro bambini riguardo alle sfide sociali e spiegando loro come rispondere in modo costruttivo, ma senza intervenire direttamente, alle suddette difficoltà. È essenziale, a questo punto, la creazione di opportunità sociali, ovvero, attività pratiche che favoriscano le interazioni sociali per i giovani, come giochi di gruppo, team sportivi, club scolastici, progetti comunitari ed attività extracurricolari (Markham, 2012). In tali attività, i genitori, dovrebbero dare ai loro figli la responsabilità e la libertà che necessariamente richiedono gli scambi reciproci, perciò, durante questi momenti, il supporto ed il feedback ai genitori giocano un ruolo fondamentale. Si ritiene necessario, difatti, offrire spazi protetti per monitorare i progressi sociali dei ragazzi e discutere, con le figure di riferimento, i loro successi e le difficoltà incontrate, fornendo loro opinioni e pareri costruttivi e privi di espressioni accusatorie (Milani, 2011). Per un’ulteriore sicurezza dei genitori “elicottero”, è necessario utilizzare, come strumento strategico, le testimonianze di genitori che si sono mostrati disponibili ad implementare le competenze sociali dei figli attraverso interventi professionali, di modo tale che, esse, vengano usate dai caregivers “elicottero”,

come fonti motivazionali e di ispirazione (Milani, 2011). Quest'approccio, come detto in precedenza, deve sempre essere personalizzato ed adattabile alle esigenze specifiche delle famiglie e, per tale ragione, vengono erogate consulenze individuali per affrontare le sfide specifiche di ogni famiglia. Infine, è importante riconoscere i progressi fatti e fornire un incoraggiamento continuo per mantenere alta la motivazione dei genitori. Si consiglia, quindi, di utilizzare una metodologia interattiva durante le sessioni formative, permettendo ai genitori di sperimentare nuove tecniche in un ambiente sicuro, e collaborare con loro per co-costruire il percorso di cambiamento, valorizzando le loro esperienze e rendendo l'intervento più rilevante e coinvolgente. Questo approccio dinamico, aiuta i genitori a comprendere l'importanza dell'autonomia e delle competenze sociali, creando un ambiente familiare più equilibrato e positivo (Milani, 2011).

3.1.3. Aumentare la resilienza.

Con un intervento analogo a quelli precedenti, è importante, poi, sostenere i genitori "elicottero" nel trovare un equilibrio tra la protezione fornita ai loro figli e l'esposizione al rischio di questi ultimi, in modo tale che i figli possano sviluppare le capacità utili ad affrontare le difficoltà. A fronte di procedure d'intervento molto simili a quanto già detto in precedenza per l'implementazione dell'autonomia e dello sviluppo delle competenze sociali, in questo paragrafo si approfondirà come, lavorando sullo sviluppo della resilienza, si vadano a mitigare ed a contrastare gli effetti negativi dell'iper-genitorialità. Questa componente, difatti, promuove l'autonomia e l'indipendenza nei figli "vittime" di genitori "elicottero", permettendo loro di affrontare le difficoltà senza dipendere costantemente dai genitori (Riera, 2002). Essa, inoltre, migliora la gestione dello stress e dell'ansia, aiutando, i ragazzi, a sviluppare strategie efficaci per affrontare le pressioni quotidiane e ad aumentare la fiducia in se stessi, incoraggiando l'autoefficacia. Inoltre, implementare la resilienza, favorisce, nei soggetti, la risoluzione dei problemi, promuove relazioni più sane, migliora le capacità di comunicazione e collaborazione e modella comportamenti positivi con i pari e con i genitori, che vengono visti come esempi di forza e

perseveranza (Cui et al., 2018). Infine, focalizzandosi, questa volta, sui genitori “elicottero” che sono propensi a sviluppare la propria resilienza, è utile osservare come, essi, traggano diversi vantaggi dall’implemento di questa competenza, come, ad esempio, imparare a bilanciare protezione ed autonomia (Thomasgard & Metz, 1993; Wolf et al., 2009; Locke et al., 2012), creando un ambiente familiare che favorisca lo sviluppo sano ed indipendente dei figli.

