

ADOLESCENTI E GENITORI: COMPAGNI DI VIAGGIO

“Incontri per genitori”

Secondo ciclo



ITIS VOLTERRA




R.U.E.

ADOLESCENTI E GENITORI: COMPAGNI DI VIAGGIO

Incontri per genitori

A cura di RUE – RISORSE UMANE EUROPA

Questa pubblicazione è il diario di bordo del secondo ciclo di incontri " *Adolescenti e genitori: compagni di viaggio*", organizzato e realizzato dall'Associazione RUE - Risorse Umane Europa, in collaborazione con l'I.T.I.S. "V. Volterra" di S. Donà di Piave tra gennaio e marzo 2010.

Testi a cura di Walter De Liva, Orsolina Valeri e Anna Piuze

RUE – Risorse Umane Europa

Via Giusti 5

33100 Udine rue@quipo.it

c/o ITIS Volterra via Milano 9

30027 San Donà di Piave (VE)

rueve@quipo.it

www.risorseumaneuropa.org

www.eclab.eu

INDICE

Introduzione	1
--------------------	---

PARTE PRIMA - Gli incontri

Valentino Gastini

<i>L'adolescenza incerta: il silenzio degli adolescenti</i>	7
---	---

Valentino Gastini e Alberto Martin

<i>Aiutare i figli a sviluppare l'autostima</i>	15
---	----

Orsolina Valeri

<i>La valenza educativa di un no</i>	21
--	----

Tiziana Magro

<i>Ascoltare il figlio adolescente</i>	29
--	----

Rita Giannetti

<i>Questa casa non è un albergo. Le sfide educative connesse con il mestiere di un genitore che cresce un figlio/a adolescente</i>	35
--	----

PARTE SECONDA - ALLEGATI

Allegato 1 - primo incontro, 30 gennaio 2010	53
--	----

Allegato 2 - secondo incontro, 13 febbraio 2010.....	69
--	----

Allegato 3 - terzo incontro, 27 febbraio 2010	93
---	----

Allegato 4 - quarto incontro, 13 marzo 2010.....	103
--	-----

Allegato 5 - quinto incontro, 27 marzo 2010.....	127
--	-----

Allegato 6 - consigli di lettura.....	155
---------------------------------------	-----

INTRODUZIONE

“Come l'avventuriero, che si appresta ad attraversare un grande deserto, ha bisogno di cibo, di acqua, di consigli utili e di buone stelle che lo accompagnino nel lungo percorso, così i giovani devono preparare il loro viaggio attraverso l'adolescenza per arrivare bene all'età adulta”.

Anonimo '900

L'interesse e la numerosa partecipazione dei genitori, alla precedente edizione di *“Adolescenti e genitori: compagni di viaggio”* sono state motivo di una progettazione partecipata da parte del Dirigente Scolastico Maria Teresa Gobbi e dell'Associazione RUE - Risorse Umane Europa, per l'attuazione di altri cinque incontri per l'anno scolastico 2009 - 2010. In questa seconda edizione gli incontri sono stati rivolti non solo ai genitori del Volterra, ma aperti a tutti quelli del territorio, per un'opportunità di incontro, di scambio, di riflessione, di poter parlare con operatori esperti del settore al fine di alleviare un po' la fatica, la solitudine che oggi le famiglie vivono quasi come quotidianità perché non ci sono, o sono pochi, i luoghi e le reti su cui confrontarsi sulle proprie difficoltà, gioie e speranze nel dialogo educativo dei figli, in particolare con gli adolescenti. Momenti che rappresentano uno strumento utile per capire come sono cambiati gli adolescenti oggi, quali sono i loro modelli di comportamento e, di conseguenza, come interagire ed intervenire a livello educativo.

Ancora una volta e con tematiche scelte dai genitori che hanno frequentato il primo ciclo d'incontri (2009) si è voluto approfondire temi e problematiche relative all'educazione dei figli e ad alcuni momenti sensibili nella vita della famiglia. L'iniziativa ha voluto infatti riconfermare l'importanza del sostegno ai genitori di figli adolescenti attraverso una seconda serie di incontri che, oltre alla funzione informativa, sono divenuti una vera e propria formazione all'essere genitore oggi di fronte ad un adolescente. Ogni incontro, a cadenza quindicinale e della durata di due ore e trenta minuti, è stato strutturato da una conferenza iniziale, a cui seguiva un dibattito atto a coinvolgere i partecipanti. Gli incontri che si sono svolti presso l'Aula Magna dello stesso Istituto.

L'adesione all'iniziativa, da parte dei genitori, è stata significativa così il 30 gennaio 2010 è iniziato il ciclo di incontri conclusosi poi il 27 marzo 2010.

Per la realizzazione del progetto si è costituito un gruppo di lavoro RUE, coordinato da Walter De Liva e Orsolina Valeri con la collaborazione di Anna PiuZZi che, insieme agli psicologi e psicoterapeuti Valentino Gastini (responsabile del Servizio per l'Età Evolutiva e Adolescenziale AULSS n.9), Alberto Martin (psicologo), Tiziana Magro (Professore a contratto presso l'Università degli studi di Padova) e Rita

Giannetti (Servizio Istruzione diritto allo studio e Orientamento Regione Friuli Venezia Giulia), hanno condotto le azioni previste dal progetto e la realizzazione degli incontri formativi .

Obiettivi conseguiti

La fluidità nelle relazioni interpersonali tra i presenti e la voglia di comunicare hanno favorito la conoscenza e la discussione dei problemi educativi e formativi dei figli. Conseguenziale è stato offrire ai genitori la capacità di letture critiche dei comportamenti dei loro figli. Si può così affermare di essere riusciti ad agire prioritariamente sul sostegno alle funzioni e ai compiti genitoriali mirando all'orientamento delle loro potenzialità educative di fronte alle provocazioni dei figli adolescenti.

Obiettivi raggiunti anche in virtù della metodologia di lavoro che si è basata su un modello esperienziale, con approccio aperto, centrato sulla valorizzazione del singolo genitore. Gli interventi sono stati orientati verso la presa in esame della quotidianità con la ricerca partecipata dei genitori, oltre a brevi momenti di contenuti specifici finalizzati a costruire competenze pratiche, trasmettere conoscenze ed informazioni, concetti derivanti da modelli teorici per arrivare alle domande, ai problemi, alle riflessioni dei genitori presenti. Infatti trasmettere i contenuti mediati ed affiancati alle conoscenze professionali dei relatori è divenuto un sapere dell'esperienza calato nella vita dei genitori coinvolti.

L'articolazione progettuale ha potuto conseguire come risultato la ricerca, attraverso il gruppo "**Comunità genitori del Volterra**", di modalità per la costruzione e realizzazione di futuri percorsi di confronto che siano d'interesse e di aiuto alla comunicazione tra adolescenti e genitori del territorio.

Il gruppo infatti si è costituito al termine della precedente edizione con lo scopo di avviare all'interno della comunità genitori azioni di formazione e di sensibilizzazione al ruolo di genitore, per favorire un incremento di consapevolezza e un miglioramento delle modalità relazionali e delle competenze educative verso i figli adolescenti. Genitori che hanno avuto poi l'opportunità di proseguire il confronto all'interno del gruppo di lavoro attraverso la condivisione di riflessioni, esperienze personali e problematiche relative all'educazione dei figli attraverso momenti di ascolto su tematiche a scelta degli stessi guidati dalla psicologa Orsolina Valeri , formatrice RUE.

Descrizione dell'intervento

Gli incontri si sono tenuti presso l'Aula Magna dell'Istituto Volterra attraverso la conduzione degli esperti su menzionati, che hanno stimolato la discussione ed il confronto tra i partecipanti. Le tematiche riguardanti gli incontri, come sopra accennato, sono state scelte dai genitori a maggio 2009 , e interessano alcune problematiche legate all'adolescenza. Durante i cinque incontri sono stati così approfonditi i seguenti temi:

- 1. *L'adolescenza incerta: il silenzio degli adolescenti.***
- 2. *Aiutare i figli a sviluppare l'autostima.***
- 3. *La valenza educativa di un no.***
- 4. *Ascoltare il figlio adolescente.***
- 5. *Questa casa non è un albergo. Le sfide educative connesse con il mestiere di un genitore che cresce un figlio/a adolescente.***

Per quanto riguarda la descrizione dell'intervento si invia alla lettura della prima parte del presente lavoro dove sono stati riportati i contenuti elaborati alla luce di quanto è emerso durante e all'interno di ogni incontro. Il materiale formativo, redatto dai conduttori degli incontri, è stato pubblicato nel sito della scuola, link Comunità genitori del Volterra, www.istitutovolterra.it e riportato nella seconda parte del presente lavoro.

I partecipanti e il loro gradimento

La componente femminile (mamme) ha costituito il maggior numero tra i partecipanti, tuttavia rilevante - rispetto alla precedente edizione - la componente maschile (papà) e di alcune coppie di genitori. Le presenze durante il percorso hanno oscillato tra i 50 dell'ultimo incontro agli 80 del primo incontro. Positiva è da considerare la costanza di partecipazione di buona parte del gruppo, che ha rivelato interesse per gli argomenti trattati.

I genitori di alunni del biennio e di terza media hanno costituito il maggior numero dei partecipanti, alcuni si conoscevano già per aver frequentato il precedente ciclo d'incontri. Tutti in generale sono stati puntuali e partecipi durante i momenti di dibattito. Ad ogni incontro i loro interventi e domande sono andati aumentando.

Conclusioni

La possibilità di confronto con i relatori e con altri genitori ha costituito una positiva spinta motivazionale e la partecipazione del gruppo è stata attiva. Si desume così che i temi trattati siano stati accolti con considerevole interesse e partecipazione.

Si auspica in particolare in un incremento degli incontri atti a potenziare un attivo coinvolgimento dei genitori per meglio motivarli ad accompagnare i propri figli nel "viaggio adolescenziale". In tal modo la famiglia può mantenere o riappropriarsi del proprio ruolo educativo e essere parte attiva nella relazione - comunicazione con i figli in quest'età di passaggio.

La presenza tra i partecipanti alla formazione di alcuni membri del gruppo Comunità genitori del Volterra può essere considerata significativa per una maggiore o migliore sensibilizzazione del ruolo genitoriale.

Walter De Liva e Orsolina Valeri

Il gruppo infatti, al termine del ciclo d'incontri, ha manifestato e proposto ai genitori presenti il desiderio di dare continuità a questa iniziativa di formazione cercando di coinvolgere ed interessare anche le istituzioni locali per un suo sostegno e per la realizzazione di uno spazio d'ascolto per i genitori

Walter De Liva e Orsolina Valeri
Risorse Umane Europa

Parte Prima
Gli incontri

L'adolescenza incerta: il silenzio degli adolescenti

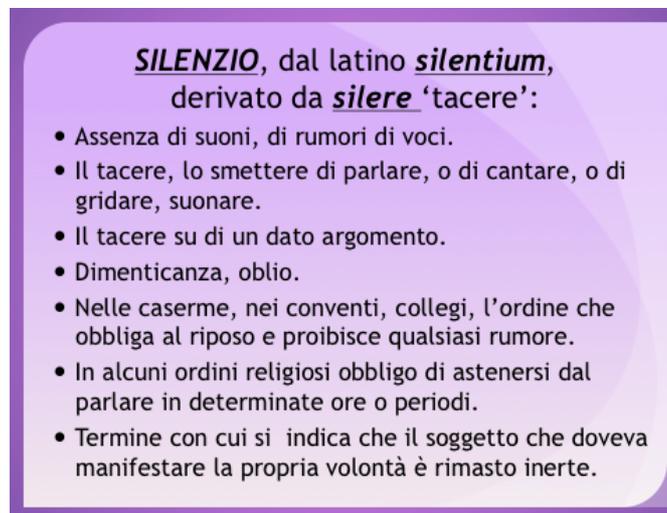
Dott. Valentino Gastini

psicologo - psicoterapeuta, Servizio Età Evolutiva AULSS n°9

30 gennaio 2010

L'incontro si è aperto con il saluto del Dirigente scolastico dell'ITS "V. Volterra", Prof.ssa Maria Teresa Gobbi, che ha sottolineato l'importanza di questa serie di incontri rivolti ai genitori, un percorso formativo ed informativo che vuole supportare le famiglie nel loro difficile compito di accompagnare i ragazzi nella crescita, soprattutto nella complicata fase dell'adolescenza. Dopo questa introduzione è stata presentata l'Associazione RUE da parte della Vicepresidente, dott.ssa Orsolina Valeri, che ha illustrato le finalità e le attività che l'ente realizza.

Il "*silenzio degli adolescenti*": un titolo *assolutamente vero* e al contempo *assolutamente falso*. Perché? Il dott. Gastini ci aiuta a comprendere questa forte contraddizione, apparentemente insolubile, accompagnandoci in un breve viaggio tra i significati della parola silenzio. Recuperarne il significato è sicuramente un'operazione complessa: nella nostra quotidianità, abbiamo via via perso i significati profondi delle parole che invece fanno vibrare dentro di noi delle emozioni che hanno un certo effetto, anche se non ce ne accorgiamo subito. La *slide*, davanti a noi, ci mostra alcuni di questi significati che traggono tutti origine dalla parola latina *silere*, "tacere".



SILENZIO, dal latino ***silentium***,
derivato da ***silere*** 'tacere':

- Assenza di suoni, di rumori di voci.
- Il tacere, lo smettere di parlare, o di cantare, o di gridare, suonare.
- Il tacere su di un dato argomento.
- Dimenticanza, oblio.
- Nelle caserme, nei conventi, collegi, l'ordine che obbliga al riposo e proibisce qualsiasi rumore.
- In alcuni ordini religiosi obbligo di astenersi dal parlare in determinate ore o periodi.
- Termine con cui si indica che il soggetto che doveva manifestare la propria volontà è rimasto inerte.

Ma i ragazzi sono davvero così *silenziosi*?

Gli adolescenti in realtà ci "*urlano*" tutta una serie di messaggi, ma lo fanno in un modo assolutamente complicato che noi spesso non riusciamo a comprendere e percepire. Diventa quindi fondamentale avvicinarli dall'interno del loro mondo e cercare di individuare quali siano i sentimenti che loro sentono e vivono in maniera più intensa, forte e focosa. Mentre veniamo invitati a questo sforzo di comprensione davanti a noi scorrono numerose immagini di ragazzi. Come dobbiamo porci rispetto al mondo che loro ci propongono, un mondo fatto di capelli colorati, *piercing* e tatuaggi?

La prima cosa che dobbiamo fare - fondamentale per creare un confronto costruttivo - è evitare di dire che è il nostro mondo quello che "funziona", non il loro. Gastini invita i genitori presenti a riflettere ed immaginare di chiedere ai propri nonni quali fossero i loro pensieri nel vedere alla televisione i primi "capelloni", i *Beatles* o i *Rolling Stones*? Sicuramente non ebbero un impatto molto diverso da quello che hanno su di noi le immagini che vediamo scorrere mentre facciamo questo esercizio di astrazione. Il passo successivo è fermarsi per qualche secondo sull'impatto che quei pensieri dei nostri nonni avevano su di noi. Da questo punto di vista siamo uguali agli adolescenti di oggi, perchè molti di quei sentimenti sono esattamente gli stessi, e sempre sarà così anche per le generazioni a venire. Se ci sono dei sentimenti, dinamiche ed emozioni che rimangono stabili nel tempo, significa che servono, adesso l'importante è capire *a cosa* servono.

Per fare ciò la prima cosa indispensabile da ricordare è che l'adolescenza è il tempo fisiologico dei conflitti e della trasformazione. È il combinarsi di questi due fattori che dà vita a quel mondo focoso che gli adolescenti ci propongono. Possiamo considerare la trasformazione la parola chiave di questa età: infatti, in pochi anni - quattro o cinque - abbiamo dei cambiamenti strutturali paragonabili soltanto ai primissimi mesi di vita di un bambino.

Di fronte all'adolescenza quindi, quali elementi dobbiamo tenere presenti? Gastini cita Anna Freud sottolineando come dobbiamo assolutamente ricordare che è normale per un adolescente e per un tempo abbastanza lungo:

- un comportamento *incoerente e incomprensibile*;
- *amare* i suoi genitori e *odiarli*;
- *rivoltarsi* contro di loro e *dipendere* da loro.

Questo per capire che bisogna lasciare ai figli il tempo di trovare da sé la propria strada, dobbiamo essere loro vicini, aiutarli, ma il resto devono necessariamente impararlo da soli. A questo proposito interviene Orsolina Valeri che riporta come spesso, nella sua esperienza di docente, si sia trovata proprio di fronte a questa dinamica. Alla domanda "*Perché litighi con i tuoi genitori?*" si è sentita rispondere che il litigio è un bisogno, un modo per riuscire a capire quello che i genitori pensano rispetto ad un dato argomento o questione. Questo fa emergere la necessità che gli adolescenti hanno di un confronto che consenta loro poi di andare avanti da soli, con le proprie gambe. I genitori quindi, pur nella complessità di un rapporto che nell'adolescenza è conflittuale, rimangono l'imprescindibile punto di riferimento per i ragazzi. Si tratta di un dato d'importanza fondamentale perché ci deve far capire come, facendo venir meno questo riferimento, i ragazzi andranno in cerca di un confronto altrove, interpellando "*esterni*", con risultati che non siamo in grado di controllare e che possono addirittura diventare pericolosi.

Tornando ai tratti caratteristici dell'adolescenza, Gastini mette in luce come quanto fin qui descritto possa essere riassunto in due punti:

- il turbine di sentimenti;
- l'ambivalenza.

Abbiamo detto che gli adolescenti provano sentimenti intensi, focosi, non ci sono emozioni che potremmo etichettare come "normali", sono tutte sopra le righe. A questo si aggiunge un altro aspetto: la velocità - il turbinio appunto - con cui sentimenti ed emozioni possono cambiare, anche nel loro esatto opposto, ed ecco quindi emergere l'ambivalenza. Gastini riporta come esempio emblematico di quanto sin qui detto il caso di Eric, un ragazzino che si ritrova a dover ripetere la prima superiore. In una delle sedute Eric impiega la prima mezz'ora nel ripetere che la madre non lo capisce, che nonostante i suoi miglioramenti a scuola non gli concede fiducia, tanto da arrivare a dirgli che non crede che lui studi. Eric esprime a lungo tutto il risentimento nei confronti della madre, Gastini si dice dispiaciuto per questa sua sofferenza, ma lo invita a soffermarsi su quanto profonde debbano essere le ferite che ha procurato alla mamma per portarla ad avere questo atteggiamento. Dopo un primo momento di silenzio Eric ammette che effettivamente durante il precedente anno scolastico ne ha "combinato di tutte i colori" e improvvisamente quel sentimento di risentimento, che aveva contrassegnato con forza la prima mezz'ora della seduta, si trasforma in un sentimento esattamente opposto.

Un altro tratto peculiare dell'adolescenza è il "**sentimento del tempo**" che scorre, qualcosa che appartiene a tutti noi, ma che è legato alla nostra personale esperienza cioè a come io penso il tempo e come lo agisco.

Nell'adolescenza questo sentimento si modifica, viene sentito in maniera forte, ma oggi è molto diverso da come era per noi. Fino a non poco tempo fa (20-30 anni) il tempo dell'adolescenza aveva una caratteristica di noia ed attesa, a volte era percepito addirittura come vuoto, era l'attesa dei 18 anni. Ora è un tempo del fare,

della frenesia del fare, della velocità, del "*prima agisco e poi penso*", la noia invece consente di pensare, riflettere e poi agire. Gastini si sofferma su questo aspetto facendo riferimento ad una domanda classica "*Cosa vuoi fare da grande?*". Di fronte a questa domanda molto spesso ci sentiamo rispondere con uno sbrigativo "*Vedremo*". Lia è una ragazzina che frequenta la seconda media e di fronte a questa domanda, posta durante una seduta, risponde che le piacerebbe fare la parrucchiera. Gastini racconta di aver



osservato che generalmente l'accesso a questi corsi è a numero chiuso e i candidati sono tanti, suggerisce allora a Lia di studiare molto e di cominciare a prendere in considerazione un'alternativa, nel caso in cui l'esame d'accesso dovesse andare male. Dopo un breve silenzio Lia risponde che la sua alternativa è fare la psicologa "*perché entrambe le professioni si occupano della testa*". Un esempio questo che ci aiuta a capire quali siano i collegamenti che vengono messi in campo dai ragazzi.

In psicologia non ci sono delle soluzioni di per sé patologiche, il problema sorge quando ci si sposta verso gli estremi della freccia (vedere *slide* a fianco).

Ad esempio l'ansia è un fenomeno del tutto normale che ci serve perché ha un'importante funzione di segnale, il livello di ansia si alza per destare allerta. Di per sé non è un elemento negativo, diventa un problema quando ne abbiamo troppa o troppo poca. Quali possono essere allora gli "estremi" che dovrebbero metterci in allarme rispetto al comportamento degli adolescenti?



Di seguito ne proponiamo alcuni.

