

Perché per un adolescente il gruppo conta più della famiglia?

PERCHÉ SUCCEDE

Perché il gruppo risponde a una domanda a cui la famiglia non può rispondere: chi sono io, adesso che non sono più il figlio di. La famiglia gli dice chi è stato, il gruppo gli dice chi è diventato, e a quindici anni la seconda informazione è molto più urgente. Nella mia pratica vedo che questa preferenza non è un giudizio su di te ed è quasi sempre temporanea: il gruppo funziona come una famiglia di prova, dove sperimentare ruoli che a casa non sono disponibili perché a casa il ruolo ce l'ha già.

COSA PUOI FARE

- 1. Non prenderla sul personale, per quanto lo sia.** Il tuo ridimensionamento è la misura di quanto sta crescendo, non di quanto vali. Se glielo fai pesare, gli chiedi di scegliere tra crescere e non ferirti: è una scelta che non deve fare.
- 2. Coltiva la parte di lui che non dipende dal gruppo.** Una cosa che sa fare bene e che il gruppo non conosce (uno strumento, un'officina, un'arte marziale, la cucina) gli lascia un posto dove vale a prescindere da chi lo guarda.
- 3. Dagli responsabilità reali in casa.** Non compiti simbolici: una spesa da gestire, un fratello da accompagnare, una cosa che senza di lui non si fa. Sentirsi necessario da qualche parte riduce di molto quanto deve dimostrare altrove.
- 4. Presidia i pochi momenti fissi.** Una cena, un viaggio in macchina, la domenica mattina. Pochi, brevi e non negoziabili, senza chiedergli in cambio di raccontare. La continuità conta più della quantità di tempo.
- 5. Allarga il campo senza forzarlo.** Un contesto in più dove ci sono altre persone (un corso, un volontariato, un lavoretto estivo) gli evita che tutto il suo mondo sociale dipenda da un unico gruppo che può escluderlo quando vuole.

COSA EVITARE

Non competere con gli amici per il suo tempo, perché è una gara che perdi e che ti mette nella posizione sbagliata. Ed evita di svalutare quello che il gruppo gli dà («figurati se ti sono amici davvero»): stai svalutando la cosa più importante che ha in questo momento, e con essa lui.

QUANDO CHIEDERE AIUTO

L'allontanamento da solo non è un segnale. Lo diventa se insieme compare la perdita di piacere: smette di interessargli anche quello che gli piaceva dentro il gruppo, e il modo in cui parla di sé diventa stabile («non valgo niente») invece che legato alla giornata. Due settimane così, quasi tutti i giorni, spesso in forma di irritabilità più che di tristezza, sono 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 umore e autostima nei ragazzi da anni, con i ragazzi e con le famiglie.

