



Il lato divertente di imparare

Data: 06/05/2020

Portale di informazione nazionale: FanPage.it

Pag. 1 di 6

Link:

<https://www.fanpage.it/cultura/il-superpotere-della-mindfulness-per-barbara-franco-libri-per-aiutare-genitori-e-figli/>

fanpage.it

Il superpotere della mindfulness per Barbara Franco: “Libri per aiutare genitori e figli”

La collana di libri-gioco QUID+ di Gribaudo editore, dedicata all'età pre-scolare, si occupa di stimolare i genitori nel trascorrere tempo di qualità con i propri figli attraverso la combinazione libro-gioco ed è stata pensata da Barbara Franco, che a Fanpage.it spiega: “Quando nasce un bambino nascono anche due genitori”.

61

Consiglia

CULTURA

LIBRI

8 MAGGIO 2020

10:16

di Redazione Cultura



“Quando nasce un bambino nascono anche due genitori”. È questo il mantra di **Barbara Franco**, ideatrice della collana **QUID+**, edita da **Gribaudo** e dedicata all'età pre-scolare, che si occupa di stimolare i **genitori** nel trascorrere tempo di qualità con i propri **figli** attraverso la combinazione libro-gioco. Da ieri, 7 maggio, complice la fine del severo periodo di **lockdown** a cui

siamo stati tutto sottoposti, è arrivato in libreria "Il superpotere della Mindfulness", mentre dalla settimana prossima (14 maggio) sarà disponibile anche "Primissime Letture".



Il lato divertente di imparare

Data: 06/05/2020

Portale di informazione nazionale: FanPage.it

Pag. 2 di 6

Link:

<https://www.fanpage.it/cultura/il-superpotere-della-mindfulness-per-barbara-franco-libri-per-aiutare-genitori-e-figli/>

fanpage.it

Come è nata l'idea della collana QUID+?

La mia esperienza di mamma mi ha fatto comprendere come il mondo sia focalizzato a far crescere il bambino; nessuno pensa a far crescere noi genitori, che spesso ci sentiamo inadeguati o assaliti dai dubbi. Quindi posso dire che la Collana QUID+ nasce da una mamma, che come tante mamme si è chiesta: “cosa posso fare oggi per mio figlio, per permettergli di vivere al meglio il suo futuro?” QUID+ infatti, nonostante le apparenze, è un percorso di crescita per genitori insieme ai loro figli. Dico nonostante le apparenze, perché i prodotti QUID+, hanno la sembianza di libri per bambini o giochi educativi, ma all’interno c’è sempre uno strumento fondamentale, quel quid in più appunto, che è il micro-saggio per genitori. Un testo che serve per dare conoscenze di base per genitori delle più avanzate tecniche pedagogiche, psicologiche e pediatriche, scientificamente provate, ma applicabili nella quotidianità di casa nostra. Ecco quindi la missione che mi sono data con QUID+: entrare nelle case, nelle famiglie, per disseminare quella tanta conoscenza scientifica che c’è legata al mondo dell’infanzia, ma che spesso rimane relegata in ambito accademico o professionale e non arriva nelle nostre case.

Ci presenta i titoli più interessanti?

I titoli su cui sto avendo maggiori riscontri da parte del pubblico sono sicuramente quelli legati all’intelligenza emotiva, un pilastro fondamentale per la crescita dei nostri bambini. Ho realizzato infatti un percorso che si articola con più tappe: dallo sviluppo del vocabolario emotivo del bambino, individuando ben 48 emozioni da imparare con Le Sfumature delle Emozioni, al racconto verbale e paraverbale delle proprie emozioni con Il Linguaggio delle Emozioni per arrivare all’espressione attraverso il disegno con Tutte le facce delle Emozioni. Infine è in arrivo un libro, in cui ho dedicato gli ultimi mesi, dedicato alla gestione delle emozioni attraverso Il Superpotere della Mindfulness.



Il lato divertente di imparare

Data: 06/05/2020

Portale di informazione nazionale: FanPage.it

Pag. 3 di 6

Link:

<https://www.fanpage.it/cultura/il-superpotere-della-mindfulness-per-barbara-franco-libri-per-aiutare-genitori-e-figli/>

fanpage.it

Qual è stato l'impatto sui più piccoli della quarantena?



In generale credo che i bambini con diversa intensità stiano vivendo momenti di preoccupazione, di timore della perdita, paura di essere contagiati, ma anche noia e frustrazione, malinconia di amici e parenti che frequentano maggiormente, anche disorientamento per il cambiamento radicale delle abitudini. Dobbiamo pensare però, che non è detto che i bambini sappiano comunicare quello che sentono in modo lineare. Se molto piccoli non hanno gli strumenti per esprimere, ad esempio se non parlano ancora, o anche più grandicelli possono non essere in grado di riconoscere dentro di sé cosa stanno provando. Ecco che quindi scatti di rabbia, capricci, reazioni aggressive possono essere una via di sfogo evidente...