- *Assenza di conflitti con figure genitoriali e autorità in genere.* Indica un problema con la gestione dell'aggressività, come è stato più volte ribadito il conflitto è un elemento fisiologico dell'adolescenza, un'assenza in tal senso deve indurre un genitore a porsi delle domande. Una mamma chiede alcuni chiarimenti in merito alla gestione dell'aggressività. Gastini parte dal presupposto che ogni adolescente porta con sé una certa dose di **timidezza**, anche questa una componente fisiologica dell'adolescenza, attinente al processo di crescita naturale. Persino l'eccessiva spavalderia è molto spesso solo un modo per nascondere la propria timidezza che è uno stato di disagio molto somigliante a qualcosa che imbarazza e confina spesso con la vergogna ed il **sensò di colpa**. Si tratta di un sentimento di goffaggine, inadeguatezza, è il timore di scoprirsi ridicoli, inappropriati, di mostrarsi "difettosi". Un'eccessiva timidezza però fa sì che il soggetto non abbia quella forza necessaria per affrontare il mondo esterno. La parte aggressiva di ognuno è molto sotto pressione durante l'adolescenza, interviene il cambiamento dei livelli di ormoni come il testosterone che, ad esempio, induce anche tutta una serie di malesseri fisici (dolori alle articolazioni etc.) che impensieriscono notevolmente i ragazzi. L'aggressività quindi sale perché è l'unico modo per scaricare il testosterone, da questo punto di vista lo sport ha un ruolo importante perché consente di scaricare in parte gli ormoni e quindi l'aggressività che viene canalizzata, dandole di fatto una norma. Laddove vi sia un peso eccessivo dell'autocritica, subentra una forte inibizione dell'aggressività. Questo aspetto non va

sottovalutato perché nel timore che gli altri siano giudici severi del nostro modo di apparire, accade che il critico più feroce non sia esterno all'adolescente, ma un'istanza interna, rigida e punitiva. Questo determina una profonda paura di agire che blocca i ragazzi, il vero problema è che questa paralisi fa saltare tutto l'apprendimento connesso all'adolescenza. Un'aggressività troppo bassa, infatti, fa sì che non abbiano la forza necessaria per contrastare il mondo e a questo problema ci sono solo due soluzioni: subire o astrarsi, isolarsi. Una mamma chiede se un problema del genere non possa essere ricondotto ad uno stile educativo, il classico caso per cui a un bambino che ha ricevuto un calcio diciamo che non deve rispondere con altra violenza. Gastini sottolinea che di fronte a un bambino che subisce un torto noi suggeriamo tutta una gamma di passaggi, ma ad un certo punto dobbiamo necessariamente dargli delle direttive di autodifesa, perché se abbassiamo troppo l'autodifesa si innescano dei meccanismi in cui il senso di colpa la fa da padrone. Il senso di colpa è un sistema auto-protettivo che mette al riparo da possibili errori, ma anche in questo caso un livello eccessivo può avere effetti rovinosi. A questo punto una mamma porta l'esempio della propria figlia di dodici anni che subisce in continuazione gli scherzi e i comportamenti delle compagne di classe. Molto spesso alla base di questo eccessivo senso di colpa c'è un desiderio di perfezione, come confermato da un'altra mamma che riconosce nel proprio figlio questa aspirazione a un qualcosa che non esiste e che ha azzerato la sua aggressività. Un'altra mamma racconta che negli otto anni di frequenza delle scuole elementari e medie gli insegnanti hanno continuamente elogiato la tranquillità del figlio, ora però si ritrova disorientata poiché i docenti delle superiori si lamentano perché non interviene mai. Com'è possibile questa opposta valutazione? Molti dei presenti riportano esperienze simili e Gastini concorda sul fatto che è molto difficile individuare i problemi di un bambino che è tranquillo rispetto a chi invece pecca di troppa esuberanza. Molto spesso gli insegnanti delle scuole elementari e medie per "comodità" tendono a considerare un pregio il fatto che un bambino sia calmo. Anche in questo caso però il pericolo si nasconde laddove vi sono degli eccessi, dove cioè il bambino è troppo calmo. Gastini porta l'esempio del caso di un ragazzino che frequenta la terza media, che chiameremo Luca. La classe di Luca vive una storia pesante di vandalismo, tanto che viene richiesto l'intervento del dott. Gastini prima sul gruppo classe e poi sul gruppo dei genitori. Dopo qualche tempo da questo intervento i genitori di Luca, avendo riflettuto sulle parole di Gastini, si recano da lui perché ritengono che il figlio manifesti alcuni di quei campanelli di allarme di cui abbiamo fin qui parlato: non ha interessi, esce poco e studia molto, ma a scuola va male. I genitori hanno più volte cercato di farlo reagire, ma senza risultati, è chiaro che Luca ha un blocco sull'aggressività, tanto da evitare tutto ciò che la comporta. È difficile che un ragazzo da solo riesca a smuoversi da questa situazione perché subentra un meccanismo di auto-convinzione; Luca, ad esempio, di fronte ad un "bravo" perché ha preso un bel voto a scuola risponde che "il compito è andato bene perché era facile", sminuendo i propri meriti. I semplici consigli non hanno un'efficacia risolutiva, quello che diventa fondamentale è modificare l'idea che hanno del mondo e di sé stessi. Luca sapeva dell'incontro tra i genitori e lo psicologo, al loro ritorno a casa dice loro "non siete voi a dover

andare dallo psicologo, perchè sono io quello fatto male". Gastini racconta che al primo appuntamento Luca si siede ed inizia a piangere di un pianto disperato e va avanti in questo modo per mezz'ora, senza fermarsi. Da quel pianto non può che emergere tutta la paura del giudizio degli altri. Alla domanda "c'è qualcosa in cui tu ti senti bravo?" Luca risponde "a fare le cose di casa". Una mamma allora chiede se dietro questo comportamento sia possibile che si nasconda un desiderio di accontentare e compiacere i genitori. Gastini sottolinea come questa motivazione ad eliminare l'aggressività si manifesti già un po' prima rispetto all'adolescenza. Si tratta di un atteggiamento che richiede un notevole sforzo di attenzione perchè il bambino, e poi l'adolescente, deve capire cosa il genitore desidera da lui per poi cercare di realizzare quello stesso desiderio. Questo modo di agire - il pirandelliano "Come tu mi vuoi" - porta a sviluppare un falso sé, non la personalità propria del ragazzo. Anche in questo caso Gastini ricorre ad un esempio per rendere meglio l'idea del funzionamento di questo meccanismo. Marco ha undici anni e frequenta la prima media, il padre si lamenta perchè nel corso degli anni ha cambiato molti sport, senza preferirne alcuno. Gastini chiede a Marco quale sport pratica, la risposta è il ciclismo, ma poi segue un elenco di sport che ha provato, ma su cui non si è fermato. La motivazione portata da Marco è illuminante: "Mio papà non è mai soddisfatto dei risultati che io conseguo, quindi sto cercando lo sport in cui riuscirò ad ottenere dei risultati che lo facciano contento".

- *Eccessivo interesse per la scuola, magari associato a scarsi risultati, oppure gravi insuccessi e rifiuto scolastico.* Gastini riporta un altro caso per aiutare i presenti a comprendere meglio questo "campanello d'allarme". Andrea ha diciotto anni, frequenta l'ultimo anno di un Istituto tecnico e va in palestra. Ad un certo punto inizia a segnalare una serie di malesseri: insonnia, attacchi di panico, dolori. I genitori preoccupati vanno in palestra per cercare di capire se i sintomi possono essere legati in qualche modo a questa attività. L'istruttore dice ai genitori che effettivamente potrebbe trattarsi di una reazione legata ad un episodio successo qualche giorno prima: Andrea è stato cacciato dalla palestra perchè dedicava all'allenamento un tempo eccessivo. Andrea arrivava ogni giorno in palestra verso le 14.00 per lasciarla soltanto dopo le 17.00. Quando non è in palestra replica questo comportamento con lo studio.
- *Mancanza di reazioni emotive di fronte a fatti gravi.*
- *Eccessivi timori e timidezza.*
- *Assenza di amici e coetanei.*
- *Eccessivi timori di fronte alle trasformazioni puberali.*
- *Eccessive angosce legate al peso (diete/abbuffate).*
- *Eccessive angosce legate all'immagine fisica di sé.*
- *Assenza di attività autoerotica.*
- *Tendenza eccessiva alla fantasticheria.*

- *Eccessivo uso della menzogna.*
- *“Crisi” risolte con sostanze.*
- *Sentimenti di onnipotenza e megalomania.*
- *Forme di aggressività ‘incontrollata’ verso adulti, coetanei, oggetti.*
- *Fughe da casa.*
- *Tendenza a fare incidenti.*
- *Episodi di autolesionismo (ferirsi, tagliarsi, facilità agli ‘incidenti’).* Questo aspetto desta fortemente l’attenzione dei genitori presenti che chiedono qualche chiarimento. Gastini sottolinea il fatto che si tratta di un fenomeno che riguarda in misura maggiore le ragazze. L’autolesionismo è un sintomo grave, un insulto pesante sulla parte corporea di sé. Una mamma chiede se i ragazzi mostrino i propri tagli agli altri. Gastini precisa che c’è una differenza fra l’autolesionismo degli *emo*, infatti chi fa parte di questi gruppi è portato a mostrare ai compagni le ferite auto inferte. Chi non ne fa parte invece è molto difficile da scoprire perchè fa di tutto per nascondere i tagli, si tratta inoltre di soggetti preoccupantemente vicini alla depressione, per altro il rischio è che questi ragazzi si facciano male in maniera grave. Com’è possibile allora accorgersi di un tale comportamento? Inizia un gioco di mascheramento, il ragazzo autolesionista evita di mettersi in situazioni in cui qualcuno possa accorgersi dei suoi tagli, abbandona ad esempio gli sport, indossa maglie a maniche lunghe anche quando fa caldo, trova sempre scuse per evitare di fare educazione fisica a scuola. Un genitore chiede allora se c’è una componente organica nella depressione. Una parte di questi problemi - sottolinea Gastini - è normale, fa parte di quei sentimenti vissuti in maniera forte e profonda, tipico dell’adolescenza, possono esserci però anche delle componenti fisiologiche, soprattutto nelle depressioni più gravi: infatti in questi casi i farmaci funzionano. Ci sono diversi tipi di depressione, quelle *reattive* che subentrano in relazione a quanto ci accade, e ci sono quelle che si legano agli aspetti della stima. In quest’ultimo caso quando si cade in depressione e se si rimane dentro troppo a lungo diventa uno stile di vita, difficile da contrastare.

L’incontro si conclude con una frase che stimoli i genitori ad una profonda riflessione sul loro rapporto con i propri figli.



Aiutare i figli a sviluppare l'autostima

Dott. Valentino Gastini

psicologo - psicoterapeuta, Servizio Età Evolutiva AULSS n°9

Dott. Alberto Martin

psicologo

30 gennaio 2010

Quello dell'autostima è un argomento complicato e trasversale, che non si riduce ad un unico periodo della vita, ma che scorre lungo tutto l'arco della nostra esistenza. L'incontro quindi - precisa il dottor Gastini - serve a dare un primo inquadramento generale su questa questione centrale, in grado di farci capire lo spazio entro cui muoverci. Vengono quindi mostrati alcuni filmati, il primo raccoglie alcune interviste a gruppi giovanili come gli *emo*, il secondo uno *sketch* del personaggio di *Zelig Jonhny Groove*, interpretato da Giovanni Vernia, più una serie di brevissimi spot pubblicitari spagnoli in cui sono rappresentati diversi "stili" ben connotati: dal ragazzo *dark*, al *rapper* etc. Con particolare riferimento al filmato di *Jonhny Groove*, Gastini fa notare come i ragazzi si attacchino a questi personaggi perchè, pur essendo sopra le righe, sono comunque molto ben studiati, rappresentando efficacemente alcune caratteristiche in cui si riconoscono. Questi personaggi sono molto utili anche in terapia perchè attraverso di essi si riesce a far transitare alcuni passaggi importanti.

Dopo questa prima introduzione viene proposta ai presenti una serie di semplici domande alle quali dovranno rispondere "vero" o "falso", il risultato di questo questionario verrà fornito alla fine dell'incontro per comprendere meglio e più a fondo il senso ed il significato del lavoro affrontato assieme.

- DOMANDA 1: Vedo sempre il bicchiere "mezzo vuoto", non mezzo pieno.
- DOMANDA 2: Spesso ho l'abitudine di scusarmi con gli altri.
- DOMANDA 3: Uso spesso "dovrei fare/dire" questo o quello.
- DOMANDA 4: Ho l'abitudine di criticarmi (look, atteggiamenti, decisioni, ecc).
- DOMANDA 5: Quello che gli altri pensano di me influisce sui miei stati d'animo.
- DOMANDA 6: Quando sbaglio continuo a rimuginare sugli errori fatti.
- DOMANDA 7: Spesso deludo le persone a cui voglio bene.
- DOMANDA 8: Mi sento come se tutte le responsabilità fossero sulle mie spalle.
- DOMANDA 9: Un fallimento parziale è comunque un fallimento.
- DOMANDA 10: Spesso faccio/non faccio cose solo per far piacere agli altri.
- DOMANDA 11: Non sono sicuro/a di aver fatto la cosa giusta fino a quando un'altra persona mi dà conferma.
- DOMANDA 12: Per me è difficile dimenticare e perdonare.
- DOMANDA 13: Nelle relazioni con gli altri ho dei problemi e ho spesso paura di essere rifiutato/a o abbandonato/a.
- DOMANDA 14: Se non faccio una cosa bene come la fanno gli altri significa che non sono bravo/a come loro.
- DOMANDA 15 : Se non riesco a far bene una cosa non c'è ragione che io la faccia.

Il concetto di stima è un concetto complesso, riguardante un qualcosa che - come anticipato - si distribuisce lungo tutto l'arco della vita a partire da un anno, un anno e mezzo di età. Se volessimo immaginarlo dovremmo pensare ad una bilancia a due piatti, su uno c'è la stima che gli altri ci danno (riconoscimento del mondo esterno) sull'altro la stima interna, cioè come io mi "peso" nelle diverse situazioni. In età adulta dovrebbe esserci una sorta di equilibrio, ma all'inizio della vita i due piatti sono fortemente sbilanciati. È infatti preponderante la stima esterna, siamo cioè noi adulti che diamo valore alle cose e i bambini costruiscono il mondo proprio su questo valore da noi attribuito. Crescendo questi due piatti dovrebbero raggiungere un equilibrio perchè dovrebbe innescarsi un processo di auto-riconoscimento.

Ma come si ottiene l'autostima?

Il Dott. Martin suggerisce che quella di autostima è una definizione che assomiglia ad una *matrioska*, per raggiungere un buon livello di autostima una persona deve essere in grado di riconoscersi in tutte queste dimensioni:

- i propri pensieri e sentimenti;
- le proprie opinioni;
- la propria scala di valori;
- i propri diritti;
- le proprie qualità.

Cerchiamo ora di analizzare più da vicino il dispiegarsi di queste dimensioni dell'autostima, prima fra tutte il *pensiero*.

Quando parliamo di pensiero ci riferiamo alla maturità raggiunta dalla *capacità riflessiva* - cioè la capacità di pensare senza guardare a quello che fanno gli altri - e dalla *capacità di pensiero concettuale* - l'essere cioè in grado di riconoscere il bene dal male. Unendo queste due capacità - che permettono all'individuo di capire sia ciò che succede nel suo spazio interiore sia ciò che costituisce la sua realtà esterna - abbiamo la prima dimensione dell'autostima. Lavorando sui propri pensieri, arricchendo mano a mano il proprio pensiero, la persona potrà di volta in volta elaborare delle proprie *opinioni*.

I *sentimenti* invece sono ciò che dà forma alla capacità affettiva di ognuno di noi che è la capacità con cui coloriamo quello che ci accade nella vita. Una persona può avere dei sentimenti grazie alla presa di coscienza delle proprie emozioni, questo le permette di capire che ciò che sente le appartiene, come diretta conseguenza della propria maturità affettiva. Per continuare il processo maturativo e acquisire la propria caratteristica affettiva serve la continua presa di coscienza di ciò che si sente. Tanto che sia piacevole o spiacevole.

Per quanto riguarda i *valori*, Martin ci ricorda che si fa riferimento alla scala dei *valori etici* e dei *valori morali* e la loro importanza sta nel fatto che sostengono e sono sostenuti dai principi e dagli ideali e sono in stretto rapporto con i valori umani. I *valori morali* sono trasmessi dai genitori e dalla società, mentre

quelli *etici* si formano con la partecipazione attiva dell'individuo alla società. I valori hanno a che fare con i *diritti*, è quindi importante che la persona possa conoscere quali siano i diritti con i quali nasce e quelli che acquisisce in interazione con la società. In questo modo potrà interagire con i propri diritti consolidando la propria autostima.

Da quella dei valori ci spostiamo alla dimensione delle *qualità*, che potremmo definire come possibilità innate che possiede l'individuo, espresse nell'interazione con la società. All'inizio della vita sono i genitori che rendono possibile lo sviluppo delle qualità naturali di un bambino, successivamente si aggiungeranno i genitori sociali.

Riepilogando, autostima significa avere stima di se stessi e ottenerla comporta la capacità di riconoscere:

- i propri pensieri e sentimenti;
- le proprie opinioni;
- la propria scala di valori;
- i propri diritti naturali ed acquisiti;
- le proprie qualità.

Se la persona interagisce coerentemente con questi aspetti ottiene anche l'autonomia. Una persona autonoma acquisisce inoltre la capacità di essere se stessa e di essere libera. Gastini per esemplificare questa dinamica porta come testimonianza il caso di un suo paziente, che chiameremo Gianni. Gianni ha vent'anni, sta facendo un percorso piuttosto difficile, ha tentato senza successo di entrare a medicina, per il momento frequenta un altro corso di studi presso l'università di Padova. Ad uno degli incontri Gianni dice che, durante la settimana, è stato malissimo perchè non è mai andato a Padova e ha trascorso tutto il suo tempo davanti alla playstation, mangiando. Si è però iscritto in piscina. "*Per quale motivo?*" chiede Gastini, le motivazioni sono due: imparare bene a nuotare e avere un fisico migliore ..."*come quello degli altri*". Gianni continua: "*Ho pensato di radermi il petto*". Il ragazzo pone tutte queste cose descrivendole molto bene e alla domanda di Gastini: "*Ma secondo te cosa c'è che lega tutto questo?*" risponde "*Il mio fisico*". L'essere arrivato a capire ed esplicitare il fatto che non si piace fisicamente rappresenta un passo molto importante perchè riuscire a trovare il collegamento fra tutte le questioni poste porta al graduale raggiungimento di un buon grado di maturità.

Passiamo quindi all'analisi di alcuni esempi pratici, prima però è doverosa una premessa: quando una persona non consegue un adeguato sviluppo motivazionale – o lo ottiene parzialmente – non avrà autostima oppure ne avrà poca.

Le persone che soffrono di *manca di autostima* per immaturità si caratterizzano per:

- l'autosvalutazione
- l'autoincapacità.

Inoltre:

- non credono in se stesse;
- hanno sempre bisogno che qualcuno dica loro cosa devono fare;
- hanno bisogno che qualcuno dica loro che decisioni devono prendere;
- hanno bisogno che qualcuno faccia le cose al posto loro.

Queste persone possiedono le capacità innate, ma non hanno avuto l'adeguato accompagnamento esterno per favorirne lo sviluppo. Tante più sono le motivazioni represses – capacità inespresses - tanto più bassa sarà l'autostima.

Chi invece ha *poca autostima*, nonostante abbia strutturato la maggior parte delle motivazioni e espresso le qualità:

- non ha il "permesso" di accettare ciò che obiettivamente vale;
- ha molte difficoltà a riconoscere i propri successi;
- sa che ciò che ha fatto è corretto e buono, ma non lo può ammettere;
- ha grande difficoltà a parlare in pubblico;
- è incapace di chiedere ciò che gli spetta e se lo fa si sente in imbarazzo;
- ha paura di essere mal giudicato/a e dipende molto dalle opinioni altrui;
- spesso riportano difficoltà a "essere se stesso"

La persona con poca autostima si pone delle mete e in genere riesce a raggiungerle, però soffrirà molto prima di raggiungerle e una volta raggiunte non riconosce il suo successo. Gastini ancora una volta attinge alla propria esperienza professionale per spiegare meglio questo specifico aspetto della mancanza di autostima attraverso il racconto di un suo paziente, che chiameremo Marco. Marco è un ragazzo che ha sviluppato delle qualità, è uno studente al secondo anno di fisica, ma si è bloccato con gli esami. Perché? Gastini spiega che bisogna tenere a mente un principio e cioè che la nostra psiche è disposta a fare di tutto per proteggerci, facendoci fare cose che da fuori giudichiamo sbagliate. In terapia Marco sta andando bene, ma se supera un esame con successo, non riesce comunque ad essere contento perché si sente in colpa per non essere riuscito a farlo prima.

Prima di concludere l'incontro Gastini e Martin tornano al questionario iniziale, spiegando il significato dei risultati. Innanzitutto dovrà essere attribuito un punto per ogni volta risposta 'vero':

- 0 - 4 punti: hai un modo di pensare in positivo e questo dovrebbe farti sentire bene. Continua così.
- 5 - 8 punti : può darsi che tu stia combattendo con alcune emozioni negative. Prenditi un po' di tempo per fare l'elenco delle qualità positive che hai. Trovane almeno 25.
- 9 punti o più: sei molto critico/a con te stesso/a. Lancia una sfida con te stesso/a per cambiare il tuo modo di pensare.

L'incontro si chiude con un significativo *slide show* di frasi celebri che servono a far capire ai genitori presenti che bisogna sempre avere in testa la capacità di fare tentativi per trasformare la realtà e trasmettere ai propri figli il senso che quella cosa che non va si può cambiare.

Non conosco una via infallibile per il successo, ma una per l'insuccesso sicuro: voler accontentare tutti
(Platone)

Possiamo perdonare un bambino quando ha paura del buio.

La vera tragedia della vita è quando un uomo ha paura della luce. (Platone)

Col credere che si debba far ricerca delle cose che non si sanno, diventiamo migliori, più forti e meno inetti, che non se credessimo che sia impossibile trovare ciò che non sappiamo.
(Socrate)

Quando un uomo è audace senza senno ne riceve danno, quando invece con senno ne trae vantaggio.
(Socrate)

Chi non ritiene di essere privo, dunque, non desidera ciò di cui non crede di aver bisogno.
(Socrate)

A volte la felicità è una benedizione, ma generalmente è una conquista.
(Paulo Coelho)

Abbiamo soltanto la felicità che siamo in grado di capire.
(Maurice Maeterlinck)

Abbate cura dei mezzi, e i fini si realizzeranno da soli.
(Mahatma Gandhi)

Accetta l'opinione di tutti, ma fa un uso parsimonioso del tuo giudizio.
(William Shakespeare)

Accusare gli altri delle proprie disgrazie è conseguenza della nostra ignoranza; accusare se stessi significa cominciare a capire; non accusare né sé, né gli altri, questa è vera saggezza.
(Epitteto)

Afferra il presente e affidati al domani il meno possibile.
(Quinto Orazio Flacco)

Agli arditi la fortuna è amica.
(Virgilio)

Alice: quale via dovrei prendere? Gatto: dipende dove vuoi andare.
Alice: ma io non so dove andare. Gatto: allora non importa quale via prendere.
(Lewis Carroll)

Valentino Gastini e Alberto Martin

A lungo andare, solo il capace ha fortuna.

(Menandro)

A volte il vincitore è semplicemente chi non ha mai mollato.

(Jim Morrison)

La valenza educativa di un no

Dott.ssa Orsolina Valeri

Vice Presidente e psicologa RUE - Risorse Umane Europa

27 febbraio 2010

*Lo "schiaffo educativo" non esiste con i figli,
le parole e l'esempio bastano.*

o.v.

