

domande & risposte genitori e figli



**dottorssa
Laura Rivolta,**
psicologa e sessuologa
a Milano.

Siamo una famiglia allargata, e viviamo con i figli miei e di mio marito. Le mie figlie (16 anni) pretendono di avere le stesse libertà di uscita dei figli di mio marito, più grandi...

Chiara, via email

La famiglia allargata è una opportunità, una sorta di "laboratorio" di confronto, ci sono più stimoli. Ci sono anche delle criticità, i rispettivi figli possono prendere come riferimento i comportamenti degli altri, faticando a riconoscere le differenze di età e anche educative. Le criticità richiedono sempre un'interazione educativa ferma ma anche flessibile. Decidere un tempo e un luogo (come la loro stanza) dove parlare di ciò che riguarda voi è fondamentale. Mantenere un dialogo calmo e insieme condividere poche regole che devono essere rispettate. Per esempio, decidere la frequenza delle uscite e dei rientri, dare fiducia è importante per responsabilizzarle e capire quanto sono rispettose dei limiti. Parlare e motivare le decisioni permette di capirne il senso.



professoressa Valentina Tobia,
associata in psicologia dello sviluppo,
facoltà di Psicologia, Università
Vita-Salute San Raffaele.

Mia figlia di 16 anni affronta sempre la scuola (il liceo) con grande ansia e tensione. Come posso aiutarla a superare le sue insicurezze?

Mia, via email

Sperimentare tensione quando ci si avvicina alla scuola è normale, e anche funzionale, se i livelli di tale tensione non sono troppo bassi, a cui in genere si associa scarso impegno, o troppo alti. In quest'ultimo caso, la scuola può diventare fonte di malessere, fino a generare disturbi d'ansia veri e propri, come la fobia scolare. Prima di agire su questi vissuti, bisogna capire perché ci sono. Ci sono effettive difficoltà scolastiche, e quindi la ragazza si ritrova spesso

con insufficienze e a essere ripresa dagli insegnanti? Oppure va bene a scuola, ma nonostante questo non è mai soddisfatta? Come sono le relazioni con i compagni e il clima in classe? Il primo passo per approfondirli è chiederli direttamente a sua figlia, parlare anche con gli insegnanti e, se vede **eccessivo malessere associato alla scuola**, che influenza in modo negativo anche la vita al di fuori di essa, pensare a un aiuto psicologico.



**dottorssa
Arianna Cornali,**
psicologa e psicoterapeuta
a Milano.

Mio figlio ha 4 anni e da poco è venuta a mancare la nonna a cui era molto legato. Gli ho spiegato che è volata in cielo: ho sottovalutato il suo lutto?

Matilde, via email

Il tema del lutto nell'infanzia è sempre delicato e di non semplice gestione. Il consiglio primario è di parlare del caro venuto a mancare e di accogliere sempre le emozioni che suo figlio le riporta, la tristezza in particolare. Faccia solo attenzione all'utilizzo di metafore nella spiegazione della morte: queste, infatti, possono facilitare noi adulti nella comunicazione ma allo stesso tempo **creare confusione o fantasie errate nei piccoli**, per esempio che la persona possa tornare. Si mostri disponibile a parlarne, a rispondere ad eventuali dubbi e condividere i suoi sentimenti.

Mia figlia preadolescente passa lungo tempo chiusa in bagno, mostra insicurezze davanti allo specchio e dubbi sul proprio corpo. Che fare?

Benedetta, via email

L'adolescenza vede una trasformazione fisica che quasi sempre porta turbamenti: i ragazzi faticano a riconoscersi, si confrontano con gli altri o, peggio, con stereotipi e modelli corporei irrealistici. Educhi fin da subito sua figlia rispetto ai modelli proposti dai social media quali **irrealistici o falsati**, sostenga l'unicità e ridimensioni l'importanza data alle imperfezioni.

da leggere *Siamo pronti per le nuove sfide?*

L'infertilità, la procreazione assistita, le famiglie omogenitoriali, la maternità surrogata: sono solo alcuni dei temi che riguardano la perinatalità. Temi con questioni bioetiche, legislative, sociali e antropologiche, ma soprattutto psicologiche. Siamo veramente pronti ad accogliere i diversi percorsi che conducono alla nascita?



**DIVENIRE
GENITORI E
DIVENIRE FIGLI**
Marcello
Florita
Wimesis Edizioni
30 euro

viversaniebelli 71