

Come lascio aperta la porta per la prossima chiacchierata?

PERCHÉ SUCCEDE

Ogni conversazione finisce prima di aver esaurito gli argomenti, e va bene così: quello che resta aperto è esattamente ciò che permette di ricominciare senza ripartire da zero. Nella mia pratica vedo che i genitori che faticano a riattaccare discorso sono spesso quelli che chiudono bene: arrivano a una conclusione, danno il consiglio, tirano le somme. Una conversazione conclusa non ha maniglie.

COSA PUOI FARE

- 1. Apri più finestre di quante ne chiudi.** Ogni argomento sfiorato e lasciato lì è uno spunto per un altro giorno. Non serve svilupparli tutti, serve che restino nominati.
- 2. Interrompi prima della fine, e dillo.** «Poi mi racconti com'è andata» trasforma una fine in un appuntamento. Vale molto più di dieci minuti in più adesso.
- 3. Torna su una finestra qualche giorno dopo.** «Allora, quella cosa di sabato?» Dimostra che te lo ricordavi, ed è la prova che il resto non era per educazione.
- 4. Non chiudere con un giudizio.** L'ultima frase è quella che gli resta addosso fino alla volta dopo. Se è una valutazione, la volta dopo comincia in difesa.

COSA EVITARE

Non chiedere il seguito lo stesso giorno o poche ore dopo: la finestra aperta è un invito, se la incalzi diventa una scadenza. Ed evita di riprendere una confidenza davanti ad altri familiari, perché gli insegna che quello che ti dice circola, e a quel punto non c'è porta che tenga.

QUANDO CHIEDERE AIUTO

Guarda meno le porte che apri tu e più se ci sono porte aperte altrove. La soglia qui è di reciprocità: pochi amici non è un problema, non avere nessuna relazione in cui dia e riceva qualcosa lo diventa. Se dura da qualche mese, se la solitudine smette di sembrare una preferenza e comincia a sembrargli una sconfitta di cui si vergogna, muoviti. Se ci sono esclusioni o prese in giro, non aspettare e parla anche con la scuola.

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 solitudine e relazioni in adolescenza da anni, con i ragazzi e con le famiglie.

Ivan Ferrero

Psicologo psicoterapeuta · ivan@ivanferrero.it

Da Parla con tuo figlio

Le altre schede della collana su ivanferrero.it