

Quali sono le cinque cose che contano di più con mio figlio?

PERCHÉ SUCCEDDE

Nei momenti difficili si cerca la mossa giusta, e la mossa giusta di solito non esiste. Quello che esiste è un pugno di cose ordinarie che, se ci sono, reggono qualunque tecnica, e se mancano fanno crollare qualunque tecnica. Nella mia pratica vedo genitori preparatissimi sul che cosa dire e in difficoltà su queste cinque, che sembrano ovvie proprio perché non chiedono di sapere niente: chiedono di esserci in un certo modo, tutti i giorni, anche quando non succede niente di interessante.

COSA PUOI FARE

- 1. Esserci.** Non vuol dire stare in casa: vuol dire che lui sa che se ti cerca ti trova. È la cosa che si verifica una volta ogni tanto e vale per i mesi in mezzo.
- 2. Ascoltare.** Ha molto da dire, spesso su argomenti che a te non interessano. Prenditi il tempo di ascoltarlo su quelli: è lì che si apre il canale che userà per le cose serie.
- 3. Dare l'esempio.** Impara molto più da quello che ti vede fare che da quello che gli spieghi, in particolare sul rispetto e su come si sta al mondo con gli altri.
- 4. Avere pazienza.** Capire le cose richiede tempo, e più tempo di quanto ci sembri ragionevole. Spiegare in modo semplice e ripetere non è una sconfitta, è il lavoro.
- 5. Divertirsi.** Cerca un'attività che piaccia a tutti e due e falla senza secondi fini. Un rapporto che esiste solo dentro i problemi diventa un rapporto che si evita.

COSA EVITARE

Non trasformare queste cinque cose in una lista da spuntare la sera: diventano una prestazione, e una prestazione si sente. Ed evita di usare il tempo insieme come contenitore per il discorso che volevi fare: se il divertimento è l'esca di una predica, la volta dopo non viene.

QUANDO CHIEDERE AIUTO

Queste cinque cose valgono anche come punto di osservazione. 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.

Ivan Ferrero

Psicologo psicoterapeuta · ivan@ivanferrero.it

Da 96 giorni per capire tuo figlio
Le altre schede della collana su ivanferrero.it