

Sabato 23 Febbraio si è tenuto il secondo appuntamento del ciclo di formazione/informazione rivolto ai genitori , in particolare di figli adolescenti, tenuto dalla D.ssa Paola Cremonese.

Durante il primo incontro si è focalizzata l'attenzione sulla relazione tra scuola e adolescente, con le specifiche modalità di rapportarsi e di inserirsi; in questo secondo incontro il centro d'interesse si è spostato invece alla famiglia, sul ruolo e l'importanza della famiglia nel contesto di vita di un adolescente.

Per facilitare la comprensione, di seguito sono elencati brevemente i punti più importanti che sono emersi durante l'incontro.

Abbiamo visto come questo periodo per un adolescente è tra i più complessi e difficili che abbia mai vissuto fino ad ora e molto probabilmente anche in un prossimo futuro: Il compito centrale dell'**adolescenza** è quello di **elaborare progressivamente una nuova e diversa identità** personalmente accettata e socialmente riconosciuta

Ma il percorso dell'adolescente non è lineare anzi è un continuo susseguirsi di momenti di grande emancipazione alternati ad altri infantili: Il desiderio di libertà e la ricerca di dipendenza, la spinta a crescere e la nostalgia regressiva dell'infanzia sono i **poli emotivi** tra cui si dibattono in modo contraddittorio i sentimenti e i vissuti dell'adolescente. In queste alternanze è importante che la figura dei genitori sappia mantenere un atteggiamento coerente con le aspettative dell'adolescente, infatti si deve evitare di banalizzare le richieste, ne tantomeno si dovrà drammatizzare o peggio infantilizzare, anche i genitori quindi dovranno seguire il movimento a pendolo tra accoglienza delle fragilità adolescenziali e promozione dell'emancipazione del figlio

Durante questo periodo **l'adolescente ha bisogno di mettersi alla prova**, i risultati di queste prove serviranno a **rafforzare l'autostima** che servirà a esaudire il desiderio di **essere approvato e apprezzato**. E' importante che l'adolescente abbia **un'immagine di sé di realizzazione e di adeguatezza**

E' facile comprendere quali stati d'animo si dibattono nell'animo di un adolescente, è un processo di separazione dal nido familiare e di ricerca di "**individuazione**" della propria identità.

Ma i grandi cambiamenti non terminano qui. L'adolescente è un essere umano alle prese con una radicale modificazione dell'immagine corporea, con tutti i dubbi e timori che ne derivano ed è alla ricerca di una sua precisa individuazione, che lo porti ad avere un suo riferimento sociale, di solito attraverso il **gruppo dei pari**. Il problema del corpo è fondamentale nel percorso di crescita di un adolescente e la percezione che l'adolescente raccoglie è la risultante di molteplici aspetti: l'adolescente si crea una idea di se stesso, aiutandosi anche con gli occhi degli altri, e fa riferimento ad un modello ideale. Parallelamente allo sviluppo del **modello corporeo** l'adolescente sviluppa anche un bisogno di **riconoscimento sociale** attraverso

un confronto con i pari. E' importante in questo periodo che non venga meno il riconoscimento della sua identità di adolescente in ambito familiare (l'ambito in cui ha realizzato la sua identificazione primaria); dal riconoscimento nel mondo esterno deriva l'identificazione secondaria. Sicuramente l'adolescente continuerà a ritagliarsi modelli differenti con cui confrontarsi prima di arrivare ad una situazione più stabile. Questi modelli sono dettati anche dalla necessità di omologazione all'interno del gruppo dei pari.

Nelle problematiche che un adolescente è chiamato ad affrontare il ruolo della famiglia è importante se non fondamentale. L'adolescente deve considerare il nucleo familiare come il riferimento principale, ma per ottenere questo è necessario che consideri **affidabile** l'affetto del genitore; il quale deve tenere conto degli **atteggiamenti oscillanti** nel comportamento dell'adolescente, a volte adulto altre infantile e evitare atteggiamenti di **banalizzazione, drammatizzazione o infatizzazione** di fronte alle richieste dell'adolescente. Il genitore dovrà **evitare di scaricare** sui figli le proprie **ansie o preoccupazioni**. Riassumendo l'atteggiamento del genitore deve essere trasparente, chiaro e autorevole. L'autorevolezza non è da confondersi con l'autoritarità. L'autorevolezza è da intendersi come il riconoscimento del ruolo mentre l'autorità è l'imposizione del ruolo. E' importante quindi che l'adolescente riconosca l'autorevolezza dei genitori .

Ma come e quale deve essere l'atteggiamento dei genitori affinché non vengano meno i presupposti prima citati?

- Come coppia essere prima di tutto "coppia": mantenere una buona relazione coniugale permetterà anche ai figli di affrontare il mondo esterno senza timore di "lasciare soli" i genitori
- Coltivare e mantenere dei propri spazi d'interesse dai quali i figli sono "esclusi", così anche i figli potranno trovare i propri, sperimentando la strada dell'autonomia .
- Favorire l'espressione delle emozioni, degli affetti (rabbia compresa) ,evitare di dare un'immagine che i genitori siano delle persone senza sensibilità di sentimenti: se sono manifesti ciò faciliterà i processi di buona comunicazione e relazione
- Imparare a dare dei limiti ai figli, a dire di no quando lo si ritiene necessario anche se è faticoso; questo non significa riprodurre l'immagine del "padre-padrone" ma aiutare il ragazzo a sviluppare maggiore adattabilità nei confronti della vita, aiutandolo così ad accettare sia le gratificazioni, i "sì" che le frustrazioni, i "no" che incontrerà sulla sua strada.

Analizziamo per un momento il significato del riconoscimento; i riconoscimenti sono sia positivi che negativi

I riconoscimenti "negativi", le critiche raccolgono i risultati sperati se:

- Sono dati immediatamente
- Deve essere spiegato concretamente il comportamento sbagliato osservato
- Devono essere espressione di un grado di 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

Allo stesso modo i riconoscimenti "positivi" e le lodi sono utili 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

Concludendo possiamo affermare che un genitore diventa una base sicura per l'adolescente quando:

- lo aiuta a consolidare gli assetti d'identità che passo dopo passo il figlio adolescente raggiunge
- diventa per lui un adulto che rispecchia e valorizza
- Esprime una genitorialità «A.A.A.», cioè un'Attitudine Autenticamente Affettiva  
(Stanislas Tomkiewicz)

Arrivederci al prossimo appuntamento