

# CORSO DI FORMAZIONE PER GENITORI

**“I figli crescono”**

Primo incontro 25.11.06

La scuola superiore: l'adolescente tra scuola e  
famiglia

Secondo incontro 17.02.07

La relazione tra genitori e figli adolescenti:  
una base sicura per la crescita

Dott.ssa Paola Cremonese

# ADOLESCENZA:

“L’adolescenza è per sua natura un’interruzione di crescita pacifica: il mantenimento di un equilibrio stabile durante il processo adolescenziale è in sé anormale”

(A. Freud)

Il passaggio dalle scuole medie alle scuole superiori è un momento particolarmente delicato per i ragazzi che si trovano ad affrontare un mondo più grande e complesso. Conoscere, Riconoscere e Prevenire eventuali disagi può aiutarli a fare un buon percorso attraverso l'adolescenza e verso il mondo degli adulti.

# Premessa

I genitori di un figlio adolescente si sentono spesso in uno stato di ansia, di insicurezza, di timore di non essere in grado di poter crescere i propri figli nel migliore dei modi.

Quindi..... molto più semplicemente iniziamo ad essere più sereni!!!!.

E' normale per un adolescente comportarsi, per un certo periodo, in maniera incoerente e imprevedibile, perché fa parte della fatica di crescere.

Occorre dargli tempo e spazio per elaborare le sue soluzioni, perché solo imparando dall'esperienza può costruirsi una sua identità ed un suo sapere.

*“... Può darsi che i suoi genitori abbiano bisogno di aiuto per essere in grado di supportarlo.*

*Sono poche nella vita le situazioni più difficili da fronteggiare che quella nella quale ci si trova quando un figlio o una figlia adolescente fanno il tentativo di LIBERARSI”*

(A. Freud)

# Adolescenza

OSCILLAZIONE tra dipendenza e autonomia:

bisogna tenere conto delle **oscillazioni** dell'adolescente  
(piccolo/grande)

bisogna evitare di banalizzare, drammatizzare o infantilizzare  
(essere troppo teneri), ponendosi quindi in modo adulto di  
fronte ai problemi dell'adolescente.

anche i genitori devono oscillare tra accoglienza delle fragilità  
adolescenziali e promozione dell'emancipazione del figlio

# COMPORAMENTI che ESRIMONO DISAGIO

- Assenza di rapporti con i pari
- Reiterati fallimenti scolastici
- Dimagrimenti eccessivi a seguito di diete, fissazioni alimentari
- Paure irrazionali
- Elevata frequenza di incidenti
- Frequenti crisi di rabbia con atteggiamenti eteroaggressivi (verso le persone o le cose)
- Frequenti crisi di rabbia con atteggiamenti autoaggressivi
- Atteggiamenti di chiusura che si protraggono nel tempo
- Sintomatologia psicosomatica non episodica

# Le prime parole...per dirlo

- ...a scuola non va e io studio... Voglio voti alti
- ...non ho scopo nella vita
- ...vorrei parlare con qualcuno di “esterno”
- ...con i miei non ci parliamo
- ...non mi fido degli altri
- ...vorrei sentirmi più sicuro
- ...mi sento una nullità
- ...scoppio a piangere ai minimi problemi
- ...mi è capitato di perdere la “compagnia”
- ...è un periodo brutto in generale
- ...non ho voglia di studiare ma mi dispiace per i miei genitori
- ...non riesco a studiare anche se voglio
- ...vorrei parlare; ho cose da dire, ma non non riesco, mi blocca e tutti me lo fanno notare

# LE TAPPE EVOLUTIVE dell'ADOLESCENTE

L'adolescente, nello sforzo, non sempre semplice, di trasformarsi da bambino dipendente ad adulto autonomo, ha a che fare con una serie di “compiti evolutivi”

Nel processo di

SEPARAZIONE - INDIVIDUAZIONE è importante in  
adolescenza:

LA MODIFICAZIONE dell'IMMAGINE CORPOREA

LA NASCITA SOCIALE (gruppo dei pari)

# LA MODIFICAZIONE dell'IMMAGINE CORPOREA

- L'armonia estetica dell'infanzia viene meno
- Senso di incompiutezza e di incertezza legato allo sviluppo corporeo (come diventerò?)
- Estrema importanza della propria immagine corporea con vissuti di drammatizzazione

# LA PERCEZIONE DEL PROPRIO CORPO E' LA RISULTANZA DI MOLTEPLICI ASPETTI

- Come noi ci percepiamo fisicamente: l'idea mentale che ognuno di noi ha di se stesso
- Come noi ci vediamo guardandoci negli occhi di chi ci guarda: gli altri come “specchio visivo” della nostra corporeità
- Come noi ci confrontiamo con un modello ideale del “sé corporeo”: aspetto idealizzato

# LA NASCITA SOCIALE: IL GRUPPO DEI PARI

- I preadolescenti e gli adolescenti si confrontano con i loro pari
- Identificazione primaria (genitori, famiglia) - identificazione secondaria (mondo esterno)
- Ricerca di nuovi modelli attraverso il confronto/verifica
- Bisogno di omologazione *vs* bisogno di differenziazione nei confronti dei pari

# LA BASE SICURA: come costruire la relazione?

- La base sicura: affidabilità dell'affetto del genitore.
- Tenere conto delle oscillazioni dell'adolescente (piccolo/grande)
- Evitare di banalizzare, drammatizzare o infantilizzare
- Evitare di trasferire sul figlio le proprie ansie e preoccupazioni
- Cercare di essere trasparenti, chiari e autorevoli.

# I RICONOSCIMENTI NEGATIVI

## le critiche funzionano se:

- Sono date immediatamente
- Specificando concretamente il comportamento sbagliato osservato
- Espresse con una insoddisfazione appropriata alla gravità del fatto
- Sono autorevoli ed eque
- Sono adeguate alla situazione come quantità e tipologia
- Accompanate dalla spiegazione dei comportamenti alternativi positivi
- Seguite da una reale dimostrazione di fiducia nelle possibilità di miglioramento

# I RICONOSCIMENTI POSITIVI

## le lodi funzionano se:

- Sono date immediatamente
- Specificando concretamente il comportamento positivo osservato
- Espresse con soddisfazione e sincerità
- Sono autorevoli
- Sono adeguate alla situazione come quantità e tipologia
- Gradite da chi ne ha bisogno

**Grazie per la Vostra attenzione**

**e buon lavoro  
ad ogni genitore!**