

## IL DIFFICILE RAPPORTO TRA GENITORI E FIGLI ADOLESCENTI

### **Il già difficile ruolo di genitore, si complica ancora di più quando i figli sono adolescenti.**

Ragazzi che intraprendono il lungo viaggio verso la scoperta di sé stessi, verso l'individuazione della propria identità. Ragazzi e ragazze che appaiono insoddisfatti, curiosi, irriverenti, testardi insicuri, e diffidenti, con una gran voglia di spiccare il volo, ma timorosi di provare, magari di sbagliare o essere presi in giro. Ragazzi in conflitto con sé stessi e con gli altri, che hanno bisogno del sostegno, della presenza e della guida dell'adulto, un supporto che spesso rifiutano. I genitori ogni giorno si chiedono: "Cosa possiamo fare?" "Come mai nostro figlio si comporta così?" "Come possiamo aiutarlo?". E' in questo momento che ci si rende conto di quanto sia difficile gestire una forte conflittualità familiare soprattutto perché con l'adolescenza il rapporto genitori-figli può bloccarsi, senza che né l'uno né l'altro siano in grado di ristabilirlo. L'adolescenza è una fase evolutiva articolata e complessa caratterizzata da rapide modificazioni fisiche, sessuali, cognitive e sociali; è proprio durante l'adolescenza che si affronta il tema della **differenziazione** e della **definizione della propria identità**. A volte la scoperta della propria identità si realizza esplorando i limiti fisici e psichici e le proprie possibilità; capita così che spesso, per mettere alla prova se stessi, i giovani adottino comportamenti pericolosi. Tutto ciò avviene anche per il genitore che deve affrontare il cambiamento del rapporto con il figlio, deve adattare le sue modalità comunicative, trasformando il rapporto in adulto/adulto.

Come genitori occorre accompagnare, senza invadenza, il proprio figlio ad un'apertura verso il cambiamento per renderlo più

attento al suo contesto di vita e più consapevole di sé come soggetto dell'interazione, in modo tale da avere un atteggiamento piuttosto critico nei confronti della sua realtà. Tutti questi cambiamenti psicofisici possono compromettere gli equilibri familiari, disorientando i genitori, che con le loro paure, le loro ansie, la loro iperprotezione possono rendere, inconsapevolmente, anche il figlio più ubbidiente, insofferente e solitario. I comportamenti del figlio adolescente rappresentano un tentativo di soluzione degli stati di tensione generati dai processi maturativi psicofisiologici sui quali influiscono anche fattori di ordine socio-culturale. Purtroppo le soluzioni messe in atto dal sistema familiare non sempre sono riconosciute dai figli, con l'effetto di incrementare i conflitti e le tensioni. E' proprio in queste situazioni che, spesso si rivela determinate l'aiuto di un'esperto.

*Scrivete a [filodiretto@pocketsalute.it](mailto:filodiretto@pocketsalute.it) pubblicheremo le risposte su questa rubrica.*

***Gentile dottoressa, ogni giorno a scuola sento le mie amiche che dicono: quella scema di mia madre, non capisce niente, oppure altre frasi simili. Io adoro i miei genitori, a volte discutiamo perché non mi permettono di uscire la sera. Ma anche quando sono delusa non penso mai a loro in termini offensivi...***

Cara Lucy, quello che dici è molto bello, ti posso assicurare che anche le tue amiche, vogliono molto bene ai loro genitori. Spesso gli adolescenti usano termini "offensivi" senza dare loro il giusto significato. Certo non è bello né corretto. Perché, seppur certi termini facciano parte di un "luogo comune", ti assicuro che a un genitore dispiace sentirli.

### **Dott.ssa Carmela Di Blasio**

Psicologa presso Spazio Salute

Prenotazioni: 085 4460163

Via Cavour 4/2 San Giovanni Teatino (CH)



**Dott.ssa Carmela Di Blasio** Psicologa

Cell. 3347591833 [filodiretto@pocketsalute.it](mailto:filodiretto@pocketsalute.it) [www.carmeladiblasio.it](http://www.carmeladiblasio.it)