

Devo dirgli che stiamo attraversando un periodo difficile?

PERCHÉ SUCCEDE

Sì, ma non tutto. La domanda vera non è se dirlo: se in casa c'è una difficoltà, tuo figlio l'ha già vista. Ha notato la spesa cambiata, il tono diverso, la telefonata interrotta quando è entrato. Quello che non ha è una spiegazione, e senza spiegazione se ne costruisce una peggiore, spesso con dentro l'idea che la colpa sia sua. Nella mia pratica vedo che i bambini reggono benissimo una brutta notizia detta bene e malissimo un clima che nessuno nomina.

COSA PUOI FARE

- 1. Dì che c'è una difficoltà e che ve ne state occupando.** Due frasi bastano. La parte che rassicura non è la gravità del problema, è sapere che qualcuno lo sta gestendo e che quel qualcuno non è lui.
- 2. Tara la lingua sull'età.** Ai piccoli serve un'immagine: anche il salvadanaio della famiglia ha bisogno di tempo per riempirsi. Ai grandi si può dire com'è: stiamo riorganizzando le spese e per un po' scegliamo con più attenzione.
- 3. Tieni in piedi una cosa piccola e visibile.** La serata film del venerdì resta, cambia solo che la pizza si fa in casa. Una routine che sopravvive dice che la casa regge meglio di qualsiasi assicurazione.
- 4. Dagli un compito vero e piccolo, e poi ridisegna il confine.** Un'idea per consumare meno, un aiuto concreto. E subito dopo: la gestione è compito nostro, il tuo compito è un altro.
- 5. Preparalo a cosa dire fuori.** Trovate insieme una frase sua per gli amici, tipo che quest'anno fate scelte diverse. Senza, si sente scoperto e comincia a evitare le occasioni.

COSA EVITARE

Non dare numeri che non sa dove mettere e non dire mai che le cose andranno bene se non lo sai: una assicurazione smentita costa più del silenzio. Ed evita il tono di chi si scusa o di chi accusa qualcuno, perché quello che resta ai figli non è la causa della crisi, è come l'avete attraversata.

QUANDO CHIEDERE AIUTO

Un po' di preoccupazione in questi mesi è sana. Il quadro cambia se se la prende addosso: comincia a dire che è un peso, rinuncia a tutto prima ancora che glielo chiediate, si stacca dagli amici e il rendimento cala. Se dura due settimane quasi tutti i giorni, con irritabilità più che tristezza e cambiamenti di sonno o appetito, non è la crisi economica che parla.

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.