

Compra sempre le stesse cose: che cosa vuol dire?

PERCHÉ SUCCEDE

Una spesa che si ripete uguale quasi mai è golosità: è una risposta che ha trovato a un momento della giornata che gli pesa. La merendina delle quattro, le figurine dopo la verifica, il gioco comprato la sera che è andata male non parlano dell'oggetto, parlano di quando arrivano. Nella mia pratica vedo che se si guarda l'orario invece dell'articolo, quasi sempre lo schema si spiega da solo.

COSA PUOI FARE

- 1. Segna per due settimane quando compra, non cosa compra.** Giorno e ora bastano. Il disegno che viene fuori dice più di qualunque elenco di prodotti, perché mostra i momenti che si ripetono.
- 2. Chiedigli come sta in quel momento.** "Ho notato che compri spesso qualcosa all'uscita da scuola: come ti senti quando esci?" È una domanda sulla giornata, non sul denaro, ed è l'unica che apre invece di chiudere.
- 3. Cerca la cosa che accende la spesa.** Il negozio sulla strada, il passaggio davanti al distributore, il voto appena preso, la visita dai nonni con i soldi in mano. Individuarla insieme vi permette di decidere prima e non nel momento.
- 4. Guarda se cambia con certe persone.** Se spende di più quando è con qualcuno in particolare, la spesa sta pagando un posto nel gruppo. Nominale senza accusare nessuno e chiedigli come si trova in quelle uscite.
- 5. Ricostruite una volta in cui ha resistito.** Che cosa era diverso quel giorno, dove aveva i soldi, con chi era. Le sue strategie che funzionano esistono già e nessuno gliel'ha mai fatte notare.

COSA EVITARE

Non trattare la spesa ripetuta come un capriccio da togliere: se è la risposta che ha trovato a un momento difficile, portargliela via senza sostituirla lascia solo il momento difficile. Ed evita di ridurgli la paghetta per correggerla, perché sposti il problema sul denaro e perdi la possibilità di vedere che cosa c'era sotto.

QUANDO CHIEDERE AIUTO

Se noti che la spesa consola sempre più spesso e sempre meno a lungo, guarda oltre i soldi: se smette di interessargli anche quello che prima gli piaceva, se il modo di parlare di sé diventa una condanna fissa invece di uno sfogo, se cambiano sonno o appetito. Due settimane di questo quadro, quasi tutti i giorni, sono il momento di parlarne.

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. Mi occupo di umore e autostima nei ragazzi da anni, con i ragazzi e con le famiglie.