3.1.4. Educare alla genitorialità positiva.

Per arginare gli effetti negativi dell’iper-genitorialità è utile, inoltre, fornire informazioni e strumenti ai genitori per adottare pratiche di genitorialità basate sulla fiducia, sul supporto e sulla responsabilizzazione dei figli. Per iniziare, è necessario, educare i caregivers alla genitorialità positiva (Siegel & Payne Bryson, 2011), il che, richiede un approccio strutturato e multi-fase che include informazione, formazione pratica, supporto continuo ed, infine, una valutazione di ciò che si è appreso (Milani, 2011). La prima fase di questo processo, consiste nella sensibilizzazione, dei genitori e dei figli, riguardo il costrutto della genitorialità positiva, attraverso l’utilizzo di campagne mediatiche che consentano la distribuzione di materiali educativi, insieme a sessioni informative, come seminari e webinar, tenuti in scuole e centri comunitari (Markham, 2012). Successivamente, l’intervento, si focalizza sulla formazione pratica del nucleo familiare, servendosi di workshop interattivi da offrire alle figure di riferimento, in cui, queste ultime, apprendono delle tecniche di comunicazione efficaci e delle strategie per la gestione delle emozioni, soprattutto quelle considerate difficili da gestire in autonomia (Markham, 2012). In contemporanea agli interventi educativi per i genitori, inoltre, vengono erogati laboratori indirizzati ai figli di tali genitori “elicottero”, per aiutarli a sviluppare le competenze sociali necessarie alle sfide quotidiane ed alcune tecniche di regolazione emotiva (Siegel & Payne Bryson, 2011), utili per implementare la loro autonomia surclassando il loro rapporto simbiotico con i loro caregivers (Riera, 2002). Il supporto continuo, sempre essenziale all’interno di qualsiasi intervento migliorativo, è fornito tramite consulenze individuali o collettive, attraverso gruppi di supporto e di conversazione e sessioni di coaching

personalizzate che consentono di condividere esperienze ed offrire sostegno reciproco, ai genitori, e programmi di mentoring, indirizzati, invece, ai figli (Markham, 2012). Al termine di queste fasi, vi è il momento cruciale della pratica attiva, ovvero, a questo punto dell'intervento, verrà dedicato del tempo in cui sarà necessario concretizzare, tramite azioni, ciò che fin'ora, le famiglie, hanno appreso a parole. Essa, viene incoraggiata, dagli esperti, attraverso attività familiari collaborative e tramite l'introduzione di routine positive che promuovano la comunicazione e la connessione tra i soggetti coinvolti, come, ad esempio, giochi di ruolo e simulazioni che permettono ai genitori di praticare nuove tecniche in un ambiente controllato. L'intero processo dinamico che porterà al cambiamento positivo del nucleo familiare, verrà monitorato e valutato tramite l'attenta osservazione dei progressi fatti che verranno, poi, esposti attraverso incontri periodici in cui si discuteranno successi e difficoltà incontrate, ed in cui si forniranno feedback continui e costruttivi (Milani, 2011). Gli strumenti di valutazione utilizzati, come questionari e sondaggi, si occuperanno di misurare l'efficacia dei singoli interventi, permettendo di attuare modifiche basate sui risultati raccolti (Markham, 2012). Infine, è importante specificare nuovamente, come gli interventi utilizzati, siano personalizzati e flessibili, adattabili alle esigenze specifiche delle famiglie e sempre attenti alle diverse dinamiche culturali e socioeconomiche entro le quali la famiglia è inserita (Milani, 2011). Questo approccio integrato assicura un'educazione alla genitorialità positiva che promuove lo sviluppo sano ed equilibrato di tutti i membri della famiglia.

3.1.5. Ridurre l'ansia genitoriale.

L'ultimo intervento che si ritiene utile attuare per ridurre i comportamenti ipercontrollanti dei genitori "elicottero", ha la finalità di aiutare, questi ultimi, a gestire le proprie ansie e paure riguardo al futuro dei loro figli, permettendo loro di adottare un approccio più rilassato e meno controllante. Si dovrebbe sempre partire, in questi casi, dal presupposto che ridurre l'ansia genitoriale è fondamentale per migliorare il benessere non solo dei genitori ma anche e, soprattutto, dei figli (Bowlby, 1982). Per farlo, è importante acquisire

