

Che cosa posso fare, concretamente, per smuovere la situazione?

PERCHÉ SUCCEDERE

Dopo mesi di immobilità viene voglia di una scossa: un ultimatum, un'iscrizione, una conversazione definitiva. Ma ogni tentativo che va storto gli conferma di non avere presa su niente, e una proposta troppo grande, per un ragazzo che ha paura, è un tentativo già fallito prima di cominciare. Il ciclo si rompe nel punto più sottile: un passo piccolo che riesce può rendere un po' più credibile quello dopo.

COSA PUOI FARE

- 1. Parti da quello che già succede.** L'ora in cui esce, la cucina, una cosa che fa ogni sera: il primo passo si trova lì, non si inventa.
- 2. Cerca il passo che viene da lui.** Se lascia intravedere un desiderio, restituiscilo come possibilità: «ti lascio il suo numero sul frigo» è una possibilità, «perché non gli scrivi?» è una richiesta travestita.
- 3. Se esita, dimezza.** Il passo si misura su di lui oggi, non sulla sua età: fra uno che riesce e uno che impressiona, scegli sempre quello che riesce.
- 4. Proponi una volta, fuori dalla stanza, con la via d'uscita.** «Se ti va; se poi non te la senti, finisce lì.» Il giorno dopo non si chiede «allora?».
- 5. Accorgiti del tentativo, senza festa.** Una frase sola, «mi ha fatto piacere vederti a tavola», e poi si parla d'altro: la festa lo tratta da paziente.

COSA EVITARE

Non consegnargli una lista di piccoli compiti scritta da te: viene da fuori, e a una richiesta risponde con il no o con il silenzio. E non leggere il no come un fallimento: ti dice che il passo era troppo grande.

QUANDO CHIEDERE AIUTO

Guarda che cosa succede quando un passo non riesce. Finché dice «non ci sono riuscito» è un episodio; se diventa «sono fatto così», resta anche davanti alle prove contrarie e comincia a evitare cose che non c'entrano, non rimandare oltre un paio di mesi.

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.

Ivan Ferrero

Psicologo psicoterapeuta · ivan@ivanferrero.it

Collana *Genitori senza stress*
Tutte le schede su ivanferrero.it