

Adolescenti e genitori

NADIA RAIMONDI

S.OMOBONO 2019

I cambiamenti dei ragazzi e delle ragazze

Sono da concepirsi come **RISORSE**, anche quelli più difficili da gestire come...

- la perdita di relazione corporea, che apre lo spazio per la comunicazione verbale
- il fermento intellettuale, che permette loro di accrescere nuove competenze cognitive
- il processo di individuazione, che li aiuta a definire la loro identità, l'immagine che hanno di sé, la stima di sé (nella discrepanza tra il sé ideale e il sé reale)
- la fatica di scegliere, che può essere un'occasione per imparare ad assumersi delle responsabilità

Nella famiglia sono coinvolti vissuti genitoriali e vissuti adolescenziali spesso contrastanti....

(tratto da Nardo E., Avete sempre ragione voi, ed. Erickson 2007)

Adolescente

Il suo corpo cambia e la sua mente compie astrazione di cui è orgoglioso

Prova un desiderio di autonomia e di ribellione

Si proietta verso il futuro

Vuole compiere scelte autonome

Attribuisce importanza al gruppo dei pari

Vuole dimostrare di voler meno bene ai genitori, ma ha ancora bisogno di coccole

E' preso dalla strutturazione del sé adulto

Impara facendo esperienza sulla propria pelle

Genitore

E' nel pieno del vigore fisico e intellettuale

Ritiene importante affermare la propria autorevolezza

Vive una fase di riflessione sulle mete raggiunte

Pensa a come garantire un futuro economico al figlio

Vive rapporti sociali legati al lavoro e a pochi amici scelti

Sente il bisogno di essere ancora importante per il figlio

Ridefinisce, attraverso la crisi, la propria identità matura

Vuole trasmettere le proprie esperienze

Fattori di protezione dei comportamenti a rischio degli adolescenti

Chi è importante per proteggere gli adolescenti?

GENITORI – SCUOLA - GRUPPO DEI PARI

Cosa è importante per proteggere gli adolescenti?

- ◆ Presenza dei genitori (SOSTEGNO E CONTROLLO)
- ◆ Buon livello di aspirazioni
- ◆ Buon livello di aspettative esistenziali
- ◆ Interesse e impegno nel sociale
- ◆ Interesse e impegno religioso e culturale
- ◆ Attività sportive, ludiche, ricreative per il tempo libero
- ◆ Presenza di rapporti familiari solidali, pur nelle diverse tipologie di famiglie
- ◆ Condivisione con gli adulti di soluzioni ai problemi
- ◆ Controllo dell'emotività espressa
- ◆ Accettazione dei LIMITI all'Autonomia
- ◆ Buon livello di applicazione scolastica

Prendersi “cura” della comunicazione

Alcune ***attenzioni nella comunicazione*** possono esserci molto utili:

Atteggiamenti che non facilitano l'espressione del nostro interlocutore

- Parlare di sé
- Esprimere valutazioni o giudizi morale
- Sminuire il problema
- Interpretare ciò che ascoltiamo
- Offrire supporto affettivo (consolare)
- Investigare, interrogare
- Offrire le nostre soluzioni del problema

Atteggiamenti che facilitano l'espressione e l'autonomia del nostro interlocutore

- Prepararsi e preparare la conversazione (pensando ai temi e alle strategie più appropriate)
- Stabilire un rapporto di fiducia (avere fiducia per trasmettere fiducia)
- Porre attenzione alla comunicazione non verbale
- Sapere tollerare il silenzio
- Dare feed-back
- Restituire, riformulare

Suggerimenti di lettura

Vegetti Finzi S., ***L'età incerta. I nuovi adolescenti***, Oscar Saggi Mondadori, Milano 2000

(Si tratta del testo di riferimento per comprendere i significati di ciò che accade durante l'adolescenza)

Pietropolli Charmet G. e Riva L., ***Adolescenti in crisi, genitori in difficoltà***, Franco Angeli, Milano 2001

(Testo di approfondimento per comprendere i bisogni degli adolescenti in crisi e le modalità genitoriali per sostenerli)

Pietropolli Charmet G., ***Fragile e spavaldo. Ritratto dell'adolescente di oggi***, Laterza, Bari 2010

(Si tratta di un testo che descrive gli adolescenti in una visione molto contemporanea)

Pietropolli Charmet G., ***Cosa farò da grande?***, Laterza, Bari 2012

(Si tratta di un testo che racconta il futuro dal punto di vista degli adolescenti e fa riflettere sull'importanza per gli adulti di assumersi il compito di restituire ai giovani dei futuri possibili)

Nardo E., ***Avete sempre ragione voi! Manuale di sopravvivenza per adulti e adolescenti***, Erickson Edizioni, 2007;

(Testo che offre spunti interessanti di riflessione per i genitori e alcuni suggerimenti per la pratica quotidiana della genitorialità)