inizialmente, come genitore, una migliore comprensione dello sviluppo infantile e delle normali sfide che la crescita comporta, attraverso la partecipazione a corsi di formazione o leggendo materiali educativi per creare aspettative realistiche. In seguito, un elemento che può rivelarsi molto utile per la figura di riferimento soggetta ad ansia genitoriale, è quello di imparare a parlare apertamente con il partner, con gli amici o con le persone che la circondano, come, ad esempio, rivolgendosi a gruppi di supporto. Questo, consente, al caregiver, di condividere con gli altri le preoccupazioni che sta sperimentando e che lo opprimono, aiutandolo, inoltre, a trovare soluzioni comuni a problemi che, prima, pensava irrisolvibili e che gli facevano provare sentimenti sfiancanti quali ansia e stress. Alla comunicazione aperta dei propri stati d'animo, si aggiunge, come tecnica promettente, la pratica di mindfulness come la meditazione e la respirazione profonda, che aiutano, a lungo andare, a gestire lo stress ed a mantenere la calma (Markham, 2012). È importante, poi, creare routine quotidiane adatte per il genitore e stabilire limiti chiari che gli offrano maggiore sicurezza nel delegare e nel condividere le responsabilità con il partner, con i familiari o con gli amici, azioni che, se correttamente eseguite, gli consentono di ridurre il carico di stress (Siegel & Payne Bryson, 2011). Per contrastare l'ansia genitoriale, è, inoltre, essenziale prendersi cura di sé stessi, dedicando del tempo alle proprie passioni, facendo esercizio fisico, dormendo a sufficienza e concentrandosi sugli aspetti positivi della genitorialità, della propria vita e sui successi dei figli, magari tenendo un diario della gratitudine, che aiuti a mantenere una prospettiva positiva. Infine, ma non per importanza, sarebbe vantaggioso per lo scopo, imparare tecniche di problem-solving e di gestione dello stress attraverso workshop o sessioni di coaching specifiche che aiutino ad aumentare la resilienza (Markham, 2012). Tutto ciò, dovrebbe servire, al caregiver, ad implementare ed accettare l'idea che nessun genitore è perfetto e che, fare errori, è normale ed umano, perciò, è importante iniziare ad essere gentili con sé stessi, imparando dagli sbagli ma senza colpevolizzarsi, elemento che può ridurre significativamente l'ansia legata alla perfezione (Siegel & Payne Bryson, 2011).

3.2. Osservare per comprendere i genitori “elicottero”.

Chi scrive ritiene, dunque, fondamentale, specificare che attuare interventi efficaci ed attenti ai soggetti ai quali essi sono rivolti, è un aspetto essenziale ed importantissimo, in quanto, questi programmi d'aiuto, sono utili a migliorare il benessere dei bambini e dei giovani adulti emergenti, preparandoli al meglio per affrontare le sfide della vita adulta e permettendo loro di sviluppare pienamente il proprio potenziale. Essi, inoltre, sono di grande supporto anche per i genitori che, attuando uno stile educativo inadeguato e che comporta molte conseguenze negative per i loro figli e per loro stessi, grazie al supporto fornito, riescono, pian piano, a riprendere in mano la loro vita senza lasciarsi abbattere e travolgere da stress, preoccupazioni, frustrazioni, mancanza di tempo per sé stessi e senso di fallimento personale, tutte conseguenze che comporta l'essere un genitore “elicottero”. I caregivers che attuano l'OP, difatti, sono mossi da un'ipotesi dominante che la felicità del figlio si possa e si debba garantire dall'esterno, da parte del genitore o di un adulto al quale il bambino è affidato, anziché al progressivo sviluppo di capacità e di strumenti che il bambino stesso costruisce confrontandosi con la realtà esterna” (Tonucci & Natalini, 2019). Essere genitori può significare, quindi, voler rendere felici i propri figli e proteggerli da tutto ciò che potrebbe compromettere il loro benessere fisico e psicologico. Come sottolineato da due importanti pedagogisti Tonucci e Natalini nel 2019, spesso, difatti, i genitori, si preoccupano eccessivamente delle emozioni dei loro bambini e cercano in tutti i modi di trovare delle soluzioni per quelli che considerano vissuti emotivi negativi, con la speranza di poterli eliminare. Tuttavia, questo atteggiamento rivela come le emozioni pongano delle sfide ai genitori, in quanto, evitare le emozioni dolorose nei bambini spesso cela la paura di non essere all'altezza del compito di accudirli adeguatamente. Quest'idea, apre la porta a numerosi effetti collaterali, elencati sopra, ai quali il genitore deve far fronte, spesso lasciandosi travolgere da un circolo vizioso che lo spinge ad attuare uno stile educativo ancora più limitante, andando, quindi, ad intensificare i suoi drammatici risvolti negativi (Tonucci & Natalini, 2019). Da ciò, si evince, come sia estremamente necessario aiutare il genitore, tramite le proposte educative fornite

