

## **PIANETA ADOLESCENZA: COME AIUTARE I NOSTRI FIGLI A GESTIRE E A COMPRENDERE I CAMBIAMENTI CHE AVVENGONO NEL LORO CORPO ALLE SOGLIE DELLA PUBERTA'**

Gruppo di genitori chiede aiuto e si attiva per questo è un segnale di speranza per tutti in una società individualista come la nostra di questi anni

Avere l'umiltà di dire: ho un problema che non so risolvere con chiarezza da solo e questo forse potrebbe essere anche un tuo problema per cui aiutiamoci, facciamo un pezzo di strada assieme è l'atteggiamento più umano in grado di generare una compagnia che se non è sempre in grado di dare risposte adeguate almeno non ti fa sentire solo

Bene partiamo:

I preadolescenti non sono inquadrabili per categorie ben definite. Sono come i furgoncini che un tempo andavano per cascine a vendere di tutto , in particolare c'è un'enorme differenza fra maschi e femmine sia in termini di tempistica dello sviluppo che di manifestazioni.

Ma la realtà è che rispetto a un paio di anni prima sono cambiati o stanno cambiando rapidamente:

- **Nel fisico:** primo sintomo è l'odore sgradevole del sudore, poi la comparsa di pelo di tipo adulto al pube e ascelle con ingrossamento dei genitali. Attualmente il menarca è considerato fisiologico già a 8 anni e mezzo. Lo sviluppo in altezza o la mancata altezza possono generare dei problemi di accettazione. Nei maschi lo sviluppo muscolare è molto importante.
- **Nella psiche:** lo sviluppo psicologico non coincide con quello fisico, spesso è ritardato, e si caratterizza da cambiamenti di umore, scarsa accettazione di se stessi anche in coloro che sembrerebbero non avere problemi, pretesa di essere riconosciuti adulti nelle loro scelte e ancora bambini quando fa loro comodo (capricci nel lavarsi adeguatamente). Le scelte dei programmi televisivi sono un buon indicatore che le cose stanno cambiando . Desiderio importante di stare con amici dello stesso sesso, in particolare nei preadolescenti, l'amico/a del cuore, curiosità attenta verso i comportamenti di qualche compagno/a. Emulazione di comportamenti degli amici e soprattutto dei personaggi TV + in voga.

E noi genitori dobbiamo cambiare? Adeguarci a loro?

Sicuramente sì e con ruoli diversi tra papà e mamma. In genere la mamma è più presente anche come tempo dedicato, e ha un rapporto quasi confidenziale specialmente con le femmine. In genere il maschio è più chiuso. Per lui è più facile col padre o perlomeno guarda molto il padre quale punto di riferimento.

Sicuramente accompagnare i ragazzi nella crescita, se questa fosse solo come sopra descritta, sarebbe tutto sommato facile.

I problemi li incontriamo quando abbiamo di fronte delle richieste che esulano dal nostro modo di pensare, da come volevamo i nostri figli, da cosa avevamo pensato per i nostri figli.

Motorino, fumo, alcool, uscire la sera, discoteca, percing, telefonini, compagnie poco raccomandabili o poco conosciute, ci mettono in crisi.

Ma come è facilmente intuibile non esiste una regoletta, una formula uguale per tutti per venirne a capo.

Però proviamo a individuare dei criteri ragionevoli per affrontare queste situazioni, un po' come la bussola o una buona attrezzatura per attraversare un territorio sconosciuto, a saper cogliere dei segnali di pericolo e affrontarli in modo adeguato.

### **Faccio un passo indietro.**

Quando parlo di educazione ai genitori dei miei piccoli pz, sia del mio studio che delle scuole della prima infanzia, mi soffermo a parlare dell'importanza del ruolo educativo in particolare di quello del padre perché ci si accorge sempre più quanto sia debole o addirittura mancante la sua figura.

Nascita fino a 18 mesi

Ruolo del padre dai 18 mesi

**Valore della persona:** che valore do a me stesso, di chi sono figlio ( es. morte di un familiare stretto)

**Rapporto moglie - marito:** spesso non ne siamo consapevoli, ma siamo costantemente osservati e giudicati. Il nostro rapporto di coppia è un modello di comportamento nel bene e nel male.

**Figura della mamma:** l'attenzione che mette nella cura dei particolari, come tiene la casa, come prepara da mangiare, l'attenzione al bello, l'amore che mette nel fare le cose routinarie che normalmente stressano, come si veste, l'attenzione a come si "tengono" i componenti della famiglia inducono facilmente dei comportamenti di emulazione

**Figura del papà:** è quella più in crisi in questi anni. Il padre è uno apre la strada, che ti insegna la via e ti insegna a camminare con le tue gambe anche mettendo dei paletti nella vita dei figli in modo che sappiano andare da soli e per questo deve essere ragionevolmente odiato dai figli in quanto deve spronarli ad abbandonare il loro guscio protettivo, perciò non potrà mai essere amico dei propri figli, che ti dà l'esempio con la sua vita di come si affrontano le avversità (quindi autorevole non autoritario).

**I genitori insieme devono dare l'esempio :** Non si può pretendere che vadano a messa o a catechismo se i genitori non fanno lo stesso, non capiscono che senso ha partecipare a questi riti se non colgono nei genitori una fede che incide nella loro vita. Non si può pretendere che i figli facciano il loro dovere a scuola se a casa hanno esempi di menefreghismo. Non si può pretendere che rispettino le regole se non le vedono rispettate.

Genitori concordi, ma certe volte la mamma deve lasciare la decisione ultima al padre.

### **Rapporto genitori e figli:**

- Dobbiamo sforzarci di guardare i nostri figli in maniera un po' distaccata aiutandoli a fare da soli: guardare un libro troppo da vicino non consente di capire il libro così nel poco tempo che sto a casa non devo essere ossessionato dal risolvere i problemi dei miei ragazzi, anche se sarebbe più facile e comodo
- Siamo portati a dare le soluzioni secondo il nostro punto di vista invece dobbiamo aiutarli a gestire la loro libertà, facendo emergere la ragione quale strumento della loro scelta, proponendogli anche dei criteri che noi riteniamo validi, ma senza scegliere per loro
- "Dio Padre tiene di più alla nostra libertà che alla nostra salvezza" Padre Camisasca.
- Dobbiamo imparare ad accettare e perdonare i loro errori cercando con la ragione di fare emergere sempre i perché di determinate scelte fatte, andare a fondo delle questioni fino a che la ragione diventi il metodo per gestire la libertà
- Da piccoli ci stressavano con i perché ora tocca a noi tormentarli con i perché
- Dobbiamo insegnare loro a giudicare le esperienze che fanno, perché solo il giudizio di quella determinata esperienza ti consente di crescere.
- Dobbiamo far capire loro il valore del tempo: il tempo è un dono prezioso e non va sprecato. Non sappiamo quanto ce ne è dato
- Dobbiamo arrabbiarci di fronte alla menzogna e al non uso della ragione
- Dobbiamo avere il coraggio di confrontarci sempre con degli amici sulle difficoltà educative