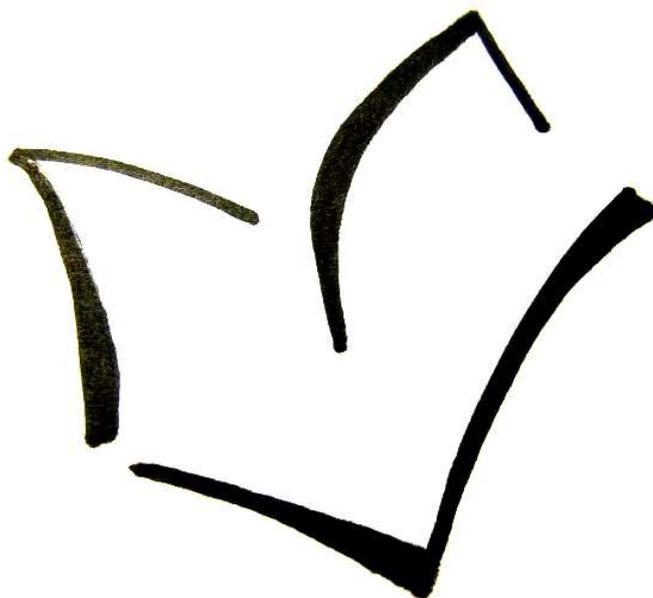




COMUNE DI CINTO CAOMAGGIORE  
- BIBLIOTECA -  
*presenta:*

# *Genitori ... in viaggio*



**BREVE BIBLIOGRAFIA**  
**per GENITORI e VIAGGIATORI**

*a cura di Federica Silverio e Maurizio Basso*

COMUNE DI CINTO CAOMAGGIORE  
Piazza San Biagio n°1  
Tel. (0421)209534/35 int. 7  
Fax (0421)241030

*Se riesci a mantenere la calma quando tutti intorno a te  
la stan perdendo e te ne attribuiscono la colpa,  
se sai aver fiducia in te stesso quando tutti dubitano di te  
ed essere indulgente verso chi ti dubita;  
se sai aspettare e non stancartene,  
e mantenerti retto se la calunnia ti circonda  
e non odiare se sei odiato,  
senza tuttavia apparire troppo buono né parlare troppo da saggio;  
se sai sognare senza abbandonarti ai sogni;  
se riesci a pensare senza perderti nei pensieri,  
se sai affrontare il Successo e la Sconfitta  
e trattare questi due impostori nello stesso modo;  
se riesci a sopportare di sentire la verità che tu hai detto  
distorta da imbroglioni che ne fanno una trappola per gli ingenui;  
se sai guardare le cose, per le quali hai dato la vita,  
distrutte e riesci a resistere ed a ricostruirle con strumenti logori;  
se sai fare un fascio di tutte le tue fortune  
e giocarlo in un colpo solo a testa e croce  
e sai perdere e ricominciare da capo  
senza mai lasciarti sfuggire una parola su quello che hai perso;  
se sai costringere il tuo cuore, i tuoi nervi, i tuoi muscoli  
a sorreggerti anche quando sono esausti,  
e così resistere finché non vi sia altro in te  
oltreché la volontà che dice loro: "Resistete!";  
se riesci a parlare con i disonesti senza perdere la tua onestà,  
o ad avvicinare i potenti senza perdere il tuo normale atteggiamento,  
se né i nemici né gli amici troppo premurosi possono ferirti,  
se per te ogni persona conta, ma nessuno troppo;  
se riesci a riempire l'inesorabile minuto  
dando valore ad ogni istante che passa:  
il mondo e tutto ciò che è in esso sarà tuo,  
e, quel che conta di più, tu sarai un Uomo, figlio mio!*

Rudyard Kipling, *Lettera al figlio*

Carissimi Genitori,

Vi proponiamo di seguito una selezione di testi dedicati all' "essere genitori", che, come sappiamo, è un'esperienza dura ma al contempo ricca di soddisfazioni e divertimento. Essere genitori è, appunto, un viaggio ! Un magnifico viaggio assieme ai nostri figli nel grande mare della vita, un viaggio (di nuovo) nel quale, in buona parte, siamo noi i piloti, decidiamo la direzione e impostiamo tutte le piccole correzioni di rotta necessarie ad arrivare al porto successivo.

Siamo convinti che ogni genitore sia perfettamente in grado di impostare la propria rotta, poiché il viaggio di ognuno di noi sarà indiscutibilmente unico e diverso da quello di chiunque altro. E sarà la nostra unicità di esseri individuali a fungere da bussola. Tuttavia ci fa piacere pensare di incuriosirVi proponendoVi una serie di testi che, con le mille curiosità proposte e i mille spunti che offrono, possono contribuire a rendere il nostro percorso ancora più unico ! Buon viaggio !!