precedentemente, a migliorare la conoscenza, la sensibilità e la responsività, affinché essi abbiano la possibilità di essere supportati in questa fase di transizione così delicata. Difatti, gli interventi di cui sopra, servono, inoltre, a dare loro gli strumenti corretti per riconoscere le credenze ed i miti legati al tema della genitorialità, nella gestione dei contenuti emotivi e per la maturazione della consapevolezza ed, infine, per comprendere quanto sia importante l'accettazione nel favorire il benessere genitoriale e del proprio bambino.

3.3. Conclusioni.

In conclusione, l'analisi che, chi scrive, ha condotto sino a qui, riguardante l'interessante modello genitoriale tipico dei caregivers "elicottero", evidenzia come un eccessivo livello di controllo, di protezione e di numerose altre componenti tipiche dell'iper-genitorialità, possa portare a conseguenze negative sullo sviluppo dei figli, limitando la loro autonomia, la loro resilienza, le loro abilità sociali e le loro capacità di affrontare le sfide della vita in modo autonomo ed indipendente, come visto nei capitoli precedenti. Per superare tali implicazioni, è fondamentale adottare interventi mirati, specifici e flessibili che promuovano un approccio genitoriale più equilibrato, basato su un corretto modello educativo, come quello autorevole individuato da Baumrind, sulla genitorialità positiva e sull'incoraggiamento dell'indipendenza. Inoltre, è necessario educare i genitori "elicottero" ed i loro figli alla gestione dell'ansia, allo sviluppo delle competenze sociali ed all'importanza dell'autonomia, elementi essenziali per favorire un ambiente familiare che supporti il benessere emotivo e psicologico di tutti i membri del parentale. Difatti, solo attraverso un cambiamento sano, consapevole, strutturato e guidato da professionisti in materia, sarà possibile costruire relazioni familiari più positive e propositive per favorire la crescita equilibrata delle nuove generazioni.

Bibliografia:

- Arnett J. J. (2004), "Emerging Adulthood: The Winding Road from the Late Teens Through the Twenties", Oxford University Press, New York, USA.
- Arnett J. J. (2014), "Emerging Adulthood: The Winding Road from the Late Teens Through the Twenties", (2nd ed.), Oxford University Press, New York, USA.
- Baumrind D. (1991), "The influence of parenting style on adolescent competence and substance use", 11(1), 56-95, Journal of Early Adolescence, SAGE Publications, Thousand Oaks, California, USA.
- Barber B. K. (1996), "Parental psychological control: revisiting a neglected construct", 67(6), 3296-3319, Child Development, Wiley-Blackwell, Hoboken, New Jersey, USA.
- Baumrind D. (1971), "Current patterns of parental authority", 4(1), 1-103, Developmental Psychology, American Psychological Association (APA), Washington D.C., USA.
- Bowlby J. (1982), "Attachment and loss" in particolare Vol. 1: "Attachment", Basic Books, New York, USA.
- Bradley-Geist J.C., Olson-Buchanan J. (2014) "Helicopter parents: an examination of the correlates of over-parenting of college students", 56(4), 314-328, Education + Training, Emerald Group Publishing, Bingley, Regno Unito.
- Buhl H. (2007), "Well-being and the child-parent relationship at the transition from university to work life", 22(5), 550-571, Journal of Adolescent Research, SAGE Publications, Thousand Oaks, California, USA.
- Cooper-Vince C.E., Chan P.T., Pincus D.B. e Comer J.S. (2014), "Paternal autonomy restriction, neighborhood safety, and child anxiety trajectory in community youth", 35(4), 322-332, Journal of Applied Developmental Psychology, Vol. 35, N. 4, Elsevier Science Inc., New York, USA.

