

Come gli parlo di relazioni senza farlo sentire sbagliato?

PERCHÉ SUCCEDERE

Su questo tema qualunque domanda diretta arriva come una verifica, perché lui la sta già facendo a se stesso tutti i giorni. «Non hai qualcuno?» detto con la massima delicatezza si traduce comunque in «anche tu ti sei accorto che manca». Nella mia pratica vedo che il problema non è quasi mai il contenuto di ciò che dici, è la posizione da cui lo dici: se ti mette nella parte di chi controlla se la casella è stata riempita, la conversazione è finita prima di cominciare.

COSA PUOI FARE

1. **Scegli un canale laterale.** In macchina, mentre cucinate, camminando. Senza guardarsi in faccia il costo scende, e su questo argomento il faccia a faccia è già di per sé un esame.
2. **Parla della cosa, non di lui.** «Ho letto che moltissimi ragazzi si sentono in ritardo su questo» apre una porta e lascia a lui decidere se entrarci. «Tu perché non esci con nessuno» la chiude e ce lo lascia fuori.
3. **Non chiedere aggiornamenti.** Un «novità?» ogni tanto, anche affettuoso, trasforma la sua vita affettiva in un rendiconto che ti deve, e da quel momento tacere diventa l'unico modo di non deluderti.
4. **Se ti racconta qualcosa, la prima volta non dare consigli.** La prima confidenza serve a testare che cosa succede quando parla. Se in cambio riceve un manuale su come comportarsi, una seconda volta non ci sarà.
5. **Fagli vedere che tu stai bene comunque.** Se percepisce che la tua tranquillità dipende dal fatto che lui trovi qualcuno, alla sua solitudine si aggiunge la tua delusione, ed è il peso che lo blocca di più.

COSA EVITARE

Non fare previsioni ottimistiche: «vedrai che arriverà» non ha prove e lui lo sa, e chiude il discorso. Ed evita di organizzargli occasioni mascherate da cene di famiglia o gite fra conoscenti: quando lo capisce, e lo capisce, la casa smette di essere il posto dove si può stare senza essere sistemati.

QUANDO CHIEDERE AIUTO

Il criterio non è se ha o non ha una relazione, ma la reciprocità in generale. Guarda se esiste almeno un legame, di qualunque tipo, in cui dà e riceve. Il segnale che sposta il quadro è quando la rinuncia si allarga: non solo niente storie, ma anche meno amici, meno uscite, meno iniziativa verso chiunque, per circa tre mesi. E quando la solitudine smette di essere raccontata come una preferenza e diventa una sconfitta di cui si vergogna, è il momento di farsi aiutare.

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 nei ragazzi e nei giovani adulti da anni, con loro e con le famiglie.