## LA DOLCE ATTESA ...

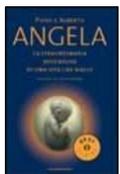
**Novo, Maria / Tonucci, Francesco – “BENVENUTO, GIOVANNI” (2007, Edizioni Laterza)**



“Benvenuto Giovanni”, è il diario di nove mesi di dolce attesa, scanditi dalle lettere che una mamma dedica al suo piccolo Giovanni. Una testimonianza tenera dei dubbi e delle paure, ma anche delle gioie e delle speranze, di una mamma in attesa di abbracciare per la prima volta il proprio figlio. Accompagnati dalle divertentissime vignette a fumetti di Francesco Tonucci.

Dalla quarta di copertina: “Mio caro appena arrivato, non so bene come cominciare questa lettera, emozionata come sono” Questi non sono i soliti consigli per futuri genitori. Qui ci sono solo le lettere – tenere e divertenti, sorprese e sorprendenti – che Irene scrive al piccolo Giovanni, ancora beatamente a riposo nella sua pancia.

**Angela, Piero e Alberto – “LA STRAORDINARIA AVVENTURA DI UNA VITA CHE NASCE” (1996, Mondadori)**



Da Piero e Alberto Angela non ci si può aspettare che grandi doti divulgative e questo libro conferma la regola, proponendoci un esaltante viaggio assieme ad una piccola cellula, ben presto destinata a diventare un vispo bambino fiero della propria unicità.

Dalla quarta di copertina: Questo libro racconta una straordinaria avventura: quella di una semplice cellula fecondata, che moltiplicandosi in miliardi di altre cellule riesce a diventare, in solo nove mesi, un Homo Sapiens. “La straordinaria avventura di una vita che nasce” è un utilissimo strumento per rispondere ai dubbi, alle curiosità e ai timori dei genitori su tutti gli argomenti realtivi al benessere di mamma e bambino, dai problemi legati alla fertilità, al travaglio al parto, fino al ritorno a casa, all'allattamento e allo sviluppo psicofisico del neonato.

## IMPOSTIAMO LA ROTTA ...

**Rosci, Manuela – “GENITORI SI DIVENTA” (2007, Giunti Editore)**



Come dice l'autrice nell'introduzione al libro, l'intento non è di “insegnare” a dei genitori. L'obiettivo è comunque di comunicare qualcosa: che avremo molte più possibilità di essere dei buoni genitori se avremo il coraggio di metterci in gioco: “un adulto che vuole essere un buon genitore deve occuparsi di se stesso in prima persona, deve riprendere il dialogo con se stesso e deve chiarire qual è il senso della sua vita”.

Dalla quarta di copertina: Non c'è nessun genitore che lavora intenzionalmente per danneggiare la vita di un figlio. Lo devo ancora trovare. Tutti vogliono il bene e la felicità ma non sempre hanno un chiaro progetto per raggiungerla. I figli ci portano dove vogliono loro, se non sappiamo dove è importante accompagnarli, e questa è la giusta formula: pazienza + amore + fermezza + credere in quello che fate. Buon lavoro !

### **Rizzi, Lucia – “FATE I BRAVI ! (0-3 anni)” (2009, RCS Libri)**



Tata Lucia, protagonista dell'ormai famosissimo programma televisivo, ci sa decimante fare con i bambini (e ancor più con i genitori). Armata, oltre che dalle sue indiscutibili qualifiche professionali, da una buona dose di sano buonsenso, accompagna noi e i nostri figli nel difficile percorso della crescita, disseminato di mille difficoltà ma foriero di incredibili soddisfazioni.

Dalla quarta di copertina: L'arrivo di un bambino è la più grande gioia per una coppia, ma nei primi tempi è anche fonte di paure e dubbi: perché non smette di piangere ? Perché continua a svegliarsi di notte ? E perché, crescendo, con i progressi si moltiplicano anche altri problemi? Tata Lucia, vera Mary Poppins contemporanea, si dedica alla fase cruciale che va dalla nascita ai 3 anni, presentando regole chiare e consigli efficaci per accogliere il neonato in famiglia e accompagnarlo nell'affascinante percorso alla scoperta del mondo.

### **Angela, Piero– “DA ZERO A TRE ANNI” (2000, Mondadori)**



“Da zero a tre anni” è uno dei lavori più famosi di Piero Angela, e tratta con dovizia di particolari scientifici e di esempi pratici, come si sviluppa la personalità dei nostri figli nei primi tre anni di vita, il periodo in cui le loro capacità di apprendimento sono al massimo delle potenzialità. Grazie al solito stile chiaro e convincente, una guida da non farsi sfuggire !