- Cui M., Janhonen Abruquah H., Darling C.A., Carlos Chavez F.L., Palojoki P. (2018), "Helicopter parenting, self-regulation, and well-being of emerging adults: a comparison between the United States and Finland", 27(2), 337-346, Journal of Child and Family Studies, Springer, New York, USA.
- Daitch C. (2011), "Anxiety disorders: the go-to guide for clients and therapists", W. W. Norton & Company, New York, USA.
- Deci E. L., Ryan R. M. (1985), "Intrinsic motivation and self-determination in human behavior", Plenum Press, New York, USA.
- Degnan K.A. e Fox N.A. (2007), "Behavioral inhibition and anxiety disorders: multiple levels of a resilience process", 26(1), 18-26, Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology, Vol. 26, Taylor & Francis, Philadelphia, PA, USA.
- Dunnewold A. (2007), "Even june cleaver would forget the juice box", Health Communications, Inc, Deerfield Beach, Florida, USA.
- Eccels J., Midgley C., Buchana C., Wingfield A., Reuman D., MacIver D. (1993), "Development during adolescence", 48(2), 90-101, American Psychologist, American Psychological Association (APA), Washington D.C., USA.
- Erikson E. (1982), "The life cycle completed: a review", W. W. Norton & Company, New York, USA.
- Faircloth C. (2014), "Intensive fatherhood? The (un)involved dad", in E. Lee - J. Bristow - C. Faircloth - J. Macvarish, "Parenting Culture Studies", Palgrave Macmillan, Londra, Regno Unito.
- Fingerman K.L., Cheng Y., Wesselmann E.D., Zarit S., Furstenberg F. e Birditt K.S. (2012), "Helicopter parents and landing pads: intense parental support of adult children", 74(4), 800-816, Journal of Marriage and Family, Wiley-Blackwell, Hoboken, New Jersey, USA.
- Gavazzi S.M., Anderson S.A., e Sabatelli R.M. (1993), "Family differentiation, peer differentiation, and adolescent adjustment in a clinical sample", 16(4), 287-305, Journal of Adolescence, Elsevier, Amsterdam, Paesi Bassi.

- Goodnow J. F., Goodnow J. J. e Collins W. A. (1990), "Development according to parents: the nature, sources, and consequences of parents' ideas", Psychology Press, Taylor & Francis Group, New York, USA.
- Gottman J.M., Hooven C., Katz L.F. (1996), "Meta-emotion philosophy and family functioning", 10(3), 243-268, Journal of Family Psychology, American Psychological Association (APA), Washington D.C., USA.
- Greco O. e Maniglio R. (2009/2010), "Genitorialità, profili psicologici, aspetti patologici e criteri di valutazione", Franco Angeli Milano, Milano.
- Grolnick W. S. (2008), "Pressured parents, stressed-out kids: dealing with competition while raising a successful child", Prometheus Books, Amherst, New York, USA.
- Grolnick W. S. e Ryan R. M. (1989), "Parent styles associated with children's self-regulation and competence in school", 81(2), 143-154, Journal of Educational Psychology, American Psychological Association (APA), Washington D.C., USA.
- Gubler M., Lill P., Stegmann S. (2014), "More than just climate: broadening the horizon on work climate and innovation", 35(7), 956-974, Journal of Organizational Behavior, Wiley-Blackwell, Hoboken, New Jersey, USA.
- Guidano V.F. (1992), "Psicoterapia cognitiva post-razionalista", Franco Angeli, Milano.
- Haim Ginnott (1969), "Between parent & teenager", Macmillan, New York, USA.
- Hardin B. J., Gullickson A. R., Thurston L. P. (2006), "The influence of parent education and family income on child achievement: the indirect role of parental expectations and the home environment", 20(3), 420-428, Journal of Family Psychology, American Psychological Association (APA), Washington D.C., USA.
- Hays S. (1996), "The cultural contradictions of motherhood", Yale University Press, New Haven, Connecticut, USA.
- Hong J., Hwang M., Kuo Y. e Hsu W. (2015), "Parental monitoring and helicopter parenting relevant to vocational students' procrastination and