L'essere genitore è, come si dice, uno dei compiti più difficili dell'esistenza, in grado di mettere in crisi la maggior parte delle persone. Saper dosare regole e libertà, dipendenza ed autonomia, soprattutto con figli adolescenti, non è facile, giacché si rischia di sfociare nell'autoritarismo oppure, all'opposto, nell'eccessivo permissivismo. Per capire quanto diversi possano essere gli stili educativi che ognuno decide di mettere in campo con i propri figli, vengono proposti ai presenti due brevi frammenti del film *"Caterina va in città"*¹. Sapere dare dei limiti ai propri figli è uno dei compiti fondamentali dei genitori, e in questa possibilità sta racchiuso il significato profondo della capacità di poterli/saperli educare. L'etimologia della parola educare deriva da *e-ducere*, cioè condurre via, condurre fuori da: dà l'idea di fare uscire, portare all'aperto, vale a dire simbolicamente far emergere dal bambino quello che già c'è, potenziarlo ed insegnargli a gestirselo. È un processo attraverso il quale i figli ricevono e imparano quelle particolari regole di comportamento che sono condivise nel gruppo familiare e nel più ampio contesto sociale in cui sono inseriti. Per fare questo un adulto deve indicare, proporre, a volte anche imporre una strada da imboccare: questo perché da una parte c'è il desiderio che il proprio figlio segua determinate orme, ma soprattutto perché una convinzione radicata, che per l'adulto ha un senso fondamentale, vuole essere trasmessa anche al figlio, perché dia senso anche alla sua vita. Costruire dei limiti, attraverso l'acquisizione delle regole è necessario, purché queste ultime non ledano e non annullino l'individualità e la libertà dei propri figli. Sin dalla nascita il piccolo ha, infatti, bisogno di un intervento costante da parte degli adulti, in grado di contenere, regolare e instradare le sue richieste, le spinte evolutive, i suoi impulsi ancora molto istintivi. Questo significa per l'adulto, nel quotidiano, saper mantenere una certa fermezza educativa, nel pronunciare un "no" e riuscire a mantenerlo in maniera risoluta. Eppure spesso questo ruolo educativo viene disatteso. I motivi possono essere molteplici, dai più concreti a quelli legati alla sfera intima di ciascuno: per stanchezza, comodità, a causa dei sensi di colpa, o per la paradossale mancanza della capacità di sostenere il ruolo di adulto nei confronti di un piccolo (quanto spesso

¹I due filmati si possono vedere su youtube agli indirizzi <http://www.youtube.com/watch?v=ChT2tZRu3Dc&feature=related> e <http://www.youtube.com/watch?v=jmp9drZhOjE&feature=related>

si sente dire "mio figlio ed io abbiamo confidenza come fossimo amici"? E non si tratta di un'attitudine che emerge all'improvviso con l'adolescenza, ma si costruisce già da quando il figlio è relativamente piccolo).

Sono stati individuati alcuni stili educativi particolarmente disfunzionali perché facilitano una visione del mondo piuttosto irrazionale:

- * **Stile iperansioso**: è riscontrabile in quei genitori che si preoccupano eccessivamente per la sicurezza fisica del bambino. Crea bambini timidi, paurosi, insicuri, che fuggono le novità alla ricerca della sicurezza in modo ossessivo.
- * **Stile iperprotettivo**: genitori che cercano di evitare al bambino ogni minima frustrazione, perché temono che potrebbe soffrire in modo irreparabile per il resto della sua vita. Ciò può costituire un grosso problema in quanto viene ostacolata nel bambino la possibilità di imparare a tollerare i disagi e le frustrazioni. Crea bambini ansiosi, egocentrici, che non sopportano la frustrazione e non riescono ad ambientarsi al di fuori della famiglia.
- * **Stile ipercritico**: è caratterizzato dalla tendenza a notare ed ingigantire gli errori e i difetti commessi dal bambino. L'adulto sarà sempre pronto ad intervenire per notare ogni minimo difetto, ogni comportamento negativo senza mai far caso, invece, ai comportamenti positivi, adeguati; quindi l'interazione col bambino avviene quasi esclusivamente sotto forma di rimproveri. La paura di sbagliare porta il bambino ad isolarsi, la bassa autostima impedisce relazioni soddisfacenti. Per evitare di sbagliare, si finisce con l'evitare di agire.
- * **Stile perfezionistico**: tipico di quei genitori che considerano sbagliato tutto ciò che non è perfetto al cento per cento. Questo stile educativo è sostenuto dalla convinzione che bisogna riuscire bene in tutte le cose e che il valore di un bambino, come quello dei suoi genitori, dipende dai successi che egli riesce a conseguire. Tali genitori comunicano al bambino che egli vale qualcosa e merita di essere amato solo se riesce in tutto quello che fa, il bambino ha paura di essere disapprovato, vuole che le sue prestazioni siano sempre perfette. Quando si cimenta in qualcosa è molto ansioso, l'errore è vissuto come catastrofe.
- * **Stile incoerente**: i genitori tendono a gratificare o a punire il bambino a seconda del loro umore anziché in base all'adeguatezza o meno del comportamento. Si tratta di genitori che spesso rimproverano il bambino per i suoi errori senza stabilire con lui delle regole chiare. L'imprevedibilità della risposta che il genitore fornisce al bambino lo confonde. Questo porta a disturbi del comportamento, ansia, aggressività, insicurezza.

Tra gli stili di base troviamo lo stile *passivo-permissivo*, *autorevole-democratico* e *autoritario*.

Lo **stile passivo-permissivo** si riferisce a quello stile educativo nel quale i genitori non si preoccupano abbastanza per i figli e non sorvegliano nessuna delle loro attività o comportamenti; li abbandonano al loro

libero arbitrio senza mettere dei freni razionali. Qualunque comportamento del bambino viene accettato passivamente. Questo stile educativo crea insicurezza nel bambino verso le norme esistenti al di fuori del nucleo familiare, problemi comportamentali a diversi livelli, mancanza di comunicazione e bassa o nessuna coscienza sociale.

Lo **stile autorevole-democratico** stimola nel bambino il rispetto delle norme con una flessibilità conforme alla loro età. Si promuove il rispetto all'autorità e alle norme e allo stesso tempo si lascia il giusto spazio al bambino affinché migliori con le proprie forze. Gli permette di crescere con i propri mezzi riducendo i possibili rischi e proteggendolo da qualunque avversità. I genitori utilizzano il loro autoritarismo e la permissività nei momenti giusti e nella giusta proporzione.

Questo stile promuove nei figli la creatività, l'indipendenza, la sicurezza, i vincoli affettivi, l'iniziativa e l'adattamento sociale.

Lo **stile autoritario**, si riferisce, infatti, ad uno stile educativo nel quale le regole e/o i desideri dei genitori sono prestabiliti e devono essere realizzati/e così, senza mai dare spiegazioni. Il non adempiere a queste norme implica rimproveri severi. Difendendo posizioni come "*lo faccio per il suo bene*", "*non sa quanto sia conveniente per lui*", ecc, i genitori diventano direttori assoluti della vita dei loro figli. Questo stile educativo riduce l'iniziativa, la creatività e fa sì che il bambino reagisca in base alla paura verso i rimproveri, e inoltre crea una dipendenza eccessiva e un'insicurezza preoccupante.

Fondamentale rimane comunque il fatto che i figli siano molto sensibili alla coerenza dei loro educatori adulti, diversamente si sentono confusi: è l'esempio pratico, più delle parole, ad essere efficace nel trasmettere loro dei principi. Seguono, infatti, una logica molto semplice ma ferrea: se una regola c'è, ma viene disattesa proprio dalle persone che amano di più e che tante parole spendono per insegnare loro a stare al mondo, è molto più semplice porsi nella posizione di rinfacciare loro, piuttosto che di impegnarsi per obbedire. È fondamentale che i genitori trovino dei compromessi tra i temperamenti necessariamente diversi di ciascuno dei due. Un buon risultato non dipende semplicemente dall'essere rigidi o permissivi (sopra indicato tra gli stili di base educativi), ma dalla possibilità di applicare un determinato stile educativo in maniera coerente e con una convinzione profonda.

La questione della diversità degli stili educativi all'interno della coppia genitoriale desta particolare interesse tra i presenti, una mamma, ad esempio, interviene sottolineando come non sempre sia possibile rispondere allo stesso modo ai propri figli. Ci sono situazioni in cui i due genitori danno risposte diverse, tanto più – continua questa mamma – che i figli sono "*furbi*" e vanno prima da un genitore poi dall'altro per ottenere la risposta desiderata. La dott.ssa Valeri a questa sollecitazione risponde che rimane fondamentale l'importanza di far capire ai ragazzi che in ogni caso all'interno della dinamica familiare c'è comunicazione fra i genitori, cioè che al di là di quella che può essere per alcuni aspetti la diversità degli stili educativi, i genitori si parlano senza tenere all'oscuro l'altro delle proprie posizioni educative, delle richieste dei figli e delle conseguenti risposte. Questo atteggiamento è veramente importante perché comunica la forza della coppia genitoriale.

Un'altra mamma interviene per riportare la propria esperienza: *"Credo che i figli possano anche aspettare quando pongono una richiesta ad un genitore, il quale può legittimamente dire "ti ho ascoltato, ho ascoltato le tue ragioni, adesso però ne parlo con il papà poi ti diremo cosa abbiamo deciso"*.

Continua la dott.ssa Valeri, anche quando necessariamente gli stili educativi dei genitori divergono (meglio se di poco!), è importante che il figlio sappia che tutti ne sono consapevoli: si può andare dal papà se per un certo argomento è più malleabile, ma deve essere chiaro che la mamma lo sa, che in qualche modo lo accetta, che non viene fatto *"alle sue spalle"*. Questo atteggiamento ha anche delle importanti ricadute sulla possibilità per il figlio di sentirsi rassicurato riguardo *solidità della coppia genitoriale*, questione centrale che lo rafforza anche su altre questioni: il senso di sicurezza, l'equilibrio affettivo ed emotivo, la capacità di modulare i propri sentimenti. Sempre per questa ragione, è importante che il figlio non sia messo nella condizione di pensare che i permessi o i divieti siano la conseguenza dello stato d'animo o dell'umore dei genitori, ma deve sentire che sono delle normative stabili, alle quali ubbidiscono anche loro.

A monte di queste strategie educative, i genitori devono essere innanzitutto in grado di partecipare attivamente alla vita del figlio ed ascoltarlo in maniera interessata e profonda: questo rappresenta il presupposto fondamentale perché acquisisca una necessaria *fiducia di base* innanzitutto nei genitori (da cui è nei primi anni molto dipendente), e quindi in seguito in se stesso.

Va tuttavia rilevato che la capacità educativa della famiglia, ma anche degli altri luoghi formativi tradizionali (scuola e parrocchia), è oggi molto indebolita e ogni giorno perde terreno di fronte a seduzioni tipo: consumismo esasperato, videogiochi (anche violenti), uso incontrollato del web e, non ultimo, quello dei telefonini, che consentono usi ben diversi rispetto alla conversazione. Alcuni, infatti, hanno paura di provocare traumi al proprio figlio anche per questioni futili quali mandarli a scuola senza il cellulare. Certamente compito di un genitore è garantire al figlio un sostegno emotivo e materiale, garantire un'esistenza priva di disagi, ma può essere interpretato come *"causa di disagio"* il fatto di non poter comprare al figlio lo stesso zaino che porterà in classe l'intero gruppo dei compagni? È educativo per un figlio sentir dire dai propri genitori: *"Devo dare a mio figlio tutto ciò che non ho avuto io"*? Non si arriva così a causare maggiori disagi più tardi, quando crescendo e aumentando i bisogni dell'individuo, il ragazzo si rende conto che nella vita poi non tutto arriva servito su un piatto d'argento?

Se un bambino non ha mai sperimentato una *"crisi"* che il *"no"* del genitore può causare, se non ha mai imparato che nella vita spesso si devono fare delle rinunce, seppur banali, come riuscirà - una volta cresciuto - a districarsi nella nostra società, quando potrà contare unicamente sulle proprie forze, senza poter fare affidamento sull'aiuto costante dei genitori? Siamo davvero così sicuri che una volta cresciuti i nostri figli ci ringrazieranno per averli assecondati in tutto, per averli forse anche viziati un po'?

Il compito della figura genitoriale è anche quello di insegnare ai figli a gestire la *"crisi"*, considerando che ogni crisi promuove essa stessa la messa in atto di quei meccanismi d'esplorazione interiore del sé e dell'ambiente tutt'intorno, che consentono di vincere la frustrazione.

Il disagio che una determinata situazione crea durante la primissima infanzia (l'allontanamento temporaneo di un genitore, il mancato soddisfacimento immediato di un desiderio) permette il rafforzamento dell'io, attraverso la ricerca in se stessi e nell'ambiente esterno di una fonte d'appagamento, la scoperta delle proprie capacità e limiti. Se quanto sostenuto finora è vero durante l'infanzia, diventa legge negli anni *adolescenziali*. A quest'età è "*fisiologico*" lo scontro con la figura adulta, sia esso il genitore che l'insegnante. Vengono a cadere tutti gli ideali che il figlio si era fatto sul genitore, che a sua volta non è visto più come l'essere perfetto che era fino a poco tempo prima. In questa fase, l'adolescente può non condividere nulla di ciò che il genitore gli suggerisce, contrastandolo in tutto e per tutto, è avverso a regole d'ogni tipo; eppure è in tale avversità che dimora, paradossalmente, la ricerca della stessa regola, di una legge.

Nell'età che va dai 14 ai 18 anni si sogna di vivere liberi da qualsiasi imposizione, e fa male la consapevolezza di dover comunque sottostare alla figura adulta per ovvie ragioni, ma inconsciamente, nella parte più profonda di sé, l'adolescente sa di aver bisogno delle regole, di un freno da parte dell'adulto e lo pretende.

In realtà, è più che altro il bisogno di rifugiarsi da qualcuno nei momenti di difficoltà, è il bisogno di protezione, che il ragazzo avverte nei genitori solo quando questi si mostrano poco permissivi, perché è così che egli percepisce l'attenzione rivolta nei suoi confronti e che non è solo al mondo, con le sue paure dettate dal corpo che cambia, dalla continua ricerca di se stesso, dal raggiungimento dei suoi sogni.

Ecco perché un "*no*" possiede una forte valenza educativa e può aiutare a crescere. Con questo non si vuole incoraggiare nessun autoritarismo: non perdiamo mai di vista il concetto che le battaglie con i nostri figli in genere non si vincono con l'autorevolezza, bensì ragionando con loro, attraverso il confronto e lo scambio delle diverse opinioni, per far sì che il proprio figlio comprenda il punto di vista di chi gli vuole bene e, per esperienza, vuole mettere dei paletti nella libertà dei più inesperti, anche attraverso un "*no*".

Che fare?

Non ci sono indicazioni precostituite né consigli o risposte da dare ad un problema così complesso e personale come quello dell'autorità e delle regole da dare e da fare rispettare. Ogni genitore può trovare una soluzione personale in base al "*come è*", alle proprie caratteristiche, a ciò in cui crede, alla propria storia, ai propri principi e ai propri valori, alle caratteristiche di ciascun figlio e della storia del proprio rapporto con quel determinato figlio. Di fronte ad un figlio che cresce, è fondamentale che i genitori cooperino per conquistare una visione comune dei problemi, convinti che l'unione fa la forza e che solo "*ricreando una mente comune*" si offre al figlio la percezione di avere di fronte a sé due genitori sicuri delle proprie convinzioni e posizioni educative, solidi al punto tale da poter essere considerati porto sicuro in cui rifugiarsi, quando la vita sembra troppo complessa e difficile per essere affrontata senza aiuto.

Sintonizzarsi con un figlio non significa solamente sentire ed accogliere le sue richieste, ma anche sentire il suo profondo bisogno di confini. È dunque proprio certo: i "*no*" fanno davvero crescere. Una sana disciplina non è un sogno del passato, ma il modo migliore d'amare, aiutando bambini e ragazzi a crescere sereni, solidi

e affettuosi, ottimizzando la loro capacità di realizzarsi nella vita. Il punto fondamentale è trasmettere ai figli un sistema di valori.

Qualche regola di base per l'educazione dei propri figli.

1. ***Dare regole coerenti.*** Aiuta a fare in modo che il figlio abbia fiducia in noi e che quindi presti attenzione quando gli si dice qualcosa. Ad esempio, se al figlio gli si vieta di giocare spesso con i *videogames*, e vede il padre ogni sera al bar stare molto tempo a giocare con il *videopoker* o altro, come potrà credere che quello che gli si dice abbia un senso? *Se lo fa anche papà...*
Ricordiamo che per il figlio, il genitore è un modello. Quindi per fare altri esempi, è importante essere prima di tutto noi ordinati se vogliamo che il figlio sia ordinato, sinceri se vogliamo che sia sincero, ecc.
2. ***Non fare promesse che non si è in grado di mantenere.*** Per lo stesso motivo (non perdere fiducia e fare in modo che il figlio creda in noi), è importante non fare promesse che non si è in grado di mantenere. La volta successiva il figlio non ci crederà più.
3. ***Saper ascoltare.*** Aiuta a comprendere i bisogni del figlio per potergli dare ciò di cui ha bisogno realmente (e non quello che noi crediamo che lui abbia bisogno).
4. ***Non usare violenza:*** oltre a non aiutare ad instaurare buone relazioni affettive, usare violenza con i figli non crea altro che frustrazione, aumentando la probabilità di far divenire il figlio timoroso, insicuro o violento a sua volta. Oltretutto non è utile ad una buona educazione. Se il bambino fa qualcosa che non dovrebbe fare, gli si può spiegare il perché, magari con un esempio, al limite lo si riprende verbalmente ed in maniera ferma (ma non troppo spesso, altrimenti non ci ascolterà più).
5. ***Dare affetto.*** Dare affetto, coccole, attenzioni ai propri figli, soprattutto quando sono bambini, è importante ed utile ad instaurare una buona relazione affettiva.
6. ***Non ordinare ma "guidare".*** È buona norma non imporre i valori e le regole con termini tipo: "*Devi fare questo, ...devi fare quello*"; ma guidare il figlio con esempi: "*Sai che facendo questo succede che...*".
7. ***Non rinfacciare mai le sue debolezze.*** Oltre che essere sminuente ed abbassargli l'autostima, non aiuta certo a farlo divenire coraggioso.

L'incontro si chiude, in maniera leggera e delicata con la visione di un breve *slide show* di cui vi proponiamo qui alcune sequenze.



Ascoltare il figlio adolescente

Dott.ssa Tiziana Magro

psicologa e psicoterapeuta, Docente presso l'Università di Padova

13 marzo 2010

La dott.ssa Magro apre l'incontro con un'importante sollecitazione che sarà per altro il filo conduttore di tutto il lavoro di confronto e dialogo che avrà luogo con i genitori: *"Parlare di meno e ascoltare di più"*. Essere adulti è il capolinea di una fase di sviluppo, vivere l'adolescenza in famiglia vuol dire quindi che io genitore ho già fatto un percorso, la domanda fondamentale a questo punto è se e quanto ognuno di noi è disposto a mettersi in gioco proprio come genitore. Riprendendo la sollecitazione iniziale la dott.ssa Magro chiede *"Quando vostro figlio arriva a casa con una richiesta netta del tipo "stasera io esco alle 11.00" quanti di voi riescono a stare un attimo in silenzio per poi rispondere a tempo debito?"*. Quasi la totalità dei genitori presenti dice di rispondere molto impulsivamente, soprattutto se si tratta di una domanda così netta da suonare quasi come una provocazione. Questa reazione dei genitori ci suggerisce come sia quasi scontato segnalare che a una domanda del genere (e non solo) siamo comunque portati a dare una risposta immediata, senza quindi usare il silenzio come un'importante fase della comunicazione. È senz'altro vero che ascoltare è usare le orecchie, come ci suggerisce l'etimologia latina che ci riconduce ad una situazione di passività e ricettività ad un non fare un grande lavoro di verbalizzazione, ma bisogna tenere bene a mente che il tema dell'ascolto non può essere diviso in *"ascoltare/parlare"*, ma che l'ascoltare ed il parlare al momento opportuno, senza rispondere d'istinto, sono due fasi della comunicazione. L'ascolto è parte della comunicazione: fa piacere a tutti essere ascoltati perchè l'attenzione che implica ci dà la sensazione di essere importanti per la persona che ci dedica il suo tempo solo per ascoltare ciò che abbiamo da dire. Ascoltare quindi significa dare valore alla persona che ho di fronte, se invece rispondo in maniera immediata e frettolosa praticamente non ascolto quello che ha dirmi. È quindi evidente che l'ascoltare - essendo indissolubilmente legato al tema della comunicazione - diviene una dimensione cruciale nelle interazioni che caratterizzano periodi critici della storia individuale e familiare, un esempio di fase critica per eccellenza è sicuramente quella dell'adolescenza. In alcuni modelli teorici dell'interazione familiare, come nel *modello circonflesso* (Olson), la comunicazione è ritenuta, assieme con la coesione e l'adattabilità, una delle dimensioni centrali del funzionamento familiare. Viene indicata come *"l'elemento facilitante"* il movimento dinamico che le famiglie compiono nella regolazione dei loro legami affettivi e delle capacità organizzative. Nel sistema famiglia del modello circonflesso nessuno può rimanere statico, è un modello in evoluzione e la comunicazione tra genitori e adolescenti è considerata un segnale della capacità del sistema stesso di effettuare un cambiamento di livello rispetto alle caratteristiche di unità affettiva e flessibilità delle regole del sistema. La

comunicazione come elemento facilitante deve contenere un messaggio affettivo, anche il "no" deve trasmettere un'impostazione affettiva di fondo.

Gli studi si sono soffermati molto sulla differenza di comunicazione tra genitori e figli, evidenziando che in genere le madri riferiscono una migliore comunicazione con i loro figli rispetto ai padri, raccogliendo le loro confidenze, in particolare delle femmine. Queste confidenze riguardano in linea di massima gli affetti ed i rapporti con gli amici, abbracciano cioè quella tipologia di problemi che potremmo chiamare relazionali. Anche i figli maschi si riferiscono alla madre, ma in maniera diversa, nel loro rivolgersi ai genitori lo fanno per questioni più tecniche e proprio per questo le madri generalmente si preoccupano molto di più se il figlio maschio non parla, non comunica, pur trattandosi di un aspetto assolutamente normale delle dinamiche tra genitori e figli. Gli adolescenti invece esprimono più difficoltà comunicative con entrambi i genitori, considerando la loro comunicazioni con questi con maggiore negativismo.

Per quanto riguarda la comunicazione con il gruppo dei pari spesso si è portati a credere che gli adolescenti lo preferiscano ai genitori. Sicuramente il gruppo dei pari riveste senza ombra di dubbio un ruolo importante per i ragazzi, ma è fondamentale ricordare che per le questioni significative ritornano dai genitori i quali rimangono il vero punto di riferimento. Gli adolescenti, infatti, sono inclini a seguire i consigli dei loro genitori piuttosto che quelli dei loro pari quando il contesto richiede decisioni che hanno implicazioni nel futuro. La dott.ssa Magro ricorda che quanto sin qui trattato riguarda uno sviluppo regolare dell'adolescente, non situazioni limite le quali comunque attingono a problemi pregressi spesso ignorati, non nascono nell'adolescenza. A questo punto interviene una mamma che riporta la sua esperienza in cui il figlio, già caratterialmente piuttosto introverso, con l'adolescenza si è chiuso ancora di più, chiedendo come può aiutarlo ad aprirsi. È evidente che ognuno porta con sé determinate caratteristiche personologiche, e che l'adolescenza determinerà un'ulteriore chiusura, diventa quindi indispensabile per un genitore saper comunicare, saper alternare l'ascolto alla parola che deve essere valutata nel "quando" e nel "come". La dott.ssa Magro sottolinea che quando un figlio arriva a casa la prima domanda non può essere quindi "Com'è andata a scuola?", è necessario imparare ad eliminare domande, che non sono di certo inutili, ma che devono essere proposte con un ordine diverso. Il genitore di un figlio adolescente deve quindi sforzarsi di riordinare mentalmente le cose.