Saso P. e S., ***Genitori e adolescenti. Istruzioni per l'uso tra regole e amore***, Fabbri Editori, Milano 2007

Saso P. e S., ***10 regali per un figlio adolescente***, Fabbri Editore, Milano 2005

(Sono due testi ricchi di suggerimenti pratici, alcuni dei quali potrebbero stimolare idee concrete su come gestire la relazione con i figli; sono sempre da declinare nella vostra esperienza quotidiana tenendo conto del vostro contesto familiare e di una più ampia consapevolezza dei significati dell'adolescenza)

F. Veglia, R. Pellegrini, ***C'era una volta la prima volta***, Erickson

(Testo dedicato ai genitori, in particolare all'educazione alla sessualità e all'affettività dei figli)

Suggerimenti di lettura

Pellai A., Boncinelli S., ***Just do it, I comportamenti a rischio in adolescenza. Manuale di prevenzione per scuola e famiglia***, Franco Angeli Editore, Milano 2002

(Anche questo testo affronta il tema dei comportamenti a rischio, presentando una serie di possibili attivazioni interessanti per insegnanti e genitori)

Bonino S., Cattelino E., Ciairano S., ***Adolescenti e rischio. Comportamenti funzioni e fattori di protezione***, Giunti Editore, Milano 2007

(E' un testo tecnico in cui sono descritti approfonditamente i comportamenti a rischio degli adolescenti e i fattori di protezione)

Ciacci S., Giannini S., ***Accompagnare gli adolescenti***, ed. Erickson, Trento 2007

(Testo dedicato a genitori, educatori, psicologi e consulenti di fronte alle difficoltà di accompagnare gli adolescenti nelle loro diverse transizioni)

Dell'Oro Francesco, ***Cercasi scuola disperatamente. Orientamento scolastico e dintorni***, ed. Apogeo, 2012

(Si tratta di un testo di Dell'Oro, responsabile del Servizio di Orientamento Scolastico del comune di Milano, dove l'autore si rivolge ai genitori, ai docenti, agli studenti, approfondendo i criteri essenziali da seguire per la scelta della scuola, affinché questa sia vissuta come una grande opportunità)

Dell'Oro Francesco, ***La scuola di Lucignolo***, Ed. Urra – Feltrinelli, Milano 2014

(Testo dedicato a studenti, genitori, insegnanti che racconta in modo inedito, attraverso storie di orientamento, le ragioni del disagio scolastico e indica come aiutare i ragazzi a superarlo, in particolare ripensando la scuola)

Suggerimenti di lettura

Batini Federico, ***Quando i figli scelgono il futuro. Piccolo vademecum a sostegno di adolescenti e giovani***, Pensa Multimedia, Lecce 2011
(Si tratta di un testo che intende aiutare i genitori degli adolescenti e preadolescenti, che si pongono di fronte a delle scelte, a riflettere sul proprio ruolo, fornendo alcune informazioni di base e piccoli consigli e indicazioni per supportare nei propri figli processi di scelta autonomi e responsabili).

Rampin Matteo, ***Come imparare a studiare. Compiti a casa e metodo di studio: vincere la sfida***, Salani ed., Milano 2013
(Testo rivolto principalmente ai ragazzi e alle ragazze, che fornisce strategie, tattiche e tecniche utili per imparare a studiare e a vivere meglio).

Moè A., Friso G., ***L'ora dei compiti. Come favorire atteggiamenti positivi, motivazione e autonomia nei propri figli***, ed. Erickson

Lancini M., ***Adolescenti navigati. Come sostenere la crescita dei nativi digitali***, ed. Erickson, 2015

Ozenda M., Bissolotti L., ***Sicuri in rete. Guida per genitori e insegnanti all'uso consapevole di Internet e dei social network***, ed. Hoepli, 2012

Facci M., Valorzi S., Berti m., ***Generazione Cloud. Essere genitori ai tempi di smartphone e tablet***, ed. Erickson, 2013
(Questi tre testi approfondiscono il tema delle nuove tecnologie: rischi, dipendenze, modalità educative per aiutare gli adolescenti all'uso consapevole dei nuovi media)

Suggerimenti di lettura

Lancini M., ***Abbiamo bisogno di genitori autorevoli***, ed. Mondadori, 2107

Mancinelli M.R. , ***Quale scuola superiore?***, ed. Alpha Test, 2015

Crosera S., Favaro A., ***E poi cosa faccio? Guida all'orientamento dopo la scuola media***, ed. Demetra , 2016

Goleman D., Senge P., ***A scuola di futuro. Per un'educazione realmente moderna***, ed. BUR, 2017

Winton A., ***Dislessia. Guida pratica per ragazzi***, ed. Red!, 2017

Abravanel ., D'agnese I., ***La ricreazione è finita. Scegliere cosa studiare e dove per crescere occupati e felici***, ed. BUR, 2017

Buona lettura!