- self-regulated learning", 42, 139-146, Learning and Individual Differences, Elsevier, Amsterdam, Paesi Bassi.
- Hoover-Dempsey K. V. e Sandler H. M. (1997), "Why do parents become involved in their children's education?", 67(1), 3-42, Review of Educational Research, American Educational Research Association (AERA), Washington D.C., USA.
 - Iafra R., Rosnati R. (2007). "Riconoscersi genitori. I percorsi di promozione e arricchimento del legame genitoriale", Erickson, Trento.
 - Inguglia C., Liga F., Lo Coco A., Inguglia S. (2015), "Parenting styles and psychological control: similarities and differences between mothers and fathers in Italy", 24(1), 141-153, Journal of Child and Family Studies, Springer, New York, USA.
 - Kindlon D., Thompson M. (2000), "Raising boys: why boys are different and how to help them become happy and well-balanced men", Ballantine Books, New York, USA.
 - LeMoyne T. e Buchanan T. (2011), "Does 'hovering' matter? Helicopter parenting and its effect on well-being", 31(4), 399-418, Sociological Spectrum, Taylor & Francis, Philadelphia, Pennsylvania, USA.
 - Levine M. (2012), "Teach your children well: why values and coping skills matter more than grades, trophies, or 'fat envelopes'", Harper Collins, New York, USA.
 - Lewin K., Lippitt R., White R. K. (1939), "Patterns of aggressive behavior in experimentally created social climates", 10(2), 271-299, Journal of Social Psychology, Routledge (oggi Taylor & Francis), New York, USA.
 - Locke J.Y., Campbell M.A. e Kavanagh D. (2012), "Can a parent do too much for their child? An examination by parenting professionals of the concept of overparenting", 40(1), 54-66, Journal of Guidance & Counselling, Routledge, Taylor & Francis, Londra, Regno Unito.
 - Luebke A.M., Mancini K.J., Kiel E.J., Spangler B.R., Semlak J.L., Fussner L.M. (2018), "Dimensionality of helicopter parenting and relations to emotional, decision-making, and academic functioning in

- emerging adults”, 25(7), 841-857, Assessment, SAGE Publications, Thousand Oaks, California, USA.
- Lythcott-Haims J. (2015) “How to raise an adult: break free of the overparenting trap and prepare your kid for success”, Henry Holt and Co., New York, USA.
 - Maccoby E. e Martin J. (1983), “Socialization in the context of the family: parent-child interaction”, (Vol. 4, pp. 1-101), Handbook of Child Psychology, Wiley, Hoboken, New Jersey, USA.
 - Mark I.L., Bakermans-Kranenburg M.J. e Ijzendoorn M.H. (2002), “The role of parenting, attachment, and temperamental fear in the prediction of compliance in girls”, 43(8), 883-896, Journal of Child Psychology and Psychiatry, Wiley-Blackwell, con sede principale a Hoboken, New Jersey, USA.
 - Markham L. (2012), “Peaceful parent, happy kids: how to stop yelling and start connecting”, Perigee, New York, USA.
 - Maslow A. (1943), "A theory of human motivation", 50(4), 370-396, *Psychological Review*, American Psychological Association (APA), Washington D.C., USA.
 - Milani P. (2008), “Il sostegno alla genitorialità: i modelli” Cap. “Co-educare i bambini” (pp. 61-72), Pensa Multimedia, Lecce.
 - Milani P. (2011), “Sostenere la genitorialità. Strumenti per rinforzare le competenze educative”, Erickson, Trento.
 - Montgomery N., (2010), "Helicopter parents: an examination of the correlates of over-parenting of college students" Association for Psychological Science (APS), Keene State College, New Hampshire.
 - Okray K. (2016), “Helicopter parenting and its effect on college students’ motivation and well-being”, 57(6), 688-694, Journal of College Student Development, American College Personnel Association (ACPA), Washington D.C., USA.
 - Padilla Walker L.M. e Nelson L.J. (2012), “Black hawk down?: Establishing helicopter parenting as a distinct construct from other forms