Dalla quarta di copertina: Nei primi 3 anni si gioca una partita cruciale: il cervello del neonato entra in contatto con l'ambiente e assorbe come una spugna tutto quello che avviene attorno a lui: immagini, suoni, colori, parole. E' attraverso queste graduali esperienze che si costruiscono la sua psiche e la sua personalità. Questo libro spiega cosa avviene nella mente umana durante la prima infanzia e illustra ai genitori come spiano importanti le mosse che essi giocano sullo scacchiere della vita dei propri figli.

## **PICCOLI GRANDI DISTURBI ...**

### **Eberlein, Tamara – “E TUTTI FAN LA NANNA” (2006, Salani)**



La notte può essere un momento difficile per i piccoli ... ma anche per i genitori. Il libro di Tamara Eberlein aiuta a trovare le modalità adeguate per insegnare ai bambini a dormire tranquilli. Non è pensabile che ci sia una strategia universale valida per tutti i bambini, ma questo testo offre molte soluzioni, dalle quali ognuno potrà prendere spunto per affrontare il problema assieme al proprio piccolo !

Dalla quarta di copertina: Dormire. Sembra facile. Eppure tantissimi bambini da zero a sei anni hanno problemi legati al sonno. Perché? Molti bambini, per stabilizzare il ritmo del sonno, devono imparare "come si fa". Molti genitori non sanno come risolvere questa difficoltà e spesso non sanno neppure a chi chiedere aiuto.

### **Farnetani, Italo – “I BAMBINI GUARISCONO SEMPRE” (2006, Mondadori)**



La salute dei propri figli è la priorità per ogni genitore. Spesso tuttavia succede che piccoli disturbi vengano ingigantiti dalla normale apprensione che ogni genitore prova quando c'è di mezzo il suo bene più prezioso. Questo testo è un manuale pratico per aiutare i genitori dai primi mesi ai 10 anni di vita del bambino, esaminando i disturbi più diffusi e le malattie dell'infanzia.

Dalla quarta di copertina: Italo Farnetani, uno dei più noti pediatri italiani, mette la sua esperienza a disposizione di mamme e papà impegnati a risolvere i problemi di salute dei loro figli. Qui i genitori troveranno utili informazioni di natura medica accanto a consigli pratici, dall'allattamento alle vaccinazioni, dal pianto del neonato al pronto soccorso in caso di incidenti. Ogni problema è spiegato con la competenza e la chiarezza di un pediatra che non solo conosce i bambini, ma anche i dubbi e le incertezze di chi affronta per la prima volta il mestiere di genitore.

## ENTRIAMO IN SINTONIA ...

### **Filliozat, Isabelle – “LE EMOZIONI DEI BAMBINI” (2001, Edizioni Piemme)**



Isabelle Filliozat, psicoterapeuta di fama internazionale, ci accompagna con questo libro alla scoperta delle emozioni dei nostri figli, per aiutarci a comprendere anche quello che non dicono apertamente, e attraverso questo percorso, crescere noi per primi, come genitori e persone.

Dalla quarta di copertina: Cosa si nasconde dietro al pianto di un bambino ? E come consolarlo? Come reagire di fronte alle urla e ai suoi capricci ? Come gestire la sua rabbia o il suo dolore ? Le emozioni non sono solo il sale dell'esistenza, ma anche la sua essenza. E non sono mai pericolose. Tutto sta nell'imparare a conoscerle, riconoscerle, ad accettarle e a viverle. Ecco perché, per aiutare i bambini a crescere felici, liberi e autonomi, bisogna imparare a comprendere le loro emozioni e arricchire il loro quoziente emotivo.

### **Sunderland, Margot – “RACCONTARE STORIE AIUTA I BAMBINI (2004, Edizioni Erikson)**



Spesso si trascura il ruolo positivo che le favole possono avere nella crescita dei bimbi. Questo libro vuol essere un aiuto al genitore, che ci spiega come le favole possono avere un ruolo importante nel superare paure e difficoltà.

Dalla quarta di copertina: Non parlare con un bambino delle paure e delle difficoltà che incontra crescendo può causare la comparsa di comportamenti problematici; nell'infanzia infatti non si è ancora sviluppata la capacità di gestire autonomamente le proprie inquietudini. Per imparare a farlo, è necessaria la presenza costante di un adulto che sappia ascoltare e dare risposte rassicuranti con il linguaggio appropriato che non è quello diretto e razionale, bensì quello indiretto, immaginifico, metaforico tipico delle storie che gli adulti raccontano e che i bambini amano farsi raccontare. Questo libro presenta varie modalità per raccontare storie e suggerimenti su come comportarsi quando invece a raccontare sono i bambini.

