

## Psico-logia-mente. Aiutare i genitori ad aiutare i figli..

Author : Brunella Ferrari

Date : 15 marzo 2014



Uno dei compiti principali dello psicologo è quello di aiutare i genitori a diventare competenti nell'aiuto ai propri figli, a sostenerli nel difficile compito.

"Sarai con tuo figlio come tuo padre è stato con te"...questa sentenza biblica, che suona come una condanna, indica come sin dall'antichità i problemi relativi al rapporto fra genitori e figli fossero già un tema di grande attualità.

Tutta l'evoluzione delle società civili si è basata, in un modo o nell'altro, sullo sviluppo delle dinamiche familiari, tanto che per ogni epoca ne possiamo tracciare le caratteristiche peculiari.

Questo evidenzia quanto sia importante osservare come le relazioni dentro il sistema famiglia si evolvono e come società famiglia ed individuo si influenzano reciprocamente.

Non è un caso, quindi, che negli ultimi anni si assista ad un grande interesse delle discipline psicologico-sociali e mediche nei confronti dello studio delle dinamiche della famiglia e di ciò che viene definito *parenting*, anglismo con il quale si indica il ruolo dei genitori nel sano sviluppo mentale e comportamentale dei figli.

Il modo di comunicare influenza le sensazioni ed il comportamento delle persone che comunicano, pertanto guidare il genitore a scoprire e quindi a gestire i suoi modi usuali di comunicazione rappresenta un passaggio ineludibile dell'intervento di aiuto nei confronti dei figli. In modo particolare nei confronti di figli adolescenti. La prima adolescenza rappresenta infatti uno dei periodi più rischiosi nella dinamica fra genitori e figli, perché connotata da mutamenti fisiologici, psicologici e relazionali del ragazzo o della ragazza: la prima maturazione sessuale e le seguenti pulsioni, i primi passi nella costruzione dell'identità personale, la relazione con i coetanei che si evolve e presenta nuove criticità, le prime esperienze erotiche, il desiderio di differenziarsi dai modelli genitoriali o, al contrario, di conformarsi tra loro.

Non è un caso che questa sia anche la fascia d'età in cui emergono con maggior frequenza forme severe di psicopatologie quali disturbi fobico-ossessivi e compulsivi, disordini della condotta alimentare.

Il desiderio di esplorare nuovi territori può anche spingere all'uso e abuso di sostanze, così come a perdersi nella realtà rassicurante del mondo virtuale.

Inoltre appaiono frequentemente problemi relativi alla sessualità, all'identità di genere, alle prestazioni scolastiche o sportive, ai conflitti relazionali e alle prime cocenti delusioni amorose.

Il genitore si trova di fronte un figlio che spesso non riconosce più, il più delle volte, nel tentativo di aiutarlo, prova la feroce frustrazione dell'inefficacia del proprio aiuto.

Spesso addirittura si sente rifiutato dal figlio, il quale ascolta e dà credito ad altre figure.

In questa fase assume un ruolo cruciale il modello di famiglia, poiché è proprio in questo periodo che si viene a strutturare l'irrigidimento: è ben nota la dinamica conflittuale tra adolescenti e genitori ed il braccio di ferro che si viene a istituire tra la ribellione da una parte e la repressione dall'altra, sino all'esasperazione del conflitto.

Il fenomeno però più frequente e poco analizzato è quello della genitorialità basata su continui cambiamenti di comportamento e di atteggiamento educativo, che esprime il disagio e l'incertezza del figlio.

L'attenta valutazione del modello familiare e delle due necessarie correzioni, potrebbe essere il tema di fondo di questa fascia d'età, assieme ad un intervento di *Parent Training* in aiuto al loro difficile compito.

**Dott. Bruna Ferrari**

Psicologa Clinica e della salute