- of parental control during emerging adulthood”, 35(5), 1177-1190, Journal of Adolescence, Elsevier, Amsterdam, Paesi Bassi.
- Patrizi C., Rigante L., De Matteis E., Isola L. e Giamundo V. (2010), “Psichiatria e Psicoterapia”, in particolare nel capitolo “Caratteristiche genitoriali e stili di parenting associati ai disturbi internalizzanti in età evolutiva”, Giovanni Fioriti Editore, Roma.
 - Porfeli E.J. e Savickas M.L. (2012), “Career adapt-abilities scale: psychometric properties and relation to vocational identity”, 80(3), 748-753, Journal of Vocational Behavior, Elsevier, Amsterdam, Paesi Bassi.
 - Porfeli E.J., Lee B., Vondracek F.W. e Weigold I.K. (2011), “A multidimensional measure of vocational identity status”, 34(5), 853-871, Journal of Adolescence, Elsevier, Amsterdam, Paesi Bassi.
 - Power T.G. e Hill L.G. (2008), “Maternal protection and child adjustment: a multidimensional study”, 8(1), 1-30, Parenting: Science and Practice, Taylor & Francis, Philadelphia, Pennsylvania, USA.
 - Riera M. (2002), “Uncommon sense for parents with teenagers”, Perigee Books, New York, USA.
 - Rubin K.H., Nelson L.J., Hastings P. e Asendorpf J. (1999), “The transaction between parents’ perceptions of their children’s shyness and their parenting styles”, 23(4), 937-957, Journal of Behavioral Development, SAGE Publications, Londra, Regno Unito.
 - Rubin K.H., Hastings P.D., Stewart S.L., Henderson H.A. e Chen X. (1997), “The consistency and concomitants of inhibition: some of the children all of the time”, 68(3), 467-483, Child Development (SRCD), Wiley-Blackwell, Hoboken, New Jersey, USA.
 - Schiffrin H., Erchull M.J., Sendrick E., Yost J.C., Power V., Saldanha E.R. (2019), “The effects of maternal and paternal helicopter parenting on the self-determination and well-being of emerging adults”, 28(12), 3346-3359, Journal of Child and Family Studies, Springer, New York, USA.
 - Schiffrin H., Liss M., Miles-McLean H., Geary K., Erchull M. e Tashner T. (2014), “Helping or hovering? The effects of helicopter parenting on

- college students' well-being", 23(3), 548-557, Journal of Child and Family Studies, Springer, New York, USA.
- Segrin C., Woszidlo A., Givertz M., Bauer A. e Murphy M. T. (2012) "The association between overparenting, parent-child communication, and entitlement and adaptive traits in adult children", 12(3), 210-227, Journal of Family Communication, Taylor & Francis, Philadelphia, Pennsylvania, USA.
 - Shulman S., Kalnitzki E., Shahar G. (2014), "From early adolescence to emerging adulthood: parent-child relationships in longitudinal perspective", 34(5), 620-637, Journal of Early Adolescence, SAGE Publications, Thousand Oaks, California, USA.
 - Siegel D.J. e Payne Bryson T. (2011), "The whole-brain child: 12 revolutionary strategies to nurture your child's developing mind", Delacorte Press, New York, USA.
 - Sità C. (2004), "Il «ben-trattamento» delle famiglie nelle azioni di sostegno alla genitorialità", (Vol.223 pp. 71-86), La Famiglia, Studium, Roma.
 - Steinberg L., Lamborn S. D., Dornbusch S. M. e Darling, N. (1992), "Impact of parenting practices on adolescent achievement: authoritative parenting, school involvement, and encouragement to succeed", 63(5), 1266-1281, Child Development, Wiley-Blackwell, Hoboken, New Jersey, USA.
 - Stern D. (1985), "The interpersonal world of the infant", New York, Basic Books, New York, USA.
 - Thomasgard M. e Metz W. (1993), "Parental overprotection reassessed", 24(2), 67-80, Child Psychiatry and Human Development, Springer, New York, USA.
 - Tonucci F. e Natalini P. (2019), "A scuola ci andiamo da soli: l'autonomia di movimento dei bambini", Edizione Zeroseiup, Bergamo.
 - Ungar M. (2009), "Overprotective parenting: helping parents provide the right amount of risk and responsibility", 37(3), 258-271, American Journal of Family Therapy, Taylor & Francis, Philadelphia, Pennsylvania, USA.

- Wolf D.S., Sax L. e Harper C.E. (2009), "Parental engagement and contact in the academic lives of college students", 46(2), 325-358, NASPA Journal, Washington D.C., USA.