## GIOCHIAMO ASSIEME ?

### **Davis, Susan / Wilson Hall, Nancy – “GIOCHI CON ME ?” (2008, DeAgostini)**



Il libro, di facile lettura e pieno di immagini colorate, propone 1001 attività di semplice realizzazione da fare assieme ai propri bambini dai 3 mesi ai 5 anni.

Dalla quarta di copertina: Il gioco è senza dubbio il modo più semplice e divertente per imparare. Il volume propone attività di semplice realizzazione studiate per i bambini e divertenti per i genitori, giochi mirati a sviluppare le capacità linguistiche, sociali, di coordinazione e di risoluzione dei problemi.

### **Di Pietro, Mario / Dacomo, Monica – “GIOCHI E ATTIVITA' SULLE EMOZIONI (2007, Edizioni Erikson)**



Questo non è un libro. E una scatola-kit di attività e giochi sulle emozioni che consente ai bambini dai 3 ai 16 anni di comprendere e gestire le proprie emozioni, con l'aiuto di un libro ricco di indicazioni, schede operative, giochi e carte e ... il Barometro delle Emozioni.

Dalla quarta di copertina: Basato sui principi dell'educazione razionale-emotiva, questo kit di attività e giochi sulle emozioni consente a bambini e ragazzi dai 3 ai 16 anni di acquisire in modo divertente e coinvolgente una maggiore competenza nella gestione delle proprie emozioni.

## OLTRE MAMMA E BIMBO ...

### Cesari Lusso, Vittoria / Wilson Hall, Nancy – “IL MESTIERE DI NONNA E NONNO” (2004, Edizioni Erikson)



Trattasi di un diario in cui i protagonisti raccontano la propria esperienza e ci danno un'idea nuova del "mondo nonni", un ruolo importante in famiglia ma intuitivamente distante dalla concezione che se ne aveva un tempo.

Dalla quarta di copertina: Il "mestiere" di nonna e di nonno nella realtà odierna è un ruolo con caratteristiche e implicazioni tutte (o quasi) da scoprire. Attraverso questo diario emergono, tra l'altro, la riscoperta della delicatezza dell'infanzia fatta dai nonni attraverso i nipotini, la rivelazione di nuove dimensioni nella relazione genitori-figli, la sorpresa di fronte ai frutti dell'autunno della vita.

### Baldassarre, Ivano– “C'E' ANCHE PAPA'” (2006, Edizioni Erikson)



Come per i nonni, anche la figura del padre è stata "rivalutata" (nel senso di valutata in modo diverso) con il passare delle generazioni. Questo libro vuole essere un manuale di sopravvivenza per tutti i padri offrendo pratici consigli per superare le difficoltà di questo "mestiere".

Dalla quarta di copertina: Scritto da un padre per i padri, il libro affronta il tema della crescita e dell'educazione dei figli alla luce del mutato ruolo del papà nella società odierna. Con uno stile semplice e chiaro, a partire da dati di esperienza reale e quotidiana, vengono offerti alcuni consigli per aiutare i papà a essere padri "sufficientemente buoni", per districarsi al meglio tra le difficoltà che possono incontrare nel percorso dei propri figli verso l'età adulta.

## PER RIDERCI UN PO' SU ...

### De Lillo, Claudia – “NONSOLOMAMMA” (2008, TEA SpA Milano)



Claudia De Lillo, milanese, ha aperto nel 2006 il blog *nonsolomamma.com*, vincitore dei "Blog Awards" nel 2007 nella categoria "intrattenimento". "Nonsolomamma" raccoglie con ordine alcune delle sue più riuscite e divertenti esternazioni nel ruolo di mamma super impegnata, sempre in corsa contro il tempo. E chi l'ha provato, sa che la mamma ritratta in copertina, con dieci braccia divise tra figli piangenti, telefonino, quotidiano e borsa della spesa ... è ironica solo fino a un certo punto !

Dalla quarta di copertina: Lei fa la giornalista finanziaria. Ha due hobbit di sesso maschile. Il più grande ha quattro anni, ma le donne, il cioccolato e il "Signore Degli Anelli". Da grande farà il cavaliere Jedi. Il più piccolo ama le papere e le scarpe. Lei ha i piedi per terra, i capelli a carciofo e un cronico senso di colpa. Ha giornate complicate e notti impegnative. Non si veste da strafiga perché sta scomoda, non si trucca perché non ne ha il tempo, non si mette la crema idratante perché se ne dimentica. Se per sbaglio chiude gli occhi crolla addormentata. Lei è un'elasti-mamma, nel bene e nel male.

*“I vostri figli non sono figli vostri.*

*Sono i figlie e le figlie*

*della brama che la Vita ha di se stessa.*

*Essi vengono attraverso voi ma non da voi,*

*e sebbene siano con voi non vi appartengono”*

Kahlil Gibran, *Il Profeta*