

Come rivedo una regola con lui senza perdere credibilità?

PERCHÉ SUCCEDE

Una regola che dura è una regola di cui si parla. La credibilità non si perde cambiandola, si perde nel modo: rinegoziata la sera con il telefono in mano è un cedimento, rivista a mente fredda nel momento previsto è un patto che funziona. Alle medie la verifica è proprio il punto in cui te la giochi.

COSA PUOI FARE

- 1. Fissa il momento della revisione nella regola stessa.** Il giorno della verifica che avevate deciso, oppure un momento tranquillo, la domenica, in macchina. Fuori di lì la regola non si tocca.
- 2. Guardate insieme com'è andata.** Momenti difficili, dubbi, cose che non hanno avuto senso. Se è piccolo bastano il calendario e una domanda: qual è stata la sera più difficile?
- 3. Non giudicare e non difendere.** Non sei lì per dire se è andata bene né per convincerlo che la regola è giusta: sei lì per capire che cosa non ha funzionato e risolverlo insieme.
- 4. Sii disposto a cambiarla davvero.** Se l'orario delle nove gli impedisce di sentire l'amico che torna dall'allenamento alle nove e mezza, l'orario si sposta. Non hai perso niente: ha visto che la verifica è vera.
- 5. Abbi una ragione vera per ciò che non cambi.** Se dice «questa regola non ha senso» e tu hai una risposta vera, la regola esce più forte.

COSA EVITARE

Non rispondere «perché lo dico io»: da quel momento la regola vale solo quando ci sei tu. E non rinegoziarla nel momento caldo, che è la scorciatoia per farle perdere valore.

QUANDO CHIEDERE AIUTO

Che contesti la regola alla verifica è un buon segno: vuol dire che gli importa. Il segnale diverso è quando alla verifica non ha più niente da dire, né contro né a favore, e intanto da qualche mese esce sempre meno e la notte si allunga. Quando le proposte non le rifiuta più ma nemmeno le sente, non aspettare.

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. Lavoro da anni con i genitori e, se occorre, direttamente con i ragazzi.

Ivan Ferrero

Psicologo psicoterapeuta · ivan@ivanferrero.it

Collana *Genitori senza stress*
Tutte le schede su ivanferrero.it