

Che cosa blocca la crescita emotiva dopo l'adolescenza?

PERCHÉ SUCCEDE

Quasi mai una cosa sola: le cause sono sociali, psicologiche e di sviluppo, e si tengono per mano. Può essere mancato un sostegno negli anni in cui si impara a stare con quello che si sente, può esserci una pressione di aspettative davanti a cui si è chiuso, o un isolamento che gli ha tolto la palestra delle relazioni; possono pesare l'ansia e la bassa autostima, che fanno evitare ogni prova. Le aree del cervello che frenano l'impulso maturano per tutti i vent'anni (Casey e colleghi, 2008), ma da sole non spiegano niente, perché conta quanto ha potuto allenarsi.

COSA PUOI FARE

1. **Usa le tre famiglie come lenti, non come caselle.** Non servono a incasellarlo, ma a guardare la vostra storia con occhi meno stanchi di quelli della sera.
2. **Cerca una scena per ciascuna.** L'amico che vede una volta al mese, il colloquio a cui non va perché la sera prima sta male, la voce che sale quando lo contraddici davanti a qualcuno.
3. **Chiediti da quanto la vedi senza averle dato un nome.** Il tempo che passa senza nome è tempo in cui la cosa si rafforza.
4. **Guarda anche le difficoltà che gli hai tolto di mezzo.** Se qualcuno gliel'ha sempre risparmiato, oggi le evita perché nessuno gli ha mostrato che si possono reggere.
5. **Di' ad alta voce il fattore che hai riconosciuto,** con le parole che useresti con un amico: una cosa che ha un nome si può cominciare a guardare.

COSA EVITARE

Non cercare un colpevole, in lui o in te, perché questi fattori non lavorano mai da soli. E non usare ansia, depressione o autostima come etichette da appiccicargli a tavola: nominarle serve a capire a che cosa guardare, non a fare una diagnosi.

QUANDO CHIEDERE AIUTO

Se l'isolamento diventa ritiro, cioè smette di cercare lavoro o di seguire i corsi, il ritmo del sonno si capovolge e le uscite si riducono per tre mesi, non aspettare: il segnale che cambia il quadro è quando le tue proposte non le rifiuta più, semplicemente non le registra.

Se in quello che hai letto riconosci tuo figlio, parliamone. Scrivimi a ivan@ivanferrero.it e raccontami in due righe cosa sta succedendo: ti rispondo io. Un primo colloquio serve a capire insieme se serve un percorso e di che tipo, senza impegnarti a niente. Lavoro da anni con i genitori e, se occorre, direttamente con i ragazzi.