

Perché voglio migliorare il rapporto con mio figlio?

PERCHÉ SUCCEDE

Il perché non è la stessa cosa dell'obiettivo, ed è la parte che di solito si salta. L'obiettivo è quello che vuoi ottenere; il perché è la ragione che ti fa continuare nelle settimane in cui non ottieni niente. Nella mia pratica vedo che i genitori che mollano non hanno sbagliato tecnica: avevano una motivazione troppo in superficie, del tipo «così mi ascolta di più», che al primo rifiuto si sgonfia. Sotto quella prima risposta ce ne sono altre, e sono quelle che reggono: che impari a cavarsela, che non ripeta certi errori tuoi, che abbia qualcuno a cui tornare. Vale la pena arrivarci.

COSA PUOI FARE

- 1. Scrivi la prima risposta che ti viene.** Anche se ti sembra banale. È il punto di partenza, non il traguardo.
- 2. Chiediti perché anche di quella.** E poi ancora. Tre o quattro passaggi bastano quasi sempre per arrivare a una frase che ti riguarda davvero, e che riconosci quando la leggi.
- 3. Guarda quale valore c'è sotto.** La fiducia, il rispetto, il fatto che stia bene, il non lasciarlo solo. Il tuo lavoro sarà più semplice se andrà nella direzione di una cosa in cui credi già.
- 4. Separa quello che vuoi per lui da quello che vuoi per te.** Ci sono tutti e due, ed è normale. Diventa un problema solo se il secondo si traveste da primo.
- 5. Tienilo scritto e rileggilo.** Nelle settimane in cui non succede niente, il perché è l'unica cosa che regge. Se sta in una riga su un foglio, funziona meglio della memoria.

COSA EVITARE

Non fare del tuo perché una richiesta a lui («lo faccio per te, potresti almeno...»): trasforma una motivazione in un debito, e i debiti si pagano male. Ed evita di sceglierne uno che dipende dal suo riconoscimento: se il tuo perché è che ti dica grazie, ti stai consegnando a una persona che in questo periodo non lo dirà.

QUANDO CHIEDERE AIUTO

Il perché resta tuo, ma serve anche a guardare meglio lui. Guarda se fuori casa esiste almeno una relazione in cui dà e riceve: pochi amici non sono un problema, nessuno scambio reale lo diventa. La durata di riferimento è tre mesi. Il quadro cambia quando la solitudine smette di essere una preferenza e diventa una sconfitta di cui si vergogna, e cambia subito se c'è qualcuno che lo esclude o lo prende di mira.

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.