Per saper comunicare in maniera efficace, raggiungendo l'obiettivo di far pervenire all'altro il proprio messaggio, e perchè questo possa essere interiorizzato, bisogna sviluppare tre competenze fondamentali:

- *saper ascoltare*
- *saper conquistare l'attenzione dell'altro*
- *saper dialogare.*

Quando una persona (figlio, allievo o amico che sia) ha un problema, il comportamento più spontaneo è quello di parlargli, mettendo in evidenza gli errori o le mancanze commesse, oppure i suoi difetti o

esprimendo giudizi o pareri (spesso negativi). Il risultato più probabile che possiamo ottenere in questo modo è che l'individuo che si voleva aiutare si chiude ulteriormente in sé stesso, sentendosi incompreso, peggiorando l'immagine di sé e la relazione. Il primo momento della comunicazione dovrebbe essere in sordina, con una forte componente di silenzio, invece senza volerlo sono stati compiuti degli errori che risultano essere degli ostacoli o barriere alla comunicazione. Supponendo che un ragazzo abbia difficoltà a portare a termine un compito a lui assegnato ed esprima in modo confuso tale disagio, le reazioni più comuni di un adulto di fronte a tali difficoltà sono non ascoltare eventuali motivazioni bensì:



Ordinare, comandare, esigere
Avvisare, minacciare
Rimproverare, fare la predica
Consigliare, suggerire soluzioni
Redarguire con argomentazioni logiche
Giudicare, disapprovare, biasimare
Stereotipare, ridicolizzare, umiliare
Interpretare, analizzare
Apprezzare, dare valutazioni positive
Rassicurare, consolare
Indagare interrogare
Eludere, cambiare argomento, distrarre

È evidente che se parto con questo elenco di errori il dialogo si chiude immediatamente. Bisogna ricordare che nella testa dei ragazzi c'è la convinzione di non essere capiti, di non essere amati, segnalando solo quello che non va questi sentimenti si acquisiscono inevitabilmente. L'unico mezzo per aiutare chi si trova in difficoltà, in particolar modo se si tratta di un adolescente, è ascoltarlo e accettarlo così com'è. Farlo è molto difficile, per questo è necessario prendere tempo. L'esercizio dell'ascolto degli adolescenti comporta in ciascuno di noi l'innescare di un processo di identificazione, di una istanza di rispecchiamento, in base ai quali il ragazzo/figlio che ci è di fronte evoca ciò che è dentro di noi. Attingendo alla propria esperienza di consulente del Tribunale dei minori Magro evidenzia come nelle storie dei ragazzi che ha incontrato emerge come questi alcuni segnali li abbiano lanciati, segnali che purtroppo però non sono stati colti perché è mancato l'ascolto autentico. A questo punto una mamma chiede se in un caso come quello di Erika e Omar ci siano solo responsabilità genitoriali o se si possa rinvenire anche un qualcosa di patologico. La dott.ssa Magro premette come ognuno si faccia una propria idea, tanto più che nessuno è a conoscenza del profilo che è stato stilato dagli psicologi, ma vista la condanna ed il recupero che è stato attivato, è evidente che sono stati individuati dei problemi a

monte. Magro ricorda che un genitore trasmette ai propri figli dei "semi di normalità", ad un certo punto, quando meno se lo aspetta, quei semi sbocciano dando i loro frutti.

Quando invece si creano delle barriere forse abbiamo detto qualcosa di troppo. Il linguaggio dell'accettazione è l'ascolto attivo e consta di quattro momenti, il primo dei quali è l'ascolto passivo, il silenzio. Il non dire niente, ascoltando, comunica accettazione e tolleranza. L'adolescente non capirà mai e non dirà mai cosa lo turba o lo sta preoccupando se è l'adulto a parlare. Bisogna ricordare che i ragazzi si accorgono se i genitori seguono i loro pensieri, se l'ascolto diventa superficiale: sono in grado di leggere la distrazione parentale. Studi condotti in Australia - ma le dinamiche sono le stesse ovunque - riportano che durante una conversazione con i propri genitori gli adolescenti ricevono un solo messaggio positivo ogni cinque negativi. Diventano quindi importanti quei cenni di attenzione - verbali e non verbali - che se presentati durante le pause, stanno ad indicare che si è particolarmente attenti all'altra persona.

Solo l'esperienza della comprensione e del sentirsi rispettati facilita nei figli la decisione di aprirsi, di rischiare un incontro attraverso il dialogo. Al contrario, ciò che non facilita questa apertura del figlio verso il genitore è sicuramente:

- fare le prediche
- offrire soluzioni
- valutare
- indagare
- offrire sostegno
- criticare

Questo è ancor più importante se si considera che il ruolo del genitore sta subendo un progressivo e continuo svilimento. A questo svilimento, come testimoniano diversi studi, corrisponde un sentimento di confusione e smarrimento da parte degli adolescenti che, al contrario, hanno bisogno di punti fermi e regole sicure, regole che devono però essere interiorizzate e che quindi vanno fatte capire.

L'incontro si conclude con alcuni utili consigli per affrontare al meglio la comunicazione con gli adolescenti, consigli che la dott.ssa Magro riassume in una *slide* dal titolo "*Il dialogo in quattro passi*":

- Comprendere il sentimento;
- Immaginare soluzioni;
- Confronto;
- Decisione.

In sintesi. Il genitore ascolta con rispetto ed attenzione, lasciando parlare e conservando il più possibile il silenzio. Nelle sue risposte dà maggior risalto ai sentimenti espressi o vissuti dal figlio che non al contenuto del problema. A questo punto diventa importante cercare di cogliere con attenzione il punto

di vista del figlio anche in relazione alle soluzioni da adottare, lasciando sempre spazio alle responsabilità del figlio affinché trovi il modo di affrontare e risolvere il problema. Attraverso questa metodologia il genitore può aiutare il proprio figlio ad acquistare il coraggio e la forza d'animo per affrontare compiti difficili.

***Questa casa non è un albergo.
Le sfide educative connesse con il mestiere di un genitore
che cresce un figlio/a adolescente.***

Dott.ssa Rita Giannetti

Psicologa - Servizio Istruzione Diritto allo Studio e Orientamento Regione Friuli Venezia Giulia

27 marzo 2010

L'ultimo incontro di questo secondo ciclo di appuntamenti con "Adolescenti e genitori compagni di viaggio" si apre con il saluto del Dirigente Scolastico, Prof.ssa Maria Teresa Gobbi che sottolinea ancora una volta l'importanza di questi momenti di incontro e riflessione, indispensabili per crescere come genitori ed aiutare i ragazzi ad affrontare la loro sfida più grande: quella dell'adolescenza.

Viene quindi proposto ai genitori un breve questionario in cui sono riportate alcune frasi che potrebbero essere dette, in diverse situazioni, da un figlio ad un genitore. Di seguito riportiamo le ipotetiche frasi:

1. Ehi, mancano solo dieci giorni alla fine della scuola!
2. Papà guarda! Ho aggiustato il motorino.
3. Mi accompagni a scuola il primo giorno?
4. Non mi sto divertendo, non riesco a pensare a qualcosa da fare.
5. Non sarò mai bravo/a come Giovanni/a. Mi alleno in continuazione, ma lui/lei è sempre più bravo/a di me.
6. Il nuovo insegnante dà troppi compiti. Non riesco mai a finirli. Che devo fare?
7. Tutti sono andati in vacanza, non ho nessuno con cui uscire.
8. I genitori di Francesco/a lo/a lasciano andare a scuola in bici, anch'io lo so fare.
9. Non avrei dovuto essere così ingiusto/a con Giulio/a. Credo di essere stato/a cattivo/a.
10. Voglio tenere i capelli lunghi come mi pare. Sono miei i capelli, no?!?
11. Pensi che vada fatto così questo compito? Sarà fatto abbastanza bene?
12. Ma perché quella vecchia strega mi ha fatto restare a scuola più a lungo? Non ero l'unico/a a parlare! Mi piacerebbe darle un pugno in faccia.
13. Posso farlo da solo/a. Non c'è bisogno che tu mi aiuti. Sono grande abbastanza per farlo da solo/a.
14. La matematica è troppo difficile. Sono troppo stupido/a per capirla.
15. Vattene. Lasciami solo/a. Non voglio parlare con te né con nessun altro. E comunque a te non importa niente di quello che mi succede.

16. Per un certo periodo stavo andando bene, adesso però va peggio di prima. Io ci provo, ma mi sembra di non ottenere nessun risultato. Che mi sforzo a fare?
17. Mi piacerebbe tantissimo andarci, ma non so come fare. E se poi glielo chiedo e mi ride in faccia?
18. Non voglio più aver a che fare con Mario/a, è proprio stupido/a e meschino/a.
19. Sono proprio felice di essere figlio/a tua e di papà invece che di altri genitori.
20. Credo di sapere cosa voglio fare, ma forse mi sbaglio. Sembra che io faccia sempre le cose sbagliate. Che devo fare, continuare a studiare o andare a lavorare?

Quello che è richiesto di fare è individuare quale sentimento si celi dietro queste frasi, il sentimento cioè che un ragazzo cerca di comunicare attraverso quelle parole. A prima vista sembra un esercizio d'immedesimazione davvero facile, ma ben presto i genitori presenti si rendono conto che così non è, tanto che molti di loro tra una domanda e l'altra si guardano perplessi ammettendo che si tratta di un'operazione piuttosto difficile. La dott.ssa Giannetti, allo scadere del tempo concesso, annuncia quindi che i risultati dei questionari saranno discussi assieme, alla fine dell'incontro.

Per introdurre il tema oggetto dell'intervento, vengono presentate ai genitori, con la prima *slide*, due frasi emblematiche, frasi che in realtà faranno da sfondo a tutta la mattinata:

"È con le migliori intenzioni che il più delle volte si ottengono le cose peggiori."

(O. Wilde)

"La famiglia felice non è quella dove non succede mai nulla di brutto; è quella in cui, quando qualcosa di brutto succede, quando le cose vanno male per uno dei suoi membri, tutti gli altri lo sostengono e fanno dei suoi problemi il problema di tutti, e colui che ne è causa o che ne soffre non viene colpevolizzato."

...perché educare i figli è un'impresa creativa, un'arte più che una scienza.

(B. Bettelheim)

Per prima cosa bisogna capire che la famiglia è un sistema, un primo sistema d'individui che si struttura in base alle relazioni tra i soggetti che la compongono e tra questi ed il mondo esterno. Quando si parla di sistema ci si riferisce ad una struttura complessa di elementi tra loro interdipendenti per cui modificando uno degli elementi si modifica il tutto. Ogni sistema si pone, inoltre, sempre in relazione con altri sistemi a costituire universi di sistemi sempre più complessi. Questa preliminare specificazione è fondamentale per capire che applicando questi riferimenti teorici alla famiglia - intesa come sistema complesso e aperto - ne consegue che ogni suo componente non può essere considerato a sé, indipendentemente dalle

relazioni intrasistemiche che egli vive (stabilisce o subisce) all'interno della rete familiare. Allo stesso modo ogni sistema-famiglia deve essere considerato nelle relazioni intersistemiche con altri sistemi: le altre famiglie, le istituzioni, i servizi, ecc.

Dopo aver fatto questa prima fondamentale considerazione di fondo, la dott.ssa Giannetti cerca di analizzare con i presenti il mutamento che la famiglia ha subito negli ultimi anni. Il passaggio compiuto è quello in cui si è passati da una famiglia basata sulle regole - vale a dire tesa alla responsabilizzazione dei figli, a svezzarli per renderli autonomi attraverso una forte interiorizzazione di regole e valori - alla famiglia basata sugli affetti. Una famiglia che in altre parole guarda prioritariamente al benessere dei figli, all'amore, alla sicurezza, alla protezione e serenità. Questo cambiamento ha portato i genitori ad essere spesso timorosi di sbagliare, per cui il rapporto oggi è frequentemente costruito sul dare, acconsentire e concedere. Non solo. Un altro grande cambiamento riguarda proprio il ruolo genitoriale ed educativo di oggi, che col tempo è diventato:

- * di basso profilo, appiattito;
- * poco propositivo;
- * poco incisivo sulla formazione delle regole comportamentali;
- * stereotipato;
- * non più titolare dell'azione educativa;
- * caratterizzato dall'incapacità ad agire concretamente.

Si tratta in sostanza della nascita e del rafforzamento di una profezia sullo stereotipo del ruolo genitore che si è auto-avverata, e cioè che "Fare il genitore è il mestiere di fatto più difficile al mondo". Tutti, infatti, abbiamo sentito dire, magari confrontandoci con altri genitori, frasi del tipo:

- * *"...ma se mi comporto in modo troppo rigido e poi....sbaglio???"*
- * *"ho provato ad essere impositiva su una regola, ma poi è faticoso reggerla."*
- * *"...ma se poi comportandomi così perdo il dialogo con mio figlio/a?"*

...anzi, forse anche noi stessi ci siamo ritrovati a porci questi interrogativi, senza renderci conto che tutto ciò è indicatore di malessere, d'incertezza e soprattutto dell'incapacità di essere titolari dell'azione educativa.

Ancora meno ci rendiamo conto delle risposte che diamo, spesso equivalenti ad una resa incondizionata, risultato di estenuanti trattative che il più delle volte bandiscono le proibizioni e sanzioni perché troppo costose a livello emotivo.

È quindi necessario fare alcune considerazioni per riflettere:

1. fare il genitore non è difficile, la nostra specie lo fa da millenni;
2. la reale "difficoltà" è accoglierne il ruolo e quindi agirlo;

3. chi educa agisce su un sistema interattivo, per cui è impossibile sbagliare a meno di non voler agire volutamente in modo dannoso;
4. l'unico vero danno, in ambito educativo, che può verificarsi consiste nel "non agire" per timore di sbagliare.

La costruzione di regole educative dipende dalla volontà dell'educatore (genitore e non solo) a volersi rappresentare come "soggetto titolare dell'azione educativa". Per farlo è importante ricordare che ci sono alcuni "punti forti" cui far riferimento:

- * le regole sono strumenti che servono per la crescita armonica dei figli;
- * qualsiasi regola agisce su un sistema dinamico che ci rimanda una risposta con la quale interagiamo;
- * il rapporto con il proprio figlio si rafforza in modo proporzionale a quanto noi accogliamo il ruolo di genitore.

Dopo aver ricordato questi importanti assunti è necessario chiedersi che cosa sia la genitorialità, concetto che può essere analizzato sia nel suo significato più comune di lungo e continuo apprendistato per imparare l'arte di essere genitori (genitore reale), sia psicologico, come parte fondante della personalità di ogni persona (genitore reale e genitore interno). In ultima analisi potremmo dire che si tratta di "un insieme di funzioni dinamiche e relazionali che rappresentano gli aspetti evolutivi del percorso maturativo della persona". Questa definizione ci fa capire come le funzioni genitoriali siano molteplici, elenchiamo di seguito le principali:

- * protettiva, offrire cure adeguate ai bisogni del figlio (*caregiver*), determinano il legame di attaccamento;
- * affettiva, entrare in risonanza affettiva con il figlio senza esserne inglobato, determina la qualità affettivo-emotiva della relazione;
- * regolativa, viene fornita dalla presenza del "caregiver", regolare gli stati emotivi per organizzare esperienze e risposte comportamentali adeguate;
- * normativa, dare dei limiti per vivere comportamenti coerenti, determinata dall'atteggiamento del genitore di fronte alle norme (genitore sociale);
- * predittiva, prevedere il raggiungimento della tappa evolutiva e di sviluppo successiva del figlio, determina la capacità di cambiare modalità di relazione con il crescere del figlio;
- * representativa, capacità di modificare continuamente le proprie rappresentazioni con il crescere del figlio;
- * triadica, capacità dei genitori di costruire alleanze tra loro cooperative (sostegno reciproco, lasciare spazio agli altri, entrare in una relazione empatica).

Sulla base di queste, che sono le principali funzioni genitoriali, tendono a svilupparsi alcuni modelli familiari, modelli che andremo ad analizzare, ma in merito ai quali è doveroso fare alcune precisazioni:

- * i modelli familiari derivano da "credenze" e valori il più delle volte inconsapevoli;
- * pervadono e influenzano il nostro modo di essere e di leggere la realtà;
- * vengono agiti più che spiegati;
- * vi sono molte regole non dette;
- * non esistono modelli "puri", ma tendenze;
- * si cambia modello per "reazione";
- * sono molto legati alla realtà storica e sociale.

Modello iperprotettivo

Regole non dette:

1° regola: la madre è ancora la "responsabile designata culturalmente" dell'educazione e dei comportamenti del figlio. È costantemente preoccupata di non essere una madre "sufficientemente buona".

2° regola: il padre non è più il detentore delle regole, ma un osservatore esterno spesso inascoltato, per il suo scarso interventismo e "potere decisionale". Oppure il padre è come la madre, per cui entrambi sono perfettamente in accordo sulla loro missione di genitori.

3° regola: fare tutto il possibile perché il figlio sia all'altezza degli *status symbol* prevalenti (essere vestiti alla moda, fare attività extrascolastiche, avere il motorino, naturalmente il telefonino: essere non solo come gli altri ma avere di più).

4° regola: i genitori sono raramente capaci di intervenire con correttivi autorevoli. In altri termini non sono capaci di punire.

5° regola: riguardo alle regole, ogni regola può cambiare soprattutto quando risulta troppo punitiva o frustrante per il figlio.

6° regola: la richiesta principale rivolta al figlio è quella di accettare i privilegi che la situazione offre con l'unico vincolo di non fare resistenza.

7° regola: chi si oppone, non perde alcun privilegio né l'amore dei genitori, rischia soltanto di farli soffrire.

Terreno su cui poggia:

- reazione al modello familiare d'origine;
- malattie o difficoltà dei figli;
- quando un membro della coppia ha un alto tasso di aggressività;

- sensi di colpa della madre che lavora;
- proiezione sui figli di quanto desiderato (dai genitori);
- desiderio di "controllo": chi protegge decide.

Aspetti emergenti:

- super-investimento nel figlio;
- un suo successo o insuccesso o una sua anormalità (denti "storti", troppo grasso ecc.) qualifica o squalifica un genitore;
- la sovrabbondanza di cure e soprattutto una sorta di "pronto soccorso" (cioè intervenire continuamente e ripetutamente nella vita del figlio).

Atteggiamenti emergenti:

- la sensazione o il sospetto nel figlio di essere un incapace...(la profezia che si auto-avvera);
- i figli finiscono per arrendersi senza combattere, abdicando al pieno controllo sulla loro vita e affidandola sempre più ai genitori;
- la loro vita si svolge nella gabbia dorata del privilegio da cui è difficile uscire sia per debito di riconoscenza sia per incapacità.

I comportamenti che i figli mettono in atto:

1. Non è importante impegnarsi più di tanto perché:
 - non si va incontro a conseguenze temibili;
 - i genitori o i nonni possono intervenire e risolvere tutto.
2. I premi e i regali non dipendono più da cosa faccio o dai risultati che ottengo poiché esisto e sono straordinario, le cose mi spettano di diritto e non devo faticare per ottenerle.
3. Se non mi danno quello che voglio io!

Modello autoritario

Regole non dette:

1° regola: esistono valori assoluti, immutabili ed eterni da cui discendono le regole.

2° regola: le regole non sono negoziabili.

3° regola: ognuno deve rendere conto delle proprie azioni e far fronte alle conseguenze che ne derivano.

4° regola: la soddisfazione dei bisogni e desideri si ottiene con l'impegno e producendo risultati concreti.

5° regola: ordine e disciplina sono i fondamenti della convivenza.

6° regola: ognuno è responsabile delle proprie azioni.

7° regola: la libera iniziativa è a discrezione di colui che comanda.

8° regola: non si discute.

Terreno su cui poggia:

- imitazione del modello familiare ricevuto;
- esperienze di vita "particolari";
- arroccamento sulle proprie posizioni;
- difficoltà ad entrare in contatto con la sfera emotiva.

Aspetti emergenti:

- il padre come modello ed esempio da seguire;
- la vita della famiglia scandita da orari precisi (riguardano tutta l'organizzazione familiare);
- figli maschi e figlie femmine (maggior impegno versus maggior remissività);
- adeguamento dei propri comportamenti per dare soddisfazione ai genitori e ricevere premi;
- se non si adeguano assumono l'etichetta di "vagabondo" (fare esperienze esterne all'insaputa dei genitori);
- i figli che non aderiscono al modello familiare, iniziano tutta una serie di manovre per sottrarsi al clima di tensione che questo modello di interazioni produce: restare più a lungo possibile fuori casa, fare cose di nascosto, appena possibile cercare occasioni di studio o di lavoro in altre città.

Comportamenti emergenti:

- ostacoli messo in atto dai genitori finché i figli dipenderanno economicamente da loro (o negozia o si ribella);
- le madri mediano con successo per i figli riuscendo a ottenere per loro quanto basta per evitare l'emergere di aspri conflitti;
- alcuni figli sono abbastanza tenaci da non scoraggiarsi di fronte alle difficoltà e, ingoiando molti rospi, raggiungano prima di altri l'autonomia per poter andare via da casa (il rischio è che riproducono nel loro futuro lo stesso modello).

Sistema delle relazioni:

- padre dominante e gli altri in posizione di sudditanza;
- madre assume quasi sempre il ruolo di mediatrice quando le posizioni sono divergenti;

- se il figlio assume le stesse posizioni e valori dei genitori si stabilisce una forma di complementarità connotata da regole rigide e ruoli da rispettare. Se il figlio si ribella gli scontri possono essere decisamente violenti.

I comportamenti che i figli mettono in atto:

- si ubbidisce e non si discute;
- i comportamenti accettabili sono quelli che si uniformano alla scala di valori proposta;
- i comportamenti inaccettabili vanno evitati o tenuti nascosti;
- gli errori comportano punizioni, talvolta molto pesanti.

Modello democratico permissivo

Regole non dette:

1° regola: il bene supremo da perseguire è la "pace in famiglia", l'armonia, l'amicizia.

2° regola: tutti i membri della famiglia fanno parte, con pari diritti, del sistema famiglia fin dalla nascita.

3° regola: ogni decisione deve scaturire dal deliberato e unanime consenso di tutti.

4° regola: fare il genitore non è solo un fatto istintivo e naturale, ma comporta un processo di informazione-formazione.

Terreno su cui poggia:

- spesso studi superiori, laurea, ecc.;
- entrambi i genitori hanno una parità economica;
- contesti sociali "alternativi";
- reazioni a modelli subiti.

