

Perché con un figlio adolescente ho smesso di fare domande?

PERCHÉ SUCCEDE

Quando erano piccoli chiedevamo di continuo, anche cose minime. Poi crescono, li vediamo maturi, e senza accorgercene passiamo a una comunicazione alla pari: diamo per scontato che se c'è qualcosa ce lo diranno loro. Nella mia pratica vedo che è quasi sempre il momento in cui il flusso si interrompe, perché un adolescente che tace non è un adolescente che non ha niente da dire, e la nostra attesa silenziosa lui la legge come disinteresse.

COSA PUOI FARE

- 1. Riprendi a chiedere.** Anche se sembra grande abbastanza per raccontarti da solo, e anche se all'inizio ti senti fuori tempo. La domanda dice «mi interessi ancora» molto più di quanto dica «voglio sapere».
- 2. Comincia dalle cose piccole.** Non dai temi grossi. Una domanda su una serie che guarda, su un compagno, su come ha organizzato il pomeriggio. I temi grossi arrivano da soli, dopo, e mai a comando.
- 3. Poche parole, spesso.** Due minuti tutti i giorni valgono più di una conversazione lunga una volta al mese, che a quell'età somiglia troppo a una convocazione.
- 4. Non aspettare che apra lui.** L'apertura spontanea è l'esito, non la premessa. Se aspetti che arrivi prima di ricominciare a chiedere, non ricominci più.

COSA EVITARE

Non provare a recuperare tutto in una sera: la conversazione lunga dopo mesi di silenzio pesa, e la prima cosa che fa è chiudere. Ed evita che la prima domanda dopo tanto tempo sia sul rendimento scolastico, perché conferma esattamente il sospetto che tu chieda solo quando devi controllare qualcosa.

QUANDO CHIEDERE AIUTO

Guarda se il silenzio è solo con te oppure con tutti. Il quadro cambia se compare un mese di rifiuto della scuola, oppure tre mesi in cui le uscite si riducono progressivamente e il sonno si sposta sulla notte. Il segnale più preciso è quando smette di rifiutare le proposte e comincia a non registrarle proprio. Non contare i sei mesi che si leggono in giro: a quel punto la cosa si è già consolidata.

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 ritiro sociale 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