

Quali domande posso usare stasera così come sono?

PERCHÉ SUCCEDE

Il problema quasi mai è la voglia di parlare con lui: è che sul momento non ti viene in mente niente di diverso da quello che dici sempre, e quello che dici sempre si esaurisce in due battute. Nella mia pratica vedo che non serve cambiare stile né diventare un altro genitore. Serve avere in tasca cinque domande già pronte, perché la differenza non la fa l'ispirazione, la fa non doverci pensare mentre state apparecchiando.

COSA PUOI FARE

- 1. Sullo sport o sull'attività che fa: aggiungi un pezzo a quella che già usi.** «Qual è il tuo sport preferito?» si ferma a una parola. «Qual è il tuo sport preferito? Che cosa ti piace di questo sport?» apre il racconto, ed è la stessa domanda con tre parole in più.
- 2. Sul pomeriggio a casa di un amico, chiedi in quest'ordine.** Ti sei divertito, a che cosa avete giocato, in che modo avete deciso a che cosa giocare. La terza è quella che rende: racconta le persone, non le attività.
- 3. Sul disegno non chiedere che cosa è.** Lo vedi. Chiedi perché ha deciso di disegnare proprio quello: la prima domanda chiede una didascalia, la seconda chiede una storia.
- 4. Sul fine settimana non nominare tu il posto.** «Quali sono i tuoi programmi per il fine settimana?» al posto di «domenica vai al parco con gli amici?». Se il posto lo metti tu, gli resta solo da confermare.
- 5. Se lo vedi giù, salta la verifica.** Non «sei triste?», che si chiude con un no che non è vero, ma «che cosa ti rende così triste?». La seconda dà per buono quello che stai vedendo, e a lui toglie il compito di ammetterlo.

COSA EVITARE

Non farle tutte e cinque nella stessa sera: una conversazione con cinque domande in fila diventa un interrogatorio, e la volta dopo lo vedi arrivare guardingo. Ed evita di usarle come apertura quando hai fretta: se non hai il tempo di ascoltare la risposta lunga, meglio la domanda breve di sempre.

QUANDO CHIEDERE AIUTO

Queste domande servono a farlo raccontare, quindi la soglia è il punto in cui non c'è più niente da raccontare. Guarda meno le risposte e più che cosa è sparito: se ha smesso di interessargli anche ciò che prima gli piaceva, quella cosa che nominava sempre e che ora non nomina più, e succede per due settimane quasi tutti i giorni, non è una fase di poche parole. Nei bambini e nei ragazzi si presenta più spesso come irritabilità che come tristezza, e cambiano insieme sonno, appetito e voglia di uscire.

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 loro e con le famiglie.