Atteggiamenti emergenti:

- l'assenza di gerarchie, una distribuzione equa delle incombenze nella gestione della vita quotidiana;
- il modello è il frutto di "premesse ideologiche" che possono essere maturate all'interno delle famiglie di origine in cui era già in vigore uno stile educativo democratico, oppure in contesti giovanili di impegno sociale, culturale e politico; o ancora per ribellione al modello della propria famiglia di origine;
- la relazione di coppia tende a una alternanza flessibile di interazioni complementari a seconda degli ambiti di competenza e delle situazioni;
- quando si prefigura un conflitto l'accordo viene ricercato a ogni costo in nome dell'armonia.

Aspetti emergenti:

- lo stile comunicativo democratico della coppia (in democrazia le regole vengono discusse tra pari) nasce in una situazione di partenza paritetica sia riguardo alla forza contrattuale che alla condivisione delle premesse (il rischio è che diventi stile permissivo).
- Il figlio, se ammesso alla discussione o alla scelta autonoma in età precoce, viene caricato di una responsabilità troppo grande per lui poiché non possiede né mappe concettuali, né competenze adatte a orientare i propri comportamenti verso il suo benessere fisiologico e psicologico (valutazione sicurezza/pericolo, calibrazione delle esperienze emotive e affettive, attaccamento/ distacco).

Atteggiamenti emergenti:

- la famiglia democratico-permissiva non prevede che le regole siano imposte con fermezza e decisione e tanto meno prevede sanzioni: le regole si possono solo enunciare, spiegare ed argomentare con dolcezza e a parole;
- una regola senza conseguenze pragmatiche può essere definita consiglio, avvertimento ma non certamente regola o norma perché la sua trasgressione non prevede alcun effetto pratico sul comportamento;
- la famiglia democratico-permissiva vive in una costante fluttuazione e trasformazione delle regole.

I comportamenti che i figli mettono in atto:

- le cose vanno fatte per convincimento e consenso e non per imposizione;
- il consenso si ottiene con il dialogo fondato su argomenti validi e ragionevoli;
- le regole vanno concordate;
- la contrattazione è l'unico nemico della prevaricazione;
- il fine principale da perseguire è l'armonia e l'assenza di conflitto;
- tutti i componenti della famiglia hanno gli stessi diritti.

Modello sacrificante:

Bisogna distinguere le regole che governano il comportamento dei genitori e dei figli, poiché esse risultano speculari.

Genitori:

1° regola: nella vita bisogna sacrificarsi per gli altri e fare quello che piace agli altri per gioire delle loro gioie, oppure, semplicemente per sentirsi stimati o accettati.

2° regola: il piacere è un'esperienza da non ricercare, solo il piacere del dare ad altri è legittimo.

3° regola: i genitori, o uno solo dei due, sono la colonna portante della famiglia e assumono su di sé tutte le incombenze della vita quotidiana della famiglia.

4° regola: il genitore che viene esonerato da qualsiasi incombenza familiare orienta tutte le sue energie nel lavoro. Solo in alcuni casi estremi può disimpegnarsi su tutti i fronti e diventare una specie di principe consorte.

5° regola: i genitori hanno l'aspettativa che i figli li ricompenseranno per tutto ciò che stanno facendo per loro, sia avendo successo nella vita, che ottenendo tutto ciò che loro non hanno potuto avere.

Figli:

1° regola: è preciso dovere dei genitori dare ai figli quello di cui hanno bisogno o, al contrario, è dovere del figlio dare soddisfazioni ai genitori.

2° regola: i genitori hanno l'obbligo di mantenerli senza limiti di tempo o, al contrario, è dovere del figlio lavorare oltre che studiare e contribuire al bilancio familiare.

3° regola: nella vita c'è chi si sacrifica e chi da questo trae benefici.

Terreno su cui poggia:

- vita piena di sacrifici;
- educazione ricevuta molto rigida;
- relazione complementare tra i genitori uno si sacrifica "altruista" e uno è superiore "egoista";
- aspetti depressivi latenti.

Atteggiamenti emergenti:

- ogni sacrificio meriterebbe riconoscimento, approvazione e ricompensa;
- il sacrificio non riconosciuto genera delusione, risentimento, scontentezza e l'idea che non si è fatto abbastanza;
- il piacere è un'esperienza che spesso non ci si può permettere;
- ognuno è libero di scegliersi spazi, modi e tempi del sacrificio;
- i figli, sia i maschi che le femmine, sono spinti al sacrificio per ottenere il successo;
- tutte le risorse della famiglia sono a disposizione dei figli, affinché i figli abbiano l'opportunità di affermarsi;
- se sei altruista gli altri ti accettano, ma ti sfruttano.

Comportamenti emergenti:

- i figli spesso detestano il modello proposto dai loro genitori;
- in un sistema sacrificante i genitori si lamentano della loro vita, ma non prendono alcuna iniziativa pratica per migliorarla;
- impiegano quasi tutte le energie nella soddisfazione dei bisogni della famiglia. I comportamenti di rinuncia sono numerosi: non vanno al cinema, a teatro, in palestra, in vacanza;
- il padre può essere poco coinvolto in ciò che accade in famiglia perché si sacrifica nell'ambito lavorativo;
- si osservano anche figli che accettano il modello sacrificante e preferiscono impegnare il proprio tempo più nello studio che nei divertimenti per essere utili alla famiglia

Sistema delle relazioni:

- nelle relazioni si presentano quei comportamenti che possono essere definiti come: *"egoismo insano"* ed *"insano altruismo"*. *"Il comportamento altruista"*, infatti, come Elster (1979) mette in risalto, *"conduce alla costruzione di interazioni sociali basate sulla realtà di alcuni che danno ed altri che prendono, ma l'altruista ha bisogno di egoisti insani che prendano ciò che lui dà"*;
- le relazioni sono spesso asimmetriche e chi si sacrifica, anche se apparentemente dimesso e sottomesso, è in una posizione di ferro, poiché mediante le sue rinunce ottiene una posizione di superiorità facendo sempre sentire gli altri o in debito o in colpa. Questo crea un gioco familiare imperniato su un sistema di debiti e crediti con slittamenti sul versante del ricatto morale;
- la relazione con i figli è spesso basata sull'altruismo insano per cui i genitori danno senza che venga loro richiesto; se il loro sacrificio non viene apprezzato si lamentano, si arrabbiano e tacciano di ingratitudine i figli, oppure impongono silenzi inquietanti;
- sono stupiti se qualcuno dice loro di imparare a ricevere, diventare preziosi e dare solo quando viene loro espressamente richiesto, rendendo così il loro sacrificio apprezzato e riconosciuto;
- a volte queste persone possono razionalmente capire quel che sarebbe giusto e ragionevole ma emotivamente rimangono inchiodati alloro repertorio comportamentale usuale.

Modello intermittente

Regole non dette:

1° regola: il dubbio prima di tutto.

2° regola: sottoporre ogni propria azione all'autocritica appena sorge il sospetto che non sia efficace.

3° regola: per prevenire danni maggiori è bene scendere a compromessi.

4° regola: non ci sono regole fisse: la regola è oggetto di continua revisione.

Terreno su cui poggia:

- ricerca del nuovo;
- grande senso di autocritica;
- spinta (quasi ossessiva) all'eccellenza;
- molta attenzione ai suggerimenti dei media.

Atteggiamenti emergenti:

- nessuna posizione va mantenuta in maniera determinata;
- nulla è valido e rassicurante;
- si vive all'insegna del compromesso e della revisione delle proprie posizioni;
- la costante è il cambiamento continuo;
- assenza di punti di riferimento e basi sicure.

Comportamenti emergenti:

- Un esempio concreto è rappresentato dal comportamento assunto dai genitori nei confronti del figlio ribelle e vagabondo che rifiuta qualunque tipo di indicazione correttiva. I genitori di solito prima cercano di intervenire con prediche e argomentazioni basate sulla ragionevolezza delle loro posizioni e l'irragionevolezza del figlio; questo ha l'effetto dell'acqua sull'impermeabile.
- A questo tentativo fallito, segue una strategia basata sulla durezza, su restrizioni e atteggiamenti punitivi: il padre non concede la sua auto, la madre non dà più soldi in aggiunta alla paga settimanale. Il figlio allora si ribella e minaccia di andare a trovare i soldi altrove e di usare l'auto della fidanzata o degli amici, i genitori si spaventano e cadono nel ricatto, si arrendono e concedono di nuovo auto e soldi. In tal modo non solo non producono alcun effetto, ma rafforzano addirittura la condizione patogena poiché il figlio avrà avuto la prova ulteriore del suo potere su di loro.
- I genitori spesso reagiscono pensando che forse devono valorizzare di più il figlio, anche se non ha mostrato granché da essere valorizzato.

Sistema delle relazioni:

- nelle interazioni quotidiane i genitori possono passare da posizioni rigide a posizioni morbide, da posizioni valorizzanti a posizioni squalificanti nei confronti dei figli;

- d'altro canto i figli inviano di continuo messaggi contraddittori ai genitori, in alcune occasioni sono ubbidienti e collaborativi, in altre ribelli e oppositivi. Una volta appariranno capaci di assumersi responsabilità, un'altra completamente irresponsabili.

Dopo questa approfondita panoramica sulle dinamiche che emergono nei diversi modelli familiari, la dott.ssa Giannetti si sofferma sulle principali sfide educative connesse con il mestiere di genitore. Più volte durante gli incontri è emerso con forza il problema del mancato dialogo tra adulti e adolescenti. Quali possono essere le cause che innescano questa chiusura? La dott.ssa Giannetti ne elenca alcune:

- una limitata attenzione in famiglia alla personalità del ragazzo;
- una scarsa abitudine da parte dei genitori a condividere le scelte dei figli, piccole o grandi che siano;
- una mancata attribuzione ai ragazzi di compiti di responsabilità familiari;
- la carenza di un dialogo motivante da parte degli adulti.

Viene quindi ribadita l'importanza del dialogo soprattutto in un periodo, quello dell'adolescenza, in cui emerge anche un'altra questione, quella dell'identità.

La difficile costruzione dell'identità avviene, infatti, su di un terreno in cui entrano in gioco diversi fattori, spesso apparentemente in contrasto fra loro:

- identità individuali e collettive;
- libertà ed appartenenza;
- autonomia e dipendenza;
- trasgressione e responsabilità.

In particolare la parola trasgressione (dal latino *transgredior*) evoca la rappresentazione dinamica di un attraversamento oltre un confine prestabilito e ritenuto invalicabile. Ci si allontana quindi da un centro che assicura il benessere, la sicurezza, ma anche la ripetitività e l'incoscienza, verso lo sconosciuto avvertimento come rischio. La paura, il rifiuto, il senso di colpa, ma anche l'attrazione, sono sentimenti che accompagnano l'esperienza.

Le trasgressioni più frequenti che accompagnano la costruzione dell'identità dei ragazzi sono:

- ritornare a casa tardi;
- uscire senza permesso;
- fumare;
- allontanarsi da casa;
- usare "sostanze";
- bere alcol;
- "bruciare" la scuola;
- infrangere il codice stradale;

- fare piccoli furti.

Può accadere che la costruzione dell'identità sia più difficoltosa del dovuto, in questi casi subentrano nel comportamento di un adolescente delle espressioni di disagio che vanno a manifestare questa difficoltà.

Può trattarsi di:

- condotte antisociali;
- comportamenti aggressivi;
- bullismo.

Secondo gli esperti psicologi dell'età evolutiva, fra i giovani si manifesta in maniera prepotente la volontà di trasgredire le regole sociali e le abitudini. Nell'infanzia il bambino sente il bisogno di integrarsi e di condividere gli aspetti sociali e comportamentali del mondo adulto: il bambino imita e vuole essere come il genitore. Con l'arrivo della pubertà e l'inizio dell'adolescenza al bisogno di integrazione subentra una brusca e repentina messa in discussione delle norme degli adulti, con la messa in atto di comportamenti aggressivi e trasgressivi.

È venuto quindi il momento di rileggere il questionario iniziale alla luce di tutte le considerazioni sin qui fatte e dell'analisi dei diversi modelli familiari.

Viene quindi chiesto ai genitori di fare un breve calcolo, assegnando 4 punti per le risposte coincidenti con il "sentimento" nascosto dietro le parole dei ragazzi, 2 punti per quelle che si avvicinano, 0 punti per le risposte sbagliate.

Di seguito i risultati:

1. felice, sollevato
2. orgoglioso, compiaciuto
3. impaurito, timoroso
4. annoiato, sconcertato
5. inadeguato, scoraggiato
6. affaticato sconfitto
7. abbandonato, solo
8. vittima di una ingiustizia, capace
9. in colpa, pentito
10. risentito dell'intromissione genitoriale
11. dubbioso, insicuro
12. arrabbiato, carico di odio, vittima d'ingiustizia
13. capace, non desidera essere aiutato

14. frustrato, incapace
15. ferito , arrabbiato, non amato, trascurato
16. scoraggiato, rinunciatario
17. motivato, timoroso
18. arrabbiato
19. grato, felice, apprezza i genitori
20. incerto, insicuro

La capacità di riconoscere i sentimenti dei propri figli è alta se sono stati totalizzati tra i 61 e gli 80 punti, superiore alla media tra i 41 e i 60, tra i 21 e i 40 la capacità inferiore alla media, scarsa se si sono totalizzati tra gli 0 e 20 punti.

L'intervento della dott.ssa Giannetti si chiude con un pensiero positivo che riassume quanto detto e soprattutto ribalta la profezia iniziale, e dice così:

"Fare il genitore non è difficile, difficile è.... volerlo fare!"

A conclusione dell'incontro e dell'intero secondo percorso "Adolescenti e genitori compagni di viaggio" interviene il Presidente di R.U.E., Walter De Liva che, nell'esprimere compiacimento per la nutrita partecipazione da parte dei genitori agli incontri, non ha mancato di sottolineare l'importanza che riveste l'impegno di ognuno, come genitore, insegnante o educatore, per la crescita armonica dei nostri giovani.

Parte seconda

Allegati

ALLEGATO 1

L'adolescenza incerta: il silenzio degli adolescenti

Dott. Valentino Gastini

psicologo - psicoterapeuta, Servizio Età Evolutiva AULSS n°9 30 gennaio 2010

Adolescenti e Genitori compagni di viaggio

L'adolescenza incerta: il silenzio degli adolescenti

*dott. Valentino Gastini - psicologo-psicoterapeuta
30 gennaio 2010*

Ass. RUE – Risorse Umane Europa (anno 2010)

SILENZIO

Dal latino *silentium*, derivato da *silere* 'tacere'

1. Assenza di suoni, di rumori di voci.
2. Il tacere, lo smettere di parlare, o di cantare, o di gridare, suonare.
3. Il tacere su di un dato argomento.
4. Dimenticanza, oblio.
5. Nelle caserme, nei conventi, collegi, l'ordine che obbliga al riposo e proibisce qualsiasi rumore.
6. In alcuni ordini religiosi obbligo di astenersi dal parlare in determinate ore o periodi.
7. Termine con cui si indica che il soggetto che doveva manifestare la propria volontà è rimasto inerte.

L'ADOLESCENZA

- È il tempo fisiologico dei conflitti
- È il tempo fisiologico dei processi di trasformazione

DI FRONTE ALL'ADOLESCENZA

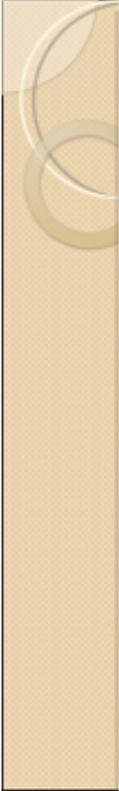
E' normale per un adolescente e per un tempo abbastanza lungo un comportamento incoerente e incomprensibile [...].

Amare i suoi genitori e odiarli [...].

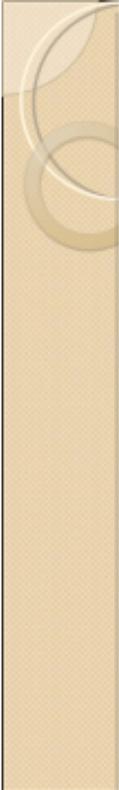
Rivoltarsi contro di essi e dipendere da essi [...].

Bisogna lasciargli il tempo di trovare da sé la propria strada.

(Anna Freud, Adolescenza)



UN TURBINE DEI SENTIMENTI & L'AMBIVALENZA



IL SENTIMENTO DEL TEMPO

Il sentimento del tempo che scorre è qualcosa che appartiene a tutti noi ed è legato alla nostra esperienza

IL SENTIMENTO DEL TEMPO



IL SENTIMENTO DEL TEMPO (I)

Fino a non poco tempo fa (20-30 anni), questo tempo dell'adolescenza aveva una caratteristica di noia ed attesa, a volte vuoto, era l'attesa dei 18 anni, del poter guidare l'auto,, ora è un tempo del fare, della frenesia del fare, della velocità, del '*prima agisco e poi penso*'

DIFFICOLTA' TRANSITORIE



**QUANDO I PROBLEMI
POSSONO ESSERE GRAVI**

- ▣ assenza di conflitti con figure genitoriali e autorità in genere
- ▣ eccessivo interesse per la scuola, magari associato a scarsi risultati, oppure gravi insuccessi e rifiuto scolastico
- ▣ mancanza di reazioni emotive di fronte a fatti gravi
- ▣ eccessivi timori e timidezza
- ▣ assenza di amici e coetanei
- ▣ eccessivi timori di fronte alle trasformazioni puberali
- ▣ eccessive angosce legate al peso (diete/abbuffate)
- ▣ eccessive angosce legate all'immagine fisica di sé
- ▣ assenza di attività autoerotica
- ▣ tendenza eccessiva alla fantasticheria
- ▣ eccessivo uso della menzogna
- ▣ 'crisi' risolte con sostanze
- ▣ sentimenti di onnipotenza e megalomania
- ▣ forme di aggressività 'incontrollata' verso adulti, coetanei, oggetti
- ▣ fughe da casa
- ▣ tendenza a fare incidenti
- ▣ episodi di autolesionismo (ferirsi, tagliarsi, facilità agli 'incidenti')
- ▣ tentati suicidi

LA TIMIDEZZA

Il sentimento di timidezza durante quest'epoca è, per così dire, fisiologico, attinente al processo di crescita naturale

- è uno stato di disagio che assomiglia a qualcosa che imbarazza e confina spesso con la vergogna e con il sentimento di colpa
- è un sentimento di goffaggine, inadeguatezza, è il timore di scoprirsi ridicoli, inappropriati, di mostrarsi 'difettosi'

LA TIMIDEZZA (2)

- Fondamentalmente, al di là di come si mostra per ogni singolo adolescente, essa è il timore che gli altri siano giudici severi del nostro modo di apparire.
- Sovente il critico più feroce non è esterno a se, ma è una istanza interna, rigida e 'punitiva'.
- Spesso, il timido, si arrabbia, ma non lo dice, si carica di aggressività ma non la esprime, vorrebbe scappare ma si blocca paralizza
- Se la timidezza, con il procedere dello sviluppo, continua a coniugarsi con la paura di non essere all'altezza e con l'angoscia di essere valutati negativamente, essa rimanda ad esperienze precedenti di mancato riconoscimento e attenzione.

TRISTEZZA

- ° è un transito obbligatorio in un terreno arido, apparentemente sconfinato, in cui c'è bisogno di luoghi di ristoro, di punti diriferento.
- ° Se questi ci sono non è che un lungo percorso, faticoso in alcuni momenti.
- ° Quando questi mancano, il viaggio diviene lungo , interminabile, pesantissimo.

TRISTEZZA

- ° è un transito obbligatorio in un terreno arido, apparentemente sconfinato, in cui c'è bisogno di luoghi di ristoro, di punti diriferento.
- ° Se questi ci sono non è che un lungo percorso, faticoso in alcuni momenti.
- ° Quando questi mancano, il viaggio diviene lungo , interminabile, pesantissimo.

LA NOIA (2)

E' questo il segnale che la noia non viene accettata, non viene vissuta come esperienza di transizione e funzionale alla crescita, da cui il viverla come stato insopportabile che bisogna esorcizzare
La noia è anche il tempo dell'attesa, in cui possiamo costruire il desiderio, i sogni, in cui l'agire si siede a pensare

IL PRIMO AMORE

- il primo amore rappresenta una tappa evolutiva fondamentale, la prima occasione di incontro e di legame con l'altro che non è più il genitore, né il compagno di giochi, né l'amico o l'amica.
- Per la prima volta l'adolescente investe i propri sentimenti e la propria affettività al di fuori delle figure familiari
- il primo amore è il segnale che si sta preparando alla separazione dai genitori ed è il primo segnale di autonomia che egli ci trasmette

IL PRIMO AMORE (2)

- qui si sperimentano turbinose emozioni;
- ambivalenze tra l'attaccamento ai genitori e la necessità di allontanarsi da essi;
- non è facile convivere con un corpo nuovo che ancora non conosce bene;
- il primo amore è totalizzante, esplosivo,
- e mette in crisi il rapporto con la famiglia ma anche quella con il gruppo.

L'ANGOSCIA DELLA SOLITUDINE

- Questo è uno dei sentimenti che più dichiarano di vivere gli adolescenti e questa genera tristezza, abbandono, senso di vuoto, paura di affrontare il futuro.
- Spesso essa si associa ad una profonda ferita narcisistica, che fa fatica a rimarginarsi, che fa soffrire.

L'ANGOSCIA DELLA SOLITUDINE (2)

- Questa sofferenza ci fa vedere uno spazio interno loro vuoto di aspettative, di progetti, di ideali.
- Spesso per adulti l'attesa che questo spazio si riempi di motivazioni, di desideri, di progetti e di contenuti, è vissuto come intollerabile e quindi SI AGISCE PER IL LORO BENE.

-

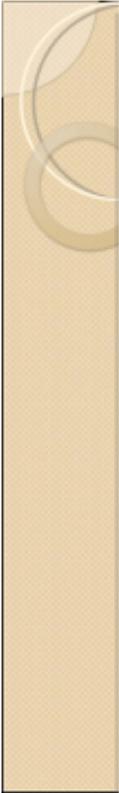
L'ANGOSCIA DELLA SOLITUDINE (3)

- I grandi in realtà dovrebbero saper fare una sola cosa in quel momento: esserci
- Ovvero essere visibili, chiari e presenti nei crocevia più intricati perché lì è facile perdere la strada o rimanere bloccati quando il traffico è congestionato
- Ma non sostituendosi alla guida
- Io penso che sia necessario lasciargli il tempo di trovare da sé la propria strada (Anna Freud).

UNA STRADA SOLO IN SALITA

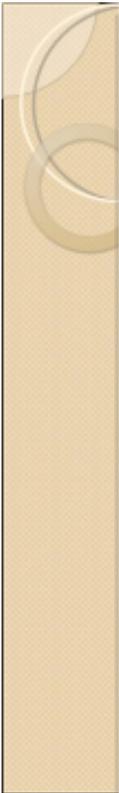
Un viaggio fatto di

- Tappe
- Punti di sosta Sosta
- Accelerate
- Sorpassi
- Frenate
-ma alla fine si arriva, e meno male che l'adolescenza passa.



