

IN FAMIGLIA
affetti e relazioni

LE DOMANDE DELLE MAMME

«Ha 15 anni, è diventata ingestibile e sembra non avere sentimenti»

Sono una mamma che non sa più cosa fare. Non sono originale, lo so, ma sono disperata. Mia figlia quindicenne è diventata ingestibile: cellulare fino a mezzanotte, auricolari tutto il giorno, chiusa in camera, chat non visibili da noi, parla solo di capelli, unghie e vestiti... ma la cosa che più mi preoccupa è che il dialogo è impossibile. Mi tratta come una serva. In casa non fa niente e niente di quello che dico/diciamo ha valore. Inoltre tratta il fratello come se fosse lei la mamma, ma con una cattiveria brutta. Ecco, la trovo quasi incapace di "sentire" noi come famiglia, di provare sentimenti per noi. Sbaglio? Non ho strumenti, lo ammetto. **ANGELINA**



rimane spesso colpito dalla totale mancanza di empatia di un figlio e da quel suo "non sentire" che lo rendono una specie di nemico che vaga per casa con un'attitudine di aperta ostilità verso tutti e tutto. Si comporta così perché davvero ha un deficit di competenze empatiche? Oppure perché è arrabbiato? O ancora perché risucchiato dentro la vita parallela offerta dal mondo online che allontana dal principio di realtà? Queste domande sono la ragione del tuo sentirti impotente e senza strumenti. Perché per capire qual è l'intervento che serve, occorre prima avere una visione completa e complessa della situazione. Quando avete perso contatto con vostra figlia? Come è la sua vita sociale? Quale impegno sta riservando alla scuola? Qual è il suo comportamento fuori casa? Come mai non siete in grado di darle indicazioni e regole

Durante lo tsunami dell'adolescenza, ciò che ferisce di più è la mancanza di empatia dei figli verso i genitori. Consultate uno specialista

chiare su come si sta in famiglia? Sono domande a cui non può risponderti questa rubrica ma per cui è necessario trovare la risposta con uno specialista che vi faccia da guida in questo tempo complesso della vostra storia familiare. Può essere utile anche comprendere il nostro sistema interno e come nasce il nostro modo, spesso disfunzionale, di gestire le relazioni in famiglia. Ti può essere di grande aiuto il manuale *Come allearsi con le parti cattive di sé* (Cortina) di R.C. Schwartz, che spiega come restare calmi e connessi con sé quando gli altri ci incendiano il cuore.



risponde
Alberto Pellai
medico,
psicoterapeuta,
4 figli

– **Cara Angelina,** capita spesso in questo tempo di accogliere richieste di aiuto da parte dei genitori che hanno vissuti identici ai tuoi. Lo tsunami della prima adolescenza dei figli entra in famiglia con un

effetto travolgente e distanziante. Il figlio si chiude in camera e in modo informale e non ufficiale "rompe il rapporto" con gli adulti di riferimento. Diciamo che questo fatto non è nuovo: la ribellione dei figli adolescenti verso i genitori è un tratto comune di questo tempo della crescita. Ma nelle tue parole c'è qualcosa di più: c'è il "sentire" di non essere "sentiti" dai propri figli non solo nella propria dimensione genitoriale, ma addirittura come "sistema famiglia". Il genitore

L'idea

Nell'illustrazione la famiglia... di *Famiglia Cristiana*: al centro nonno Gianni e nonna Lisa, con il gattino Moody; alla loro destra il figlio Luca con la moglie Silvia e i bimbi Giò e la piccola Ely. Alla loro sinistra, la figlia Patty, con il marito Alby e i loro ragazzi, Alice e Paolo.

