



I bambini sereni giocano anche col pericolo

LO SOSTIENE **JESSICA ALEXANDER** CHE IN UN NUOVO MANUALE SVELA I SEGRETI PER EDUCARE I FIGLI SECONDO IL METODO DANESE. NIENTE CAMPANE DI VETRO E TUTTI INSIEME IN CUCINA

di **Giulia Villoresi**



GETTY IMAGES X2



A sinistra, la cover del libro **Il metodo danese per giocare con tuo figlio** (Newton Compton, pp. 224, euro 10)

I **L50 PERCENTO** delle mamme occidentali legge manuali per genitori. L'americana Jessica Joelle Alexander, dopo averne letti a decine, ha realizzato che funzionavano meglio i consigli dei suoi parenti danesi, così ha scritto un manuale per divulgarne il segreto. *Il metodo danese per crescere bambini felici* (2014) è diventato un bestseller internazionale, e da allora Alexander, psicologa e giornalista che vive tra Italia e Danimarca, è portavoce della filosofia educativa del popolo più felice al mondo secondo innumerevoli World Happiness Report. Il suo ultimo manuale è *Il metodo danese per giocare con tuo figlio* (Newton Compton), scritto con la consulente familiare Camilla Semlov Andersson: un ripasso del Metodo, raccontato attraverso la lente del gioco e del tempo libero. Ogni attività può essere un gioco, basta mettere in pratica l'hygge. È il rito attraverso cui i danesi si rilassano insieme. Più che un'azione, descrive un'atmosfera confortevole fondata sulla consapevolezza ("ora mi dedico all'hygge") e su piccoli accorgimenti estetici: candele e

musica per fare una torta insieme, cioccolata calda come coadiuvante per i compiti, un mucchio di cuscini tra cui leggere una favola. Il capolavoro si nasconde nei dettagli (i danesi sono i maggiori consumatori al mondo di candele e dolci: entrambi i dati sono imputabili all'hygge). Persino la spesa può essere *hyggeligt*, ma solo se avete il tempo e le energie sufficienti per lasciar condurre il gioco a vostro figlio.

Stesso discorso sulle faccende domestiche: per i danesi sono un must dell'infanzia felice. Offrono l'occasione di elogiare l'impegno ed esercitare la calma («Oops, è caduta l'acqua, va bene, adesso ripuliamo»). I genitori danesi, d'altronde, aggirano lo scontro e scoraggiano le logge di potere usando la dolcezza. No agli ultimatum. Sì alle proposte trabocchetto («Ci laviamo i denti adesso o dopo aver messo il pigiama?»). Via libera ai giochi pericolosi, come accendere un fuoco o arrampicarsi, perché stimolano abilità e indipendenza. L'idea è: «se una cosa fa parte della vita, deve far parte dell'educazione». Le storie per bambini sono un buon esempio: nella versione originale danese, la Sirenetta non sposa il principe, anzi, muore di tristezza e si trasforma in schiuma di mare. □