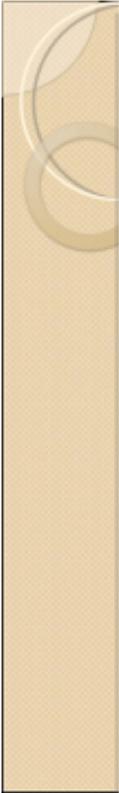
..... a 11 anni

- Iniziano le prime variazioni di umore e si manifesta una certa instabilità emotiva.
- Sono più presenti la collera e la rabbia.
- Compare la paura della sofferenza fisica.
- I genitori cominciano ad essere meno al centro dell'attenzione.
- Comincia a prevalere l'amico del cuore e il bisogno di appartenenza al gruppo dei pari.
- Compare la riservatezza.



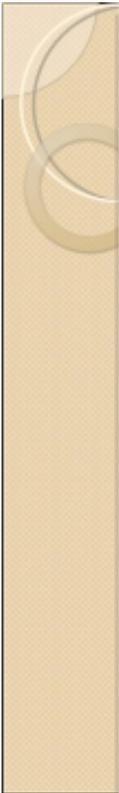
..... a 12 anni

- Gli stati d'animo sono sempre più mutevoli.
- Compaiono i primi segni di tristezza collegati a sentimenti di facile offesa.
- Cominciano i primi scontri violenti in famiglia e la tendenza a ritirarsi in camera con uno scontroso silenzio.
- Mostra il bisogno di parlare di più con i coetanei.
- Comincia ad essere più autonomo e contesta le idee dei genitori.
- Inizia a ribellarsi alle regole e protesta con trasgressioni sempre più frequenti.



..... a 13 anni

- E' più consapevole dei propri sentimenti e dell'interesse per l'altro sesso.
- Aumenta la timidezza e la tendenza all'isolamento.
- Gli scontri in famiglia aumentano specie per quanto riguarda le richieste di libertà.
- Passa più tempo con i coetanei.
- Ama discutere di problemi di ampia portata.
- Non ha molto interesse per l'ordine.



..... a 14 anni

- Sempre più autonomo.
- Aumentano le variabilità di umore.
- Compaiono sentimenti di vergogna e imbarazzo con l'altro sesso.
- I maschi si scontrano di più con i padri e le femmine con la madre.
- Aumentano le richieste di libertà e di passare più tempo fuori casa.
- La vita di gruppo diviene più intensa.

..... a 15 anni

- Aumentano variabilità d'umore e contraddittorietà.
- Vita più riservata: comunica poco con i genitori mentre questi vorrebbero sapere di più.
- Mostra lunghi momenti di apatia e noia.
- Ansie per l'altro sesso, cote travolgenti, dubbi e interrogativi sulla sessualità.
- Alti conflitti e insofferenze per divieti e limiti.
- Attrazione per il rischio, i comportamenti si fanno più provocatori.

..... a 16 anni

- Continuano le oscillazioni emotivi: euforia e tristezza, apatia e iperattivismo.
- Frequenti atteggiamenti di offesa e di ritiro in sé.
- Amici e gruppo prevalgono sulle altre relazioni.
- Cominciano le prime relazioni affettive, che possono essere totalizzanti.
- Gli scontri in famiglia riguardano soprattutto la richiesta di più libertà (sera e il fine settimana).
- Le limitazioni sono vissute molto male.
- “Questa casa non è un albergo”.
- Possibili difficoltà scolastiche.

..... a 17 anni

- Il processo di separazione dai genitori continua e a volte si fa più acuto.
- Vi è una tendenza all'aumento dei conflitti con gli adulti, genitori ed insegnanti.
- E' presente la sensazione di non essere capiti più da nessuno.
- Prevalgono sentimenti di tristezza e depressione.
- Le prime delusioni amorose vengono vissute come dolorose esperienze di abbandono.
- Tendenza all'isolamento.
- Paure per il proprio futuro.

..... a 18 anni

- Il processo di individuazione non è ancora completato ma se non vi sono stati particolari problemi e disturbi l'adolescente comincia un periodo di maggior stabilità emotiva.
- Le sue preoccupazioni tendono a diventare più concrete: conclusione della scuola, nuove scelte, prospettiva per il futuro.
- L'ansia è più controllata e comincia ad essere maggiore l'autonomia.



**I vostri figli
potete amarli
ma non costringerli ai vostri
pensieri**

(K.G. Gibran, il profeta)

Aiutare i figli a sviluppare l'autostima

*Dott. Valentino Gastini psicologo - psicoterapeuta, Servizio Età Evolutiva AULSS n°9 Dott. Alberto Martin
psicologo*

30 gennaio 2010



CHE COS'E' L'AUTOSTIMA

“Autostima significa avere stima di se stessi”

COME SI OTTIENE L'AUTOSTIMA?

Una persona può ottenerla quando è capace di riconoscere:

- »I propri pensieri e sentimenti
- »Le proprie opinioni
- »La propria scala di valori
- »I propri diritti
- »Le proprie qualità

LE DIMENSIONI DELL'AUTOSTIMA: IL PENSIERO

Quando parliamo di pensiero ci riferiamo alla maturità raggiunta dalla

- »Capacità riflessiva
- e dalla
- »Capacità di pensiero concettuale

LE DIMENSIONI DELL'AUTOSTIMA: LE OPINIONI

A partire dalla comprensione degli aspetti precedenti la persona potrà elaborare le proprie opinioni

LE DIMENSIONI DELL'AUTOSTIMA: I SENTIMENTI

Danno forma alla capacità affettiva di ognuno di noi

Una persona può avere dei sentimenti grazie alla presa di coscienza delle proprie emozioni

LE DIMENSIONI DELL'AUTOSTIMA: I SENTIMENTI

Questo permette alla persona di capire che
ciò che sente le appartiene, come diretta
conseguenza della propria maturità
affettiva

LE DIMENSIONI DELL'AUTOSTIMA: I SENTIMENTI

Per continuare il processo maturativo e
acquisire la propria caratteristica affettiva
serve la continua presa di coscienza di ciò
che si sente

Tanto che sia piacevole o spiacevole

LE DIMENSIONI DELL'AUTOSTIMA: I VALORI

Ci riferiamo alla scala dei valori etici e dei
valori morali

Perché sostengono e sono sostenuti dai
principi e dagli ideali e sono in stretto
rapporto con i valori umani

ORIGINE DEI VALORI MORALI E DEI VALORI ETICI

Morali: sono trasmessi dai genitori e dalla
società

Etici: si formano con la partecipazione attiva
dell'individuo alla società

IMPORTANZA DEI VALORI ETICI E MORALI

È importante che la persona possa conoscere quali sono i **diritti con i quali nasce e quelli che acquisisce** in interazione con la società.

In questo modo potrà interagire con i suoi diritti consolidando la propria autostima

LE DIMENSIONI DELL'AUTOSTIMA: LE QUALITÀ'

Possibilità innate che possiede l'individuo espresse nell'interazione con la società

All'inizio della vita sono i genitori che rendono possibile lo sviluppo delle qualità naturali di un bambino

Successivamente si aggiungeranno i genitori sociali



RIEPILOGO

Autostima significa avere stima di se stessi
Ottenerla comporta la capacità di
riconoscere:

- » I propri pensieri e sentimenti
- » Le proprie opinioni
- » La propria scala di valori
- » I propri diritti naturali ed acquisiti
- » Le proprie qualità

RIEPILOGO

Se la persona interagisce coerentemente
con questi aspetti ottiene anche
l'AUTONOMIA

Una persona autonoma acquisisce inoltre la
capacità di essere SE STESSA

e di essere LIBERA

IL RAGGIUNGIMENTO DELLA MATURITA'

Quando l'individuo giungerà alla maturità
della sua personalità, sarà lui il principale
responsabile di se stesso

Dipenderà da lui in fatto di continuare o
meno a promuovere il proprio sviluppo

Il raggiungimento della maturità delle
proprie capacità naturali è necessario per
l'acquisizione dell'autostima



**ESEMPI
PRATICI**

ESEMPI PRATICI

1. PERSONA CON MANCANZA DI AUTOSTIMA
2. PERSONA CON POCA AUTOSTIMA

PREMESSA

Quando una persona non consegue un adeguato sviluppo motivazionale – o lo ottiene parzialmente – non avrà autostima oppure ne avrà poca

MANCANZA DI AUTOSTIMA

MANCANZA DI AUTOSTIMA

Le persone che soffrono di mancanza di autostima per immaturità si caratterizzano per:

- »L'autosvalutazione

- »L'autoincapacità

MANCANZA DI AUTOSTIMA

- » Sono persone che non credono in se stesse
- » Hanno sempre bisogno che qualcuno dica loro cosa devono fare
- » Hanno bisogno che qualcuno dica loro che decisioni devono prendere
- » Hanno bisogno che qualcuno faccia le cose al posto loro

MANCANZA DI AUTOSTIMA

Queste persone possiedono le capacità innate, ma non hanno avuto l'adeguato accompagnamento esterno per favorirne lo sviluppo

Tante più sono le motivazioni represses – capacità inespresses, tanto più bassa sarà l'autostima

POCA AUTOSTIMA

POCA AUTOSTIMA

Nonostante abbia strutturato la maggior parte delle motivazioni e espresso le qualità

- » Non ha il “permesso” di accettare ciò che obiettivamente vale
- » Ha molte difficoltà a riconoscere i propri successi

POCA AUTOSTIMA

- » Sa che ciò che ha fatto è corretto e buono, ma non lo può ammettere
- » Ha grande difficoltà a parlare in pubblico
- » Incapace di chiedere ciò che gli spetta
- » Se lo fa si sente in imbarazzo
- » Ha paura di essere mal giudicato/a e dipende molto dalle opinioni altrui
- » Spesso riportano difficoltà a “Essere se stesso”

Osservazioni

La persona con poca autostima si pone delle mete e in genere riesce a raggiungerle, però soffrirà molto prima di raggiungerle e una volta raggiunte non riconosce il suo successo

Maggior sofferenza rispetto all'esempio precedente – mancanza di autostima

QUANDO LE COSE NON VANNO BENE: PERSEVERA

Il fatto di perseverare è utile se serve a imparare una cosa nuova e ad acquisire nuove conoscenze e competenze

così vedrai la porta per uscire dalla difficoltà

LE 4 FASI DELLA COMPETENZA

- 1) Incompetenza inconscia: non abbiamo la minima idea, ignoriamo come si fa
- 2) Incompetenza conscia: incominciamo ad imparare ma siamo un po' imbranati. A questo punto cominciamo a capire difetti e punti deboli

LE 4 FASI DELLA COMPETENZA

Per passare dalla prima alla seconda fase è necessario prendere coscienza della nostra incompetenza e monitorare attentamente ciò che stiamo facendo senza giudicarci, auto-criticarci, essere impazienti, andare in ansia e gettare la spugna.

LE 4 FASI DELLA COMPETENZA

- 3) Competenza conscia: cominciamo a fare esperienza. Proviamo e riproviamo per migliorare correggendo i nostri difetti
- 4) Competenza inconscia: abbiamo imparato e riusciamo in modo naturale a fare

IN NATURA TUTTO CAMBIA, SI MODIFICA: PIANO PIANO

La natura ci dà il tempo per abituarci al cambiamento. Il problema è che abbiamo sempre fretta, non sopportiamo di stare in crisi.

Perciò calma e pazienza ci aiuteranno a fare tutto.

IN NATURA CIO' CHE FUNZIONA MEGLIO E' FLESSIBILE

Una struttura rigida in natura non riuscirebbe a resistere nemmeno ai piccoli cambiamenti.

Ognuno vive nell'ambiente adattandosi in maniera CREATIVA con le proprie risorse e strategie di sopravvivenza.

IN NATURA CIO' CHE FUNZIONA MEGLIO E' FLESSIBILE

La realtà è quella che è. E' irrealistico pretendere che tutto possa svolgersi secondo i propri desideri.

Cosa fare?

Essere pronti a cogliere i segni dei cambiamenti e ad anticiparli in modo da non essere colti di sorpresa.

IN NATURA CIO' CHE FUNZIONA MEGLIO E' FLESSIBILE

Se sei flessibile riesci a tenere il timone della tua nave guardando al bollettino del tempo, alle tue capacità, a dove sei diretto e a modificare la rotta pur di arrivarci.
("Navigare a vista")

IN NATURA CIO' CHE FUNZIONA MEGLIO E' FLESSIBILE

Se sei rigido ogni tempesta, ogni difficoltà che ti accade ti fa pensare 'ecco capitano sempre a me' ah se avessi fatto, detto ... potuto prevedere'

La filosofia del "Ah..se ..." vuol dire non avere la possibilità di scegliere né decidere. Vuol dire rimpiangere, rimanere inchiodato, rimanere in balia del proprio pessimismo o di chi ti scoraggia.

Certo non tutto dipende da noi ma quando vivi una difficoltà in questo modo hai l'impressione che il mondo ce l'abbia con te e che tutti siano intorno per metterti i bastoni fra le ruote.

Facendo così diventi sempre più dipendente dal 'cosa diranno'.....tutti mi dicono di gettare la spugna..' tutti mi stressano ...

Se lasci il timone della tua nave in mano ad altri la tua nave arriverà dove vogliono gli altri.

Scollati le etichette che a volte gli altri vogliono incollarti.

IN SINTESI ...

Non sei una scatola di fagioli, non sei nella vetrina dei saldi, non sei una pallina di pongo dove gli altri ci mettono le dita e le loro idee, non sei un cervello da lavare in lavatrice alle basse temperature.

I DEVO CHE PRETENDIAMO DAGLI ALTRI

Gli altri devono capirmi, aiutarmi, comportarsi bene con me. Se non lo fanno sono detestabili, odiabili, disprezzabili, senza valore;

E' intollerabile che gli altri si comportino in modo diverso da come io desidero che dovrebbero fare.

Gli altri devono assolutamente stare tutti zitti quando parlo

I DEVO CHE PRETENDIAMO DAGLI ALTRI

Questo è irrealistico perché non possiamo controllare la mente degli altri.

Il risultato è che accumuliamo rabbia, rancore e raccogliamo ostilità, non riusciamo a comunicare senza litigare e spesso e volentieri veniamo evitati e isolati

I DEVO CHE PRETENDIAMO DAGLI ALTRI

E' indispensabile essere apprezzati da tutti?

I DEVO CHE CI ASPETTIAMO DA UNA SITUAZIONE

Quando pretendiamo che le cose debbano andare *'come dico io'*.

Se non accade ecco che ci sentiamo frustrati, delle vittime del destino (perché sempre a me capitano? perché agli altri va sempre bene?)

Questi pensieri negativi scattano in testa in modo automatico

COME RICONOSCERE QUESTI PENSIERI NEGATIVI?

- 1 non corrispondono alla realtà
- 2 generano stati d'animo negativi e stress
- 3 ti complicano i rapporti con gli altri
- 4 ti appesantiscono le giornate
- 5 fanno consumare energia che potresti usare meglio
- 6 non ci fanno godere i momenti "ok" della vita
- 7 abbassano la tua autostima

*Non c'è niente di giusto o sbagliato e' solo
il pensiero che lo rende tale
(Amleto, Shakespeare)*

*Gli uomini non sono disturbati dalle cose
ma dal modo che hanno di interpretarle
(Epitteto ,filosofo Greco)*



ALLEGATO 3

La valenza educativa di un no

Dott.ssa Orsolina Valeri

Vice Presidente e psicologa RUE - Risorse Umane Europa

27 febbraio 2010

La valenza educativa di un no



Dott. Orsolina Valeri
RUE – Risorse Umane Europa

Etimologia

e-ducere = condurre via, condurre fuori da: far emergere dal bambino quello che già c'è, potenziarlo ed insegnargli a gestirselo.

Un processo attraverso il quale **i figli ricevono e imparano** quelle particolari **regole di comportamento** che sono **condivise** nel **gruppo familiare** e nel più ampio **contesto sociale in cui sono inseriti**.

Compito adulto

deve indicare, proporre, a volte anche imporre una strada da imboccare:

- **il desiderio che il proprio figlio segua determinate orme;**
- **perché dia senso anche alla sua vita**

Costruire dei limiti, attraverso l'acquisizione delle regole è necessario, purché non ledano e non annullino l'individualità e la libertà dei propri figli.

L'adulto, nel quotidiano, deve saper mantenere una certa fermezza educativa, nel pronunciare un "no" e riuscire a mantenerlo in maniera risoluta.

Motivi ruolo educativo disatteso

- **stanchezza**
- **comodità, a causa dei sensi di colpa**
- **paradossale mancanza della capacità di sostenere il ruolo di adulto davanti al figlio piccolo**

STILI EDUCATIVI DISFUNZIONALI

Stile iperansioso (sicurezza fisica): crea bambini timidi, paurosi, insicuri, che fuggono le novità alla ricerca della sicurezza in modo ossessivo.

Stile iperprotettivo (sicurezza emotiva): crea bambini ansiosi, egocentrici, che non sopportano la frustrazione e non riescono ad ambientarsi al di fuori della famiglia

STILI EDUCATIVI DISFUNZIONALI

Stile ipercritico (errori e difetti bambino): la paura di sbagliare porta il bambino ad isolarsi, la bassa autostima impedisce relazioni soddisfacenti. Per evitare di sbagliare, si finisce con l'evitare di agire.

Stile perfezionistico (bene in tutto): il bambino ha paura di essere disapprovato, vuole che le sue prestazioni siano sempre perfette, è molto ansioso nel fare, l'errore è vissuto come catastrofe.

STILI EDUCATIVI DISFUNZIONALI

Stile incoerente (gratificare o punire x umore): genitori che spesso rimproverano il bambino per i suoi errori senza stabilire con lui delle regole chiare. La imprevedibilità della risposta che il genitore fornisce al bambino lo confonde.

conseguenze

disturbi del comportamento - ansia,
aggressività - insicurezza

STILI EDUCATIVI DI BASE

Stile passivo-permissivo (libero arbitrio senza freni razionali): crea insicurezza nel bambino verso le norme esistenti al di fuori del nucleo familiare, problemi comportamentali a diversi livelli, mancanza di comunicazione e bassa o nessuna coscienza sociale

Stile autorevole-democratico (rispetto norme): autoritarismo e permissività nei momenti giusti e nella giusta proporzione. Promuove nei figli la creatività, l'indipendenza, la sicurezza, i vincoli affettivi, l'iniziativa e l'adattamento sociale

STILI EDUCATIVI DI BASE

stile autoritario (regole desideri senza spiegazione): i genitori direttori assoluti della vita dei loro figli

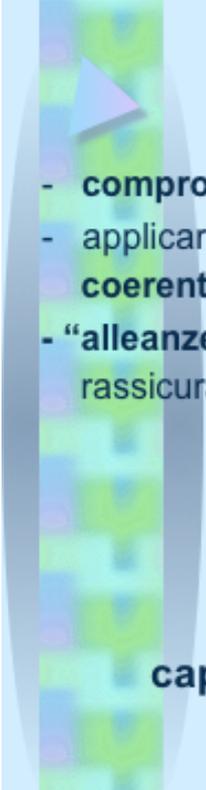
conseguenze

riduce l'iniziativa, la creatività e fa sì che il bambino reagisca in base alla paura verso i rimproveri, **crea** una dipendenza eccessiva e un'insicurezza preoccupante.



i figli sono **molto sensibili** alla **coerenza** dei loro educatori adulti, diversamente si sentono confusi

l'esempio pratico, più delle parole, è **efficace** nel trasmettere loro dei **principi**.



Strategie educative

- **compromessi** tra i temperamenti diversi dei due genitori
- applicare un determinato **stile educativo** in maniera **coerente** e con una convinzione profonda
- **“alleanze”** momentanee tutti consapevoli: figlio rassicurato sulla **solidità della coppia genitoriale**:



senso di sicurezza
equilibrio affettivo ed emotivo
capacità di modulare i propri sentimenti.



In primis i genitori devono

essere in grado di **partecipare attivamente** alla vita del figlio ed **ascoltarlo** in maniera interessata e profonda



fiducia di base nei genitori e in seguito in se stesso



Situazione oggi

consumismo esasperato, videogiochi (anche violenti), uso incontrollato del web e dei telefonini



indebolito la capacità educativa della famiglia (scuola)

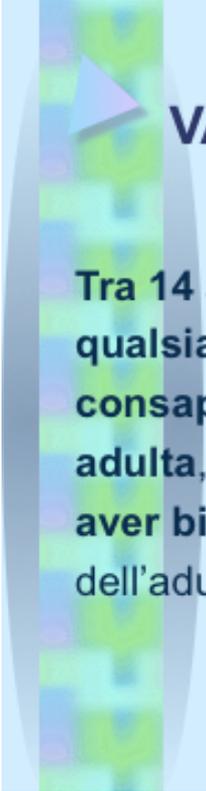
paura di provocare traumi al proprio figlio anche per questioni futili quali mandarli a scuola senza il cellulare.

CONSIDERAZIONI

1. E' "**causa di disagio**" non poter comprare al figlio lo stesso zaino che porterà in classe l'intero gruppo dei compagni?
2. E' **educativo** per un figlio sentir dire dai propri genitori: "devo dare a mio figlio tutto ciò che non ho avuto io"?
3. Siamo **sicuri** che una volta cresciuti i nostri figli ci ringrazieranno per averli assecondati in tutto, per averli forse anche viziati un po'?

compito dei genitori è anche quello di **insegnare** ai figli a **gestire la " crisi"**;

ogni crisi mette in atto quei meccanismi di **esplorazione interiore del sé e dell'ambiente tutt'intorno**, che consentono di **vincere la frustrazione**.



VALORE EDUCATIVO DEL NO - 1

Tra 14 ai 18 anni si sogna di vivere **liberi da qualsiasi imposizione**, e fa male la **consapevolezza** di dover **sottostare alla figura adulta**, ma **inconsciamente** l'adolescente **sa di aver bisogno delle regole**, di un **freno** da parte dell'adulto e **lo pretende**.



VALORE EDUCATIVO DEL NO - 2

Bisogno di rifugiarsi da qualcuno nei momenti di difficoltà, è il **bisogno di protezione**, che il ragazzo avverte **nei genitori** solo quando questi si mostrano **poco permissivi**



percepisce **l'attenzione rivolta nei suoi confronti** e che **non è solo al mondo**, con le sue paure dettate dal corpo che cambia, dalla continua ricerca di se stesso, dal raggiungimento dei suoi sogni.

CHE FARE?

Ogni genitore può trovare una **soluzione** personale in base **al come è**, alle proprie **caratteristiche**, a ciò in cui crede, alla **propria storia**, ai **propri principi** e ai **propri valori**, alle **caratteristiche di ciascun figlio** e della **storia del proprio rapporto con quel determinato figlio**.

