

Quanto conta l'esempio che do io?

PERCHÉ SUCCEDE

Conta più di quello che dici, e la parte che conta di più non è quella che stai controllando. Un figlio non registra i tuoi discorsi sul risparmio, registra la faccia che fai quando arriva una spesa imprevista, il modo in cui racconti la tua giornata di lavoro, la frase con cui spieghi un tuo insuccesso. Nella mia pratica sento ragazzi ripetere alla lettera frasi che i genitori non ricordano di aver detto, e quasi mai sono frasi pronunciate per educarli.

COSA PUOI FARE

- 1. Ascolta come commenti i soldi degli altri.** «Che spreco», «quelli se lo possono permettere»: è la prima cosa che copiano, e diventa il modo in cui guarderanno anche sé stessi.
- 2. Fai vedere l'integrità nelle cose minime.** Restituire un resto sbagliato, segnalare un errore che era a tuo favore, riparare una cosa invece di ricomprarla. Sono gesti che non commenti e che restano.
- 3. Dividi le cause quando racconti come ti è andata.** Non «non mi hanno capito» e non «sono il migliore», ma la parte tua e la parte delle circostanze, tutte e due nominate. È così che impara a farlo con i suoi voti.
- 4. Ammetti quando non sai, e cambia idea davanti a lui quando ha ragione.** «Non lo so, guardiamo insieme» e «avevi ragione tu» valgono più di dieci discorsi sul pensare con la propria testa.
- 5. Sorveglia come parli del lavoro a tavola.** Se l'unico racconto che sente è la lamentela, quella diventa la sua previsione sul futuro. Non serve fingere entusiasmo: basta che accanto alla fatica compaia anche qualcos'altro, e che senta storie di persone che una strada l'hanno trovata.

COSA EVITARE

Non fare l'esempio a comando, con la scenetta pensata per lui: la coerenza si nota, la recita anche. Ed evita di correggerli in pubblico dicendo «fai come dico, non come faccio», perché autorizza esattamente quello che stai cercando di evitare.

QUANDO CHIEDERE AIUTO

Che un ragazzo veda il futuro grigio, a tratti, è dell'età. Il quadro cambia quando smette di essere una lamentela e diventa una previsione ferma su di sé, «tanto finirò come voi», che resta anche davanti alle prove contrarie, e insieme si spegne il piacere per cose che prima gli piacevano. Se dura due settimane quasi tutti i giorni, con irritabilità più che tristezza, ritiro dagli amici e sport abbandonato, non è pessimismo.

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.