Il lato divertente di imparare

Data: 06/05/2020

Portale di informazione nazionale: FanPage.it

Pag. 4 di 6

Link:

<https://www.fanpage.it/cultura/il-superpotere-della-mindfulness-per-barbara-franco-libri-per-aiutare-genitori-e-figli/>

fanpage.it

Come si possono superare momenti difficili come quelli degli ultimi mesi?

Il mio consiglio, più che mai attuale in momento di quarantena, è quello di allenare l'intelligenza emotiva dei bambini, partendo proprio dai pilastri di cui ho parlato prima, quindi sviluppo del vocabolario emotivo per aiutarli a dare un nome a cosa provano e a sviluppare l'empatia per quelli che stanno intorno a loro, e poi imparare a raccontare e a raccontarsi. Da questo punto di vista validi sostegni che i genitori possono dare ai propri figli sono la lettura ed il racconto di fiabe e lo stimolo a strutturare un racconto autonomo, abilità a cui ho dedicato L'Inventafiabe, ispirato agli studi di Gianni Rodari sul mondo delle fiabe appunto.

La gestione delle emozioni al centro del volume in uscita su Mindfulness: come può un genitore in questa fase complessa che stiamo vivendo aiutare i propri figli?

La Mindfulness è un modo di vivere... o forse, potremmo dire, di tornare a vivere. In un mondo sempre più veloce, sempre più multitasking, sempre più altrove, la mindfulness è un richiamo a riprenderci il nostro qui ed ora, ad assaporare quello che abbiamo e di cui siamo circondati con tutti i nostri sensi, ad allontanarci dalle nostre emozioni difficili, a non lasciarci sopraffare da esse, a prenderne le giuste distanze. Si badi bene, non a nasconderle o a negarle, ma semplicemente a guardarle con lo sguardo dello scienziato in modo analitico, in modo da poterle gestire al meglio. Da questa breve definizione, può immaginare come questa capacità sia fondamentale in momenti come quelli che stiamo vivendo. Ma come fare nelle nostre case e con i nostri bambini? Nel libro "Il Superpotere della Mindfulness", per cui mi sono avvalsa dell'aiuto specialistico della psicologa Stefania Rotondo, propongo un percorso di consapevolezza che possiamo realizzare in modo semplice con i nostri bambini, basato su giochi sensoriali, motori e di immaginazione. Questi giochi, MindfulPlay, sono basati su protocolli scientifici che un'equipe americana sta sviluppando e per la prima volta sono pubblicati in Italia. Quindi in questo momento difficile, di cattività, di intensità emotiva la Mindfulness praticata con regolarità è un aiuto prezioso per aumentare la consapevolezza dei nostri bambini e aiutarli a gestire le emozioni difficili, in particolare favorisce la calma e l'attenzione.



Il lato divertente di imparare

Data: 06/05/2020

Portale di informazione nazionale: FanPage.it

Pag. 5 di 6

Link:

<https://www.fanpage.it/cultura/il-superpotere-della-mindfulness-per-barbara-franco-libri-per-aiutare-genitori-e-figli/>

fanpage.it

Parliamo dei volumi "Primissime letture": credi che da questo periodo ne verranno fuori più bambini lettori di prima?



Questo periodo potrebbe essere obiettivamente una grande opportunità per la lettura, ma se verranno fuori bambini più lettori di prima, dipende da chi saprà farli appassionare alla lettura. Ovviamente il nodo cruciale è sempre il genitore, il mediatore, e con Primissime Letture, ho voluto dare un supporto concreto ai genitori in questa direzione. Mi rendo conto che questo è un obiettivo molto ambizioso, ma riuscire ad appassionare i bambini alla lettura è un grande dono per il loro futuro.



Il lato divertente di imparare

Data: 06/05/2020

Portale di informazione nazionale: FanPage.it

Pag. 6 di 6

Link:

<https://www.fanpage.it/cultura/il-superpotere-della-mindfulness-per-barbara-franco-libri-per-aiutare-genitori-e-figli/>

fanpage.it

Vede molti bambini si allontanano dalla lettura soprattutto inizialmente per frustrazione, perché trovano difficile affrontare un testo.

Il grande lavoro che ho fatto con la mia equipe di esperti, è stato proprio quello di individuare dei livelli di difficoltà crescenti, in modo che ogni bambino possa essere messo di fronte alla giusta difficoltà, alla giusta sfida in modo da provare soddisfazione dall'avercela fatta! Si immagina un bambino che conclude la lettura del suo primo libro! Quanto può essere orgoglioso! Ovviamente è stato molto complesso scrivere i racconti per ciascun livello, perché a volte posso dire che letteralmente mi mancavano le parole, incastrate nei tanti vincoli dettati dal metodo di Primmissime Letture. Ma con l'aiuto delle immagini di Sergio Gerasi, che ho scelto per la grande freschezza e espressività, sono riuscita a creare piccole grandi storie, tutte liberamente ispirate a fatti realmente accaduti, che spero sappiano appassionare i primissimi lettori. Personalmente sono molto soddisfatta del risultato.... Ora attendo fiduciosa il responso dei bambini!