Fondamentale è trasmettere dei valori

Alcune regole di base

- **dare regole coerenti**
- **non fare promesse che non si è in grado di mantenere**
- **saper ascoltare**
- **non usare violenza**
- **dare affetto**
- **non ordinare ma "guidare"**
- **non rinfacciare mai le sue debolezze**

ALLEGATO 4

Ascoltare il figlio adolescente

dott.ssa Tiziana Magro

psicologa e psicoterapeuta, Docente presso l'Università di Padova

13 marzo 2010

COMUNICARE
CON I FIGLI
ADOLESCENTI

PARLARE DI MENO
E
ASCOLTARE DI PIÙ

Il termine *ascolto*, con le sue ascendenze che riconducono al latino *auris* (orecchio), implica l'allenamento all'esercizio della facoltà auditiva, cioè all'affinamento della propensione all'uso dell'orecchio che immediatamente ci riconduce ad una situazione di passività e di ricettività.



Tutti desiderano essere ascoltati. Amiamo l'attenzione, la sensazione di essere così importanti per quella persona che ci dedica il suo tempo solo per ascoltare ciò che abbiamo da dire.



L'ascoltare è indissolubilmente legato al tema della *comunicazione*, che diviene una dimensione cruciale nelle interazioni che caratterizzano periodi critici della storia individuale e familiare.

In alcuni modelli teorici dell'interazione familiare, come nel *modello circonflesso* (Olson), la comunicazione è ritenuta, insieme con la coesione e l'adattabilità, una delle dimensioni centrali del funzionamento familiare.

E' indicata come l'*elemento facilitante* il movimento dinamico che le famiglie compiono nella regolazione dei loro legami affettivi e delle capacità organizzative.

La comunicazione tra genitori e adolescenti (*saper ascoltare e saper parlare*) viene considerata un segnale della capacità del sistema di effettuare un cambiamento di livello rispetto alle caratteristiche di unità affettiva e flessibilità delle regole del sistema.

Le ricerche hanno messo in evidenza una chiara *differenza intergenerazionale*.

Le madri riferiscono una migliore comunicazione con i loro figli rispetto ai padri e gli adolescenti esprimono più difficoltà comunicative con entrambi.

Gli adolescenti considerano la loro comunicazione con i genitori con maggiore negativismo rispetto a questi ultimi.

Per saper comunicare in maniera efficace, raggiungendo l'obiettivo di far pervenire all'altro il proprio messaggio, e perché questo possa essere interiorizzato, bisogna sviluppare tre competenze fondamentali:

saper ascoltare

saper conquistare l'attenzione dell'altro

saper dialogare

Quando una persona (figlio, allievo o amico che sia) ha un problema, il comportamento più spontaneo è quello di *parlargli*, mettendo in evidenza gli errori o le mancanze commesse, oppure i suoi difetti o esprimendo giudizi o pareri (spesso negativi).

Come risultato, l'individuo che si voleva aiutare si chiude ulteriormente in se stesso, sentendosi incompreso, peggiorando l'immagine di sé e la relazione.

Senza volerlo sono stati compiuti degli errori che risultano essere degli *ostacoli* o *barriere* alla comunicazione.

Supponendo che un ragazzo abbia difficoltà a portare a termine un compito a lui assegnato ed esprima in modo confuso tale disagio, le reazioni più comuni di un adulto di fronte a tali difficoltà sono *non ascoltare* eventuali motivazioni bensì:

Ordinare, comandare, esigere
Avvisare, minacciare
Rimproverare, fare la predica
Consigliare, suggerire soluzioni
Redarguire con argomentazioni logiche
Giudicare, disapprovare, biasimare
Stereotipare, ridicolizzare, umiliare
Interpretare, analizzare
Apprezzare, dare valutazioni positive
Rassicurare, consolare
Indagare interrogare
Eludere, cambiare argomento, distrarre

Talvolta non si ascolta realmente l'altro e la risposta data non è in sintonia con la richiesta.

L'unico mezzo per aiutare chi si trova in difficoltà, in particolar modo se si tratta di un adolescente, è *ascoltarlo e accettarlo così com'è*

L'esercizio dell'ascolto degli adolescenti comporta in ciascuno di noi l'innescare di un processo di identificazione, di una istanza di rispecchiamento, in base ai quali il ragazzo/figlio che ci è di fronte evoca ciò che è dentro di noi.

Ciò implica necessariamente la messa in atto di *capacità empatiche*: solo lasciandoci contaminare dal loro essere, dai loro bisogni attuali di crescita e di maturazione, dal loro linguaggio (verbale e non verbale) noi, in un secondo momento più attivo, potremo poi *catturarli* con la nostra parola.

RICORDIAMOCI

I ragazzi si accorgono se i genitori seguono i loro pensieri, se l'ascolto diventa superficiale: sono in grado di leggere la distrazione parentale!

Studi condotti in Australia riferiscono che durante una conversazione con i propri genitori gli adolescenti ricevono un solo messaggio positivo ogni cinque negativi.

Il linguaggio dell'accettazione è l'ascolto attivo e consta di quattro momenti.

Ascolto passivo (silenzio)

Il non dire niente ascoltando comunica accettazione e tolleranza. L'adolescente non capirà mai e non dirà mai cosa lo turba o lo sta preoccupando se è l'adulto a parlare.

Cenni di attenzione

Possono essere non verbali (un sorriso, un cenno del capo, l'annuire, ...) o verbali (capisco, ...).

Se presentati durante le pause, stanno ad indicare che si è particolarmente attenti all'altra persona.

Espressioni facilitanti e incoraggianti

Sono espressioni che non contengono alcuna valutazione relativa a ciò che viene detto ma aiutano il ragazzo ad approfondire quanto sta dicendo.

Ascolto attivo

L'adulto riflette il messaggio dell'adolescente, senza interpretare né valutare, comunicandogli attenzione, accettazione, comprensione; ciò lo aiuterà a trovare la soluzione ai suoi problemi rafforzando la fiducia in se stesso e negli altri.

L'ascolto attivo non rispecchia le parole, ma i sentimenti.

L'adulto dovrà decodificare ciò che è stato espresso attraverso le parole, leggendo i sentimenti e restituendoli a chi li ha dimostrati.

L'ascolto attivo permette all'adolescente di *non subire* la soluzione, seppur valida, offerta da altri, ma di trovare una soluzione a propria misura e adeguata alle sue forze; gli permette di imparare a gestire i suoi problemi e gli offre gli strumenti per arrivare alla radice delle difficoltà (emozioni).

Nella sua dimensione qualitativa e quantitativa, l'ascolto attivo ha bisogno di attenzione, di cura, e quindi di tempo.

QUANDO MIO FIGLIO HA UN PROBLEMA

Solo l'esperienza della comprensione e del sentirsi rispettosi facilita nei figli la decisione di aprirsi, di *rischiare* un incontro attraverso il dialogo.

**Ciò che non facilita questa apertura del
figlio verso il genitore**

Fare le prediche

Offrire soluzioni

Valutare

Indagare

Offrire sostegno

Criticare

E' meglio *ascoltare!*

Il dialogo in quattro passi

Comprendere il sentimento

Immaginare soluzioni

Confronto

Decisione

In sintesi

Il genitore ascolta con rispetto ed attenzione, lasciando parlare e conservando il più possibile il silenzio.

Nelle sue risposte dà maggior risalto ai sentimenti espressi o vissuti dal figlio che non al contenuto del problema stesso.

Cerca di cogliere con attenzione il punto di vista del figlio anche in relazione alle soluzioni da adottare.

Lascia spazio alle responsabilità del figlio affinché trovi il modo di affrontare e risolvere il problema.

In questo modo, il genitore aiuta il figlio ad acquisire fiducia in se stesso, a sviluppare il coraggio e la forza d'animo necessaria per affrontare compiti difficili.

***QUANDO MIO FIGLIO CHIEDE
E IO NON SONO D'ACCORDO CON LUI***

Si dovrebbe cercare di evitare i conflitti negativi originati dall'incomprensione o dalla voglia di imporsi.

Il genitore che è capace di comprendere e di presentare con chiarezza, è ugualmente distante dell'essere un genitore autoritario e un genitore autorevole.

Si può essere intransigenti senza venir meno al rispetto dovuto alla personalità dei figli; il disaccordo non può (in alcuni casi non deve) essere evitato ma deve essere agito in modo chiaro e privo di ambivalenze.

Non solo ascoltare!

Il dialogo in cinque passi

Comprensione delle motivazioni della richiesta

Autorivelazione del genitore

Richiesta di valutazione delle proprie affermazioni

Confronto

Decisione

In sintesi

Il genitore ascolta o sollecita il racconto delle motivazioni della richiesta, mostrandosi capace di cogliere e di rispettare i desideri e i sentimenti del figlio, evitando un indisponente *No, perché...*

Cerca di capire con chiarezza quali rischi educativi o quali possibili conseguenze negative intende evitare e li esporrà onestamente al figlio, chiedendogli di esprimersi al riguardo.

Si dimostra disponibile e aperto a valutare elementi proposti dal figlio.

Prende una decisione che tenga conto del quadro di consapevolezza e di capacità del figlio di affrontare i rischi educativi connessi alla sua richiesta.

QUANDO MIO FIGLIO FA RICHIESTE “RISCHIOSE”

Sono situazioni che implicano la possibilità, da parte dei figli, di affrontare situazioni rischiose o pericolose, senza la mediazione o la presenza dei genitori che si trovano di fronte a difficili scelte di mediazione.

I cinque passi rappresentano qui il tentativo di cercare insieme ai figli un “diverso modo” di arrivare alla risposta.

Comprensione delle motivazioni della richiesta

Autorivelazione del genitore

Richiesta di valutazione

Confronto

Decisione

In sintesi

Il genitore lascia al figlio la libertà di esprimere le ragioni della sua richiesta e le approfondisce, ascoltando con rispetto.

Espone con chiarezza le proprie perplessità, senza ricercare facili scuse per motivare la proibizione.

Chiede al figlio di valutare quanto ha detto, esponendosi alla critica e al confronto, desumendo da ciò ulteriori elementi sulla sua maturità.

Decide con libertà ciò che ritiene essere più utile per la crescita e la realizzazione personale del figlio.

QUANDO MIO FIGLIO FA QUALCOSA CHE NON VA

Non si tratta di richieste fatte dal figlio, ma di comportamenti già posti in essere, di cui i genitori sono preoccupati.

I quattro passi suggeriscono una modalità al contempo rispettosa ed autorevole di affrontare un dialogo di chiarimento.

Richiesta di dialogo

Richiesta di autovalutazione

Confronto

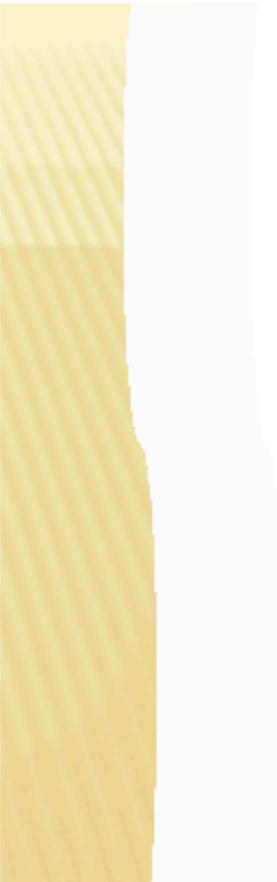
Responsabilizzazione

In sintesi

Sollecita nel figlio una libera adesione al confronto.

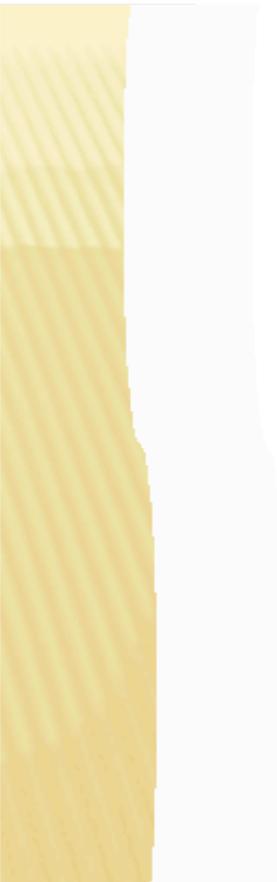
Ascolta con rispetto le valutazioni del figlio.

Esponde con chiarezza e coraggio il proprio punto di vista, le perplessità anche relativamente alle conseguenze temute, accordando al figlio la possibilità di precisare e approfondire l'interpretazione della sua conoscenza.



Spazio Ascolto
Motivazione dei colloqui

Relazioni tra figli e genitori
Rapporti di amicizia
Rapporti affettivi
Formazione della propria
identità
Rapporti con gli insegnanti
Ansia scolastica
Disordini alimentari



Spazio Ascolto
Con chi confidarsi e parlare

Amico / amica
Insegnanti
Psicologo
Fratelli /sorelle
Genitori
Medico



*Ascoltami, per favore, ho bisogno di parlarti;
concedimi solamente qualche istante.
Accetta quello che vivo, quello che sento,
senza reticenza, senza giudicare.
Ascoltami, per favore, ho bisogno di parlare;
non bombardarmi di domande, consigli, idee.
Non sentirti obbligato a risolvere le mie difficoltà.
Mancheresti tu di fiducia nelle mie capacità?
Ascoltami, per favore, ho bisogno di parlare;
Non cercare di distrarmi o di prendermi in giro,
Penserei che tu non comprenda l'importanza
di quello che c'è dentro di me.
Ascoltami, per favore, ho bisogno di parlare;
non sentirti obbligato ad approvare:
se ho bisogno di raccontarmi
è semplicemente per sfogarmi.*

*Ascoltami, per favore, ho bisogno di parlare;
Non interpretare e non cercare di analizzare.
Mi sentirò incompreso e manipolato
E non potrò più comunicare con te.
Ascoltami, per favore, ho bisogno di parlare;
non interrompere per fare domande.
Non cercare di forzare il mio IO nascosto,
lo so fin dove posso arrivare.
Ascoltami, per favore, ho bisogno di parlare;
Rispetta i silenzi che mi fanno camminare.
Guardati bene dal frantumarli:
è da essi assai spesso che sono illuminato.
Allora adesso che mi hai ascoltato per bene
ti prego puoi parlare.
Con attenzione e disponibilità
a mia volta, io ti ascolterò.*

-anonimo-

ALLEGATO 5

Questa casa non è un albergo.

Le sfide educative connesse con il mestiere di un genitore

che cresce un figlio/a adolescente.

Dott.ssa Rita Giannetti

Servizio Istruzione Diritto allo Studio e Orientamento Regione Friuli Venezia Giulia

27 marzo 2010

Questa casa non è un albergo. Le sfide educative connesse con il mestiere di un genitore che cresce un figlio/a adolescente

Relatore: RITA GIANNETTI psicologa - Servizio Istruzione Diritto allo Studio e Orientamento
Regione Friuli Venezia Giulia
ITIS Volterra S.Donà di Piave
27 marzo 2010

Le sfide educative connesse con il mestiere di genitore

"E' con le migliori intenzioni che il più delle volte si ottengono le cose peggiori."
(O. Wilde)

"La famiglia felice non è quella dove non succede mai nulla di brutto; è quella in cui, quando qualcosa di brutto succede, quando le cose vanno male per uno dei suoi membri, tutti gli altri lo sostengono e fanno dei suoi problemi il problema di tutti, e colui che ne è causa o che ne soffre non viene colpevolizzato."

***.....PERCHE' EDUCARE I FIGLI E'
UN'IMPRESA CREATIVA, UN'ARTE PIU' CHE UNA SCIENZA.***

(B.Bettelheim)

Le sfide educative connesse con il mestiere di genitore

LA FAMIGLIA COME SISTEMA

- La famiglia è un primo sistema di individui che si struttura in base alle relazioni tra i soggetti che la compongono e tra questi ed il mondo esterno.
- Il sistema è una struttura complessa di elementi tra loro interdipendenti per cui modificando uno degli elementi si modifica l'intero sistema.
- Ogni sistema si pone inoltre sempre in relazione sistemica con altri sistemi a costituire universi di sistemi sempre più complessi.
- Applicando questi riferimenti teorici alla famiglia come sistema complesso e aperto, ne consegue che ogni componente non può essere considerato a sé, indipendentemente dalle relazioni intrasistemiche che egli vive (stabilisce o subisce) all'interno della rete familiare. Allo stesso modo ogni sistema-famiglia deve essere considerato nelle relazioni intersistemiche con altri sistemi: le altre famiglie, le istituzioni, i servizi, ecc.

Le sfide educative connesse con il mestiere di genitore

● CAMBIAMENTI DELLA FAMIGLIA

- Passaggio da famiglia basata sulle **REGOLE** (responsabilizzare i figli, svezzarli, renderli autonomi attraverso forte interiorizzazione di regole e valori)
- A famiglia basata sugli **AFFETTI** (benessere dei figli, amore, sicurezza, protezione, serenità)
- Spesso I genitori diventano timorosi di sbagliare per cui il rapporto è costruito su:
 - **Dare**
 - **Acconsentire**
 - **Concedere**

Le sfide educative connesse con il mestiere di genitore

● Ruolo genitoriale ed educativo oggi

- Di basso profilo, appiattito
- Poco propositivo
- Poco incisivo sulla formazione delle regole comportamentali
- Ruolo stereotipato
- Non è più titolare dell'azione educativa
- Incapacità ad agire concretamente

Nascita e Rafforzamento di una profezia sullo stereotipo del ruolo genitore che si è auto-avverata :

"Fare il genitore è il mestiere di fatto più difficile al mondo!!"

Le sfide educative connesse con il mestiere di genitore

● Tutti abbiamo sentito dire

- "...ma se mi comporto in modo troppo rigido e poi....sbaglio???"
- "ho provato ad essere impositiva su una regola.....ma poi è di una fatica reggerla...."
- "...ma se poi comportandomi così perdo il dialogo con mio figlio/a...."

● ma forse non sappiamo

- Che tutto ciò è indicatore : di malessere, incertezza, incapacità di essere titolari dell'azione educativa
 - **e le risposte che diamo:**
- resa incondizionata, estenuanti trattative, proibizioni e sanzioni bandite perché troppo costose a livello emotivo

Le sfide educative connesse con il mestiere di genitore

- Alcune considerazioni per riflettere :
- 1. *"Fare"* il genitore non è difficile , la nostra specie lo fa da millenni
- 2. La reale *"difficoltà"* è accogliere il ruolo, quindi agirlo
- 3. Chi educa agisce su un sistema interattivo, per cui è impossibile sbagliare a meno di non voler agire volutamente in modo dannoso
- 4. L'unico vero danno, in ambito educativo, che può verificarsi consiste nel *"non agire"* per timore di sbagliare.

Le sfide educative connesse con il mestiere di genitore

- La costruzione di regole educative dipende dalla volontà dell' *"educatore"*(genitore o altro) a volersi rappresentare come *"soggetto titolare dell'azione educativa"*.
- *Punti forti*
- *Le regole sono strumenti che servono per la crescita armonica dei figli*
- *Qualsiasi regola agisce su un sistema dinamico che ci rimanda una risposta con la quale interagiamo*
- *Il rapporto con il proprio figlio si rafforza in modo proporzionale a quanto noi accogliamo il ruolo di genitore*

Le sfide educative connesse con il mestiere di genitore

● Che cos'è la genitorialità

Un concetto comune : lungo e continuo apprendistato per *imparare l'arte di essere genitori (genitore reale)*

Un concetto psicologico : *parte fondante della personalità di ogni persona (genitore reale + genitore interno)*

“ Un insieme di funzioni dinamiche e relazionali che rappresentano gli aspetti evolutivi del percorso maturativo della persona”

Le sfide educative connesse con il mestiere di genitore

● Principali Funzioni Genitoriali

- PROTETTIVA : offrire cure adeguate ai bisogni del figlio (caregiver), determinano *il legame di attaccamento*
- AFFETTIVA : entrare in risonanza affettiva con il figlio senza esserne inglobato, determina *la qualità affettivo-emotiva* della relazione
- REGOLATIVA : viene fornita dalla presenza del "caregiver", regolare gli stati emotivi per organizzare esperienze e risposte comportamentali adeguate (*punti deboli : risposte anticipatorie, mancanti, inappropriate*)
- NORMATIVA : dare dei limiti per vivere comportamenti coerenti, determinata dall'atteggiamento del genitore di fronte alle norme (*genitore sociale*)
- PREDITTIVA : prevedere il raggiungimento della tappa evolutiva e di sviluppo successiva del figlio, determina la *capacità di cambiare modalità di relazione con il crescere del figlio*
- RAPPRESENTATIVA : capacità di modificare continuamente le proprie rappresentazioni con il crescere del figlio
- TRIADICA : capacità dei genitori di costruire alleanze tra loro cooperative (sostegno reciproco, lasciare spazio agli altri, entrare in una relazione empatica)

Le sfide educative connesse con il mestiere di genitore

● Principali Funzioni Genitoriali

- **PROTETTIVA** : offrire cure adeguate ai bisogni del figlio (caregiver), determinano *il legame di attaccamento*
- **AFFETTIVA** : entrare in risonanza affettiva con il figlio senza esserne inglobato, determina *la qualità affettivo-emotiva* della relazione
- **REGOLATIVA** : viene fornita dalla presenza del "caregiver", regolare gli stati emotivi per organizzare esperienze e risposte comportamentali adeguate (*punti deboli : risposte anticipatorie, mancanti, inappropriate*)
- **NORMATIVA** : dare dei limiti per vivere comportamenti coerenti, determinata dall'atteggiamento del genitore di fronte alle norme (*genitore sociale*)
- **PREDITTIVA** : prevedere il raggiungimento della tappa evolutiva e di sviluppo successiva del figlio, determina la *capacità di cambiare modalità di relazione con il crescere del figlio*
- **RAPPRESENTATIVA** : capacità di modificare continuamente le proprie rappresentazioni con il crescere del figlio
- **TRIADICA** : capacità dei genitori di costruire alleanze tra loro cooperative (sostegno reciproco, lasciare spazio agli altri, entrare in una relazione empatica)

Modello iper-protettivo

TERRENO SU CUI POGGIA :

- Reazione al modello familiare d'origine
- Malattie o difficoltà dei figli
- Quando un membro della coppia ha un alto tasso di aggressività
- Sensi di colpa della madre che lavora
- Proiezione sui figli di quanto desiderato (dai genitori)
- Desiderio di "controllo": chi protegge decide....

Modello iper-protettivo

Quali aspetti emergono

- superinvestimento nel figlio
- un suo successo o insuccesso o una sua anormalità (denti «storti », troppo grasso ecc.) qualifica o squalifica un genitore.
- la sovrabbondanza di cure e soprattutto una sorta di «pronto soccorso» (*cioè intervenire continuamente e ripetutamente nella vita del figlio*)

Quali atteggiamenti emergono

- la sensazione o il sospetto nel figlio di essere un incapace...(la profezia che si autoavvera)
- i figli finiscono per arrendersi senza combattere, abdicando al pieno controllo sulla loro vita e affidandola sempre più ai genitori.
- La loro vita si svolge nella gabbia dorata del privilegio da cui è difficile uscire sia per debito di riconoscenza sia per incapacità.

Modello iper-protettivo

I comportamenti che i figli mettono in atto

Non è importante impegnarsi più di tanto perché:

- Non si va incontro a conseguenze temibili;
- I genitori o i nonni possono intervenire e risolvere tutto;
- I premi e i regali non dipendono più da cosa faccio o dai risultati che ottengo poiché esisto e sono straordinario, le cose mi spettano di diritto e non devo faticare per ottenerle.
- Se non mi danno quello che voglio io

Modello autoritario

Regole non dette

- 1° regola: esistono valori assoluti, immutabili ed eterni da cui discendono le regole
- 2° regola: Le regole non sono negoziabili
- 3° regola: ognuno deve rendere conto delle proprie azioni e far fronte alle conseguenze che ne derivano.
- 4° regola: la soddisfazione dei bisogni e desideri si ottiene con l'impegno e producendo risultati concreti.
- 5° regola: ordine e disciplina sono i fondamenti della convivenza.
- 6° regola: ognuno è responsabile delle proprie azioni
- 7° regola: la libera iniziativa è a discrezione di colui che comanda
- 8° regola: Non si discute

Modello autoritario

Terreno su cui poggia

- Imitazione del modello familiare ricevuto
- Esperienze di vita "particolari"
- Arroccamento sulle proprie posizioni
- Difficoltà ad entrare in contatto con la sfera emotiva

Modello autoritario

Quali aspetti emergono

- Il padre come modello ed esempio da seguire
- La vita della famiglia scandita da orari precisi (riguardano tutta l'organizzazione familiare)
- Figli maschi e figlie femmine (maggior impegno versus maggior remissività)
- Adeguamento dei propri comportamenti x dare soddisfazione ai genitori e ricevere premi
- Se non si adeguano assumono l'etichetta di "vagabondo" (fare esperienze esterne all'insaputa dei genitori)

I figli che non aderiscono al modello familiare, iniziano tutta una serie di manovre per sottrarsi al clima di tensione che questo modello di interazioni produce:

- restare più a lungo possibile fuori casa,
- fare cose di nascosto
- appena possibile cercare occasioni di studio o di lavoro in altre città.

Le sfide educative connesse con il mestiere di genitore

I modelli

I modelli familiari derivano da "credenze" e valori il più delle volte inconsapevoli.

Pervadono e influenzano il nostro modo di essere e di leggere la realtà

Vengono agiti più che spiegati

Vi sono molte regole non dette

Non esistono modelli "puri" ma tendenze

Si cambia modello per "reazione"

Sono molto legati alla realtà storica e sociale

Modello iper-protettivo

Regole non dette

- 1° regola: la madre è ancora la «responsabile designata culturalmente» dell'educazione e dei comportamenti del figlio. E' costantemente preoccupata di non essere una madre «sufficientemente buona»
- 2° regola: il padre non è più il detentore delle regole, ma un osservatore esterno spesso inascoltato, per il suo scarso interventismo e "potere decisionale". Oppure il padre è come la madre, per cui entrambi sono perfettamente in accordo sulla loro missione di genitori.
- 3° regola: fare tutto il possibile perché il figlio sia all' altezza degli status symbol prevalenti (essere vestiti alla moda, fare attività extrascolastiche, avere il motorino, naturalmente il telefonino: essere non solo come gli altri ma avere di più).
- 4° regola: i genitori sono raramente capaci di intervenire con correttivi autorevoli. In altri termini non sono capaci di punire.
- 5° regola: riguardo alle regole, ogni regola può cambiare soprattutto quando risulta troppo punitiva o frustrante per il figlio.
- 6° regola: la richiesta principale rivolta al figlio è quella di accettare i privilegi che la situazione offre con l'unico vincolo di non fare resistenza.
- 7° regola: chi si oppone, non perde alcun privilegio né l'amore dei genitori, rischia soltanto di farli soffrire.

Modello iper-protettivo

TERRENO SU CUI POGGIA :

- Reazione al modello familiare d'origine
- Malattie o difficoltà dei figli
- Quando un membro della coppia ha un alto tasso di aggressività
- Sensi di colpa della madre che lavora
- Proiezione sui figli di quanto desiderato (dai genitori)
- Desiderio di "controllo": chi protegge decide....

Modello iper-protettivo

Quali aspetti emergono

- superinvestimento nel figlio
- un suo successo o insuccesso o una sua anormalità (denti «storti », troppo grasso ecc.) qualifica o squalifica un genitore.
- la sovrabbondanza di cure e soprattutto una sorta di «pronto soccorso» (*cioè intervenire continuamente e ripetutamente nella vita del figlio*)

Quali atteggiamenti emergono

- la sensazione o il sospetto nel figlio di essere un incapace...(la profezia che si autoavvera)
- i figli finiscono per arrendersi senza combattere, abdicando al pieno controllo sulla loro vita e affidandola sempre più ai genitori.
- La loro vita si svolge nella gabbia dorata del privilegio da cui è difficile uscire sia per debito di riconoscenza sia per incapacità.

Modello iper-protettivo

I comportamenti che i figli mettono in atto

Non è importante impegnarsi più di tanto perché:

- Non si va incontro a conseguenze temibili;
- I genitori o i nonni possono intervenire e risolvere tutto;
- I premi e i regali non dipendono più da cosa faccio o dai risultati che ottengo poiché esisto e sono straordinario, le cose mi spettano di diritto e non devo faticare per ottenerle.
- Se non mi danno quello che voglio io

Modello autoritario

Regole non dette

- 1° regola: esistono valori assoluti, immutabili ed eterni da cui discendono le regole
- 2° regola: Le regole non sono negoziabili
- 3° regola: ognuno deve rendere conto delle proprie azioni e far fronte alle conseguenze che ne derivano.
- 4° regola: la soddisfazione dei bisogni e desideri si ottiene con l'impegno e producendo risultati concreti.
- 5° regola: ordine e disciplina sono i fondamenti della convivenza.
- 6° regola: ognuno è responsabile delle proprie azioni
- 7° regola: la libera iniziativa è a discrezione di colui che comanda
- 8° regola: Non si discute

Modello autoritario

Terreno su cui poggia

- Imitazione del modello familiare ricevuto
- Esperienze di vita "particolari"
- Arroccamento sulle proprie posizioni
- Difficoltà ad entrare in contatto con la sfera emotiva

Modello autoritario

Quali aspetti emergono

- Il padre come modello ed esempio da seguire
- La vita della famiglia scandita da orari precisi (riguardano tutta l'organizzazione familiare)
- Figli maschi e figlie femmine (maggior impegno versus maggior remissività)
- Adeguamento dei propri comportamenti x dare soddisfazione ai genitori e ricevere premi
- Se non si adeguano assumono l'etichetta di "vagabondo" (fare esperienze esterne all'insaputa dei genitori)

I figli che non aderiscono al modello familiare, iniziano tutta una serie di manovre per sottrarsi al clima di tensione che questo modello di interazioni produce:

- restare più a lungo possibile fuori casa,
- fare cose di nascosto
- appena possibile cercare occasioni di studio o di lavoro in altre città.

Modello autoritario

Quali comportamenti emergono

Ostacoli messo in atto dai genitori finché i figli dipenderanno economicamente da loro (o negozia o si ribella)

Le madri mediano con successo per i figli riuscendo a ottenere x loro quanto basta per evitare l'emergere di aspri conflitti.

Alcuni figli sono abbastanza tenaci da non scoraggiarsi di fronte alle difficoltà e, ingoiando molti rospi, raggiungano prima di altri l'autonomia per poter andare via da casa (il rischio è che riproducono nel loro futuro lo stesso modello)

Modello autoritario

Sistema delle Relazioni

- padre dominante e gli altri in posizione di sudditanza
- madre assume quasi sempre il ruolo di mediatrice quando le posizioni sono divergenti.
- se il figlio assume le stesse posizioni e valori dei genitori si stabilisce una forma di complementarità connotata da regole rigide e ruoli da rispettare. Se il figlio si ribella gli scontri possono essere decisamente violenti.

Modello autoritario

I comportamenti che i figli mettono in atto

Si ubbidisce e non si discute

I comportamenti accettabili sono quelli che si uniformano alla scala di valori proposta

I comportamenti inaccettabili vanno evitati o tenuti nascosti

Gli errori comportano punizioni, talvolta molto pesanti

Modello democratico/ permissivo

Regole non dette

- 1° regola: il bene supremo da perseguire è la «pace in famiglia », l'armonia, l'amicizia.
- 2° regola: tutti i membri della famiglia fanno parte, con pari diritti, del sistema famiglia fin dalla nascita.
- 3° regola: ogni decisione deve scaturire dal deliberato e unanime consenso di tutti.
- 4° regola: fare il genitore non è solo un fatto istintivo e naturale, ma comporta un processo di informazione-formazione.

Modello democratico/ permissivo

Terreno su cui poggia

- Spesso studi superiori, laurea ...
- Entrambi i genitori hanno una parità economica
- Contesti sociali “alternativi”
- Reazioni a modelli subiti

Modello democratico/ permissivo

Quali atteggiamenti emergono

- l'assenza di gerarchie, una distribuzione equa delle incombenze nella gestione della vita quotidiana
- Il modello è il frutto di "premesse ideologiche" che possono essere maturate all' interno delle famiglie di origine in cui era già in vigore uno stile educativo democratico, oppure in contesti giovanili di impegno sociale, culturale e politico; o ancora per ribellione al modello della propria famiglia di origine.
- La relazione di coppia tende a una alternanza flessibile di interazioni complementari a seconda degli ambiti di competenza e delle situazioni.
- Quando si prefigura un conflitto l'accordo viene ricercato a ogni costo in nome dell' armonia

Modello democratico/ permissivo

Quali aspetti emergono

Lo stile comunicativo democratico della coppia (in democrazia le regole vengono discusse tra pari) nasce in una situazione di partenza paritetica sia riguardo alla forza contrattuale che alla condivisione delle premesse (il rischio è che diventi stile permissivo).

Il figlio, se ammesso alla discussione o alla scelta autonoma in età precoce, viene caricato di una responsabilità troppo grande per lui poiché non possiede né mappe concettuali, né competenze adatte a orientare i propri comportamenti verso il suo benessere fisiologico e psicologico (valutazione sicurezza/pericolo, calibrazione delle esperienze emotive e affettive, attaccamento/ distacco).

Modello democratico/permisivo

Quali atteggiamenti emergono

La famiglia democratico-permissiva non prevede che le regole siano imposte con fermezza e decisione e tanto meno prevede sanzioni: le regole si possono solo enunciare, spiegare ed argomentare con dolcezza e a parole.

Una regola senza conseguenze pragmatiche può essere definita consiglio, avvertimento ma non certamente regola o norma perché la sua trasgressione non prevede alcun effetto pratico sul comportamento.

Conclusioni: la famiglia democratico-permissiva vive in una costante fluttuazione e trasformazione delle regole.

Modello democratico/permisivo

I comportamenti che i figli mettono in atto

le cose vanno fatte per convincimento e consenso e non per imposizione

il consenso si ottiene con il dialogo fondato su argomenti validi e ragionevoli

le regole vanno concordate

la contrattazione è l'unico nemico della prevaricazione

il fine principale da perseguire è l'armonia e l'assenza di conflitto

tutti i componenti della famiglia hanno gli stessi diritti

Modello sacrificante

Regole non dette

Bisogna distinguere le regole che governano il comportamento dei genitori e dei figli, poiché esse risultano speculari.

Genitori

1° regola: nella vita bisogna sacrificarsi per gli altri e fare quello che piace agli altri per gioire delle loro gioie, oppure, semplicemente per sentirsi stimati o accettati.

2° regola: il piacere è un' esperienza da non ricercare, solo il piacere del dare ad altri è legittimo.

3° regola: i genitori, o uno solo dei due, sono la colonna portante della famiglia e assumono su di sé tutte le in-combenze della vita quotidiana della famiglia.

4° regola: il genitore che viene esonerato da qualsiasi in-combenza familiare orienta tutte le sue energie nel lavoro. Solo in alcuni casi estremi può disimpegnarsi su tutti i fronti e diventare una specie di principe consorte.

5° regola: i genitori hanno l'aspettativa che i figli li ricompenseranno per tutto ciò che stanno facendo per loro, sia avendo successo nella vita, che ottenendo tutto ciò che loro non hanno potuto avere.

Modello sacrificante

Regole non dette

Figli

1° regola: è preciso dovere dei genitori dare ai figli quello di cui hanno bisogno o, al contrario, è dovere del figlio dare soddisfazioni ai genitori.

2° regola: i genitori hanno l'obbligo di mantenerli senza limiti di tempo o, al contrario, è dovere del figlio lavorare oltre che studiare e contribuire al bilancio familiare.

3° regola: nella vita c'è chi si sacrifica e chi da questo trae benefici.

Modello sacrificante

Terreno su cui poggia

- Vita piena di sacrifici ...
- Educazione ricevuta molto rigida
- Relazione complementare tra i genitori uno si sacrifica "altruista" e uno è superiore "egoista"
- Aspetti depressivi latenti

Modello sacrificante

Quali atteggiamenti emergono

- Ogni sacrificio meriterebbe riconoscimento, approvazione e ricompensa.
- Il sacrificio non riconosciuto genera delusione, risentimento, scontentezza e l'idea che non si è fatto abbastanza.
- Il piacere è un'esperienza che spesso non ci si può permettere
- Ognuno è libero di scegliersi spazi, modi e tempi del sacrificio.
- I figli, sia i maschi che le femmine, sono spinti al sacrificio per ottenere il successo.
- Tutte le risorse della famiglia sono a disposizione dei figli, affinché i figli abbiano l'opportunità di affermarsi.
- Se sei altruista gli altri ti accettano, ma ti sfruttano.

Modello sacrificante

Quali comportamenti emergono

I figli spesso detestano il modello proposto dai loro genitori.

In un sistema sacrificante i genitori si lamentano della loro vita ma non prendono alcuna iniziativa pratica per migliorarla.

Impiegano quasi tutte le energie nella soddisfazione dei bisogni della famiglia. I comportamenti di rinuncia sono numerosi: non vanno al cinema, a teatro, in palestra, in vacanza....

Il padre può essere poco coinvolto in ciò che accade in famiglia perché si sacrifica nell'ambito lavorativo...

Si osservano anche figli che accettano il modello sacrificante e preferiscono impegnare il proprio tempo più nello studio che nei divertimenti per essere utili alla famiglia

Modello sacrificante

Sistema delle Relazioni

Nelle relazioni si presentano quei comportamenti che possono essere definiti come: «egoismo insano» ed «insano altruismo». «Il comportamento altruista», infatti, come Elster (1979) mette in risalto, «conduce alla costruzione di interazioni sociali basate sulla realtà di alcuni che danno ed altri che prendono, ma l'altruista ha bisogno di egoisti insani che prendano ciò che lui dà».

Le relazioni sono spesso asimmetriche e chi si sacrifica, anche se apparentemente dimesso e sottomesso, è in una posizione di ferro, poiché mediante le sue rinunce ottiene una posizione di superiorità facendo sempre sentire gli altri o in debito o in colpa.

Questo crea un gioco familiare imperniato su un sistema di debiti e crediti con slittamenti sul versante del ricatto morale.

Modello sacrificante

Sistema delle Relazioni

La relazione con i figli è spesso basata sull'altruismo insano per cui i genitori danno senza che venga loro richiesto; se il loro sacrificio non viene apprezzato si lamentano, si arrabbiano e tacciono di ingratitudine i figli, oppure impongono silenzi inquietanti.

Sono stupiti se qualcuno dice loro di imparare a ricevere, diventare preziosi e dare solo quando viene loro espressamente richiesto, rendendo così il loro sacrificio apprezzato e riconosciuto.

A volte queste persone possono razionalmente capire quel che sarebbe giusto e ragionevole ma emotivamente rimangono inchiodati al loro repertorio comportamentale usuale.

Modello intermittente

Regole non dette

- 1° regola: il dubbio prima di tutto.
- 2° regola: sottoporre ogni propria azione all'autocritica appena sorge il sospetto che non sia efficace.
- 3° regola: per prevenire danni maggiori è bene scendere a compromessi.
- 4° regola: non ci sono regole fisse: la regola è oggetto di continua revisione.

Modello intermittente

Terreno su cui poggia

- Ricerca del nuovo
- Grande senso di autocritica
- Spinta (quasi ossessiva) all'eccellenza
- Molta attenzione ai suggerimenti dei media

Modello intermittente

Quali atteggiamenti emergono

- Nessuna posizione va mantenuta in maniera determinata
- Nulla è valido e rassicurante
- Si vive all'insegna del compromesso e della revisione delle proprie posizioni
- La costante è il cambiamento continuo
- Assenza di punti di riferimento e basi sicure.

Modello intermittente

Quali comportamenti emergono

Un esempio concreto è rappresentato dal comportamento assunto dai genitori nei confronti del figlio ribelle e vagabondo che rifiuta qualunque tipo di indicazione correttiva. I genitori di solito prima cercano di intervenire con prediche e argomentazioni basate sulla ragionevolezza delle loro posizioni e l'irragionevolezza del figlio; questo ha l'effetto dell'acqua sull'impermeabile.

A questo tentativo fallito, segue una strategia basata sulla durezza, su restrizioni e atteggiamenti punitivi: il padre non concede la sua auto, la madre non dà più soldi in aggiunta alla paga settimanale. Il figlio allora si ribella e minaccia di andare a trovare i soldi altrove e di usare l'auto della fidanzata o degli amici, i genitori si spaventano e cadono nel ricatto, si arrendono e concedono di nuovo auto e soldi. In tal modo non solo non producono alcun effetto, ma rafforzano addirittura la condizione patogena poiché il figlio avrà avuto la prova ulteriore del suo potere su di loro.

I genitori spesso reagiscono pensando che forse devono valorizzare di più il figlio, anche se non ha mostrato granché da essere valorizzato.

Modello intermittente

Sistema delle Relazioni

Nelle interazioni quotidiane i genitori possono passare da posizioni rigide a posizioni morbide, da posizioni valorizzanti a posizioni squalificanti nei confronti dei figli

D'altro canto i figli inviano di continuo messaggi contraddittori ai genitori, in alcune occasioni sono ubbidienti e collaborativi, in altre ribelli e oppositivi. Una volta appariranno capaci di assumersi responsabilità, un'altra completamente irresponsabili

Le sfide educative connesse con il mestiere di genitore

Motivi di mancato dialogo tra adulti e adolescenti

- **Una limitata attenzione in famiglia alla personalità del ragazzo**
- **Una scarsa abitudine da parte dei genitori a condividere le scelte dei figli, piccole o grande che siano**
- **Una mancata attribuzione ai ragazzi di compiti di responsabilità familiare**
- **La carenza di un dialogo motivante da parte degli adulti**

Le sfide educative connesse con il mestiere di genitore

- **La questione dell'identità**
 - **La difficile costruzione dell'identità**
 - **Identità individuali e collettive**
 - **Libertà ed appartenenza**
 - **Autonomia e dipendenza**
 - **Trasgressione e responsabilità**

Le sfide educative connesse con il mestiere di genitore

- La parola **trasgressione** (dal latino *transgredior*) evoca la rappresentazione dinamica di un attraversamento oltre un confine prestabilito e ritenuto invalicabile.
- Ci si allontana da un centro che assicura il benessere, la sicurezza ma anche la ripetitività e l'incoscienza, verso lo sconosciuto avvertimento come rischio.
- La paura, il rifiuto, il senso di colpa ma anche l'attrazione, sono sentimenti che accompagnano l'esperienza

Le sfide educative connesse con il mestiere di genitore

Le trasgressioni più frequenti:

- Ritornare a casa tardi
- Uscire senza permesso
- Fumare
- Allontanarsi da casa
- Usare "sostanze"
- Bere alcol
- "Bruciare" la scuola
- Infrangere il codice stradale
- Fare piccoli furti

Le sfide educative connesse con il mestiere di genitore

● ESPRESSIONI DI DISAGIO

- **Condotte antisociali**
- **Comportamenti aggressivi**
- **Bullismo**

Le sfide educative connesse con il mestiere di genitore

● CONDOTTE ANTISOCIALI

- **Secondo gli esperti psicologi dell'età evolutiva, fra i giovani si manifesta in maniera prepotente la volontà di trasgredire le regole sociali e le abitudini**
Nell'infanzia il bambino sente il bisogno di integrarsi e di condividere gli aspetti sociali e comportamentali del mondo adulto: il bambino imita e vuole essere come il genitore.
- **Con l'arrivo della pubertà e l'inizio dell'adolescenza al bisogno di integrazione subentra una brusca e repentina messa in discussione delle norme degli adulti, con la messa in atto di comportamenti aggressivi e trasgressivi.**

Le sfide educative connesse con il mestiere di genitore

- Alcuni profili di ragazzi soli
- I dispersi – apatici, alla ricerca di un perché e di strumenti di base
- I vulnerabili – deboli, assenti, fragili, influenzabili
- I trasgressori – in evidenza per non essere trasparenti, ragazzi- contro, amanti del rischio

Le sfide educative connesse con il mestiere di genitore

- Alcune manifestazioni di solitudine giovanile
 - Bullismo
 - Aggressività
 - Disturbi alimentari
 - Depressione
 - Tossicodipendenze
 - Iperattività

Le sfide educative connesse con il mestiere di genitore

- **COMPORAMENTI AGGRESSIVI**
- Sono il risultato di uno scarso apprendimento di abilità sociali e comunicative
- **BULLISMO**
- È una espressione di disagio con caratteristiche particolari:
- Intenzionalità
- Persistenza
- Asimmetria tra chi commette l'atto aggressivo e chi lo subisce

Le sfide educative connesse con il mestiere di genitore

Quindi la “profezia” dovrebbe dire così :

- *“Fare il genitore non è difficile, difficile è volerlo fare!”*

Grazie e Buon lavoro a tutti !

Consigli di lettura

Secondo incontro - Aiutare i figli a sviluppare l'autostima.

- Asha Phillips, I no che aiutano a crescere Feltrinelli, 2003.
- Del Casale Franco, Da zero a sedici anni. Sviluppo motivazionale secondo l'Analisi Transazionale e la Terapia Rifocalizzante. San Paolo, 1993.
- Galimberti Umberto, L'ospite inquietante. Il nichilismo e i giovani, Feltrinelli, 2007.
- Boris Cyrulnik , I brutti anatroccoli. Le paure che ci aiutano a crescere, Frassinelli, 2003.

Terzo incontro - La valenza educativa di un no.

- Tsiantis J., Boethious S.B., Hallerfors B., Horne A., Tischler L., Il lavoro con i genitori, Borla, 2002.
- Giovanni Cappello, L'adulto svelato. Gli adolescenti guardano gli adulti, Franco Angeli, 2004.
- Giovanna Ranchetti, Il genitore nascosto, Franco Angeli, 2005.
- Philippe Jeammet, Adulti senza riserva, Raffaello Cortina Editore, 2009.
- K.K.Novick, J. Novick, Il lavoro con i genitori, Franco Angeli, 2009.
- Matteo Lancini, Sempre in contatto. Relazioni virtuali in adolescenza, Franco Angeli, 2009

