



applicazione della
consulenza familiare
nel colloquio
genitori/figli
in **adolescenza**

GIORNATE DI STUDIO

conferenza online
18 ottobre 2020

**La famiglia a
confronto
con il mondo
dell'adolescenza**

- 3** • coppia genitoriale
• ragazza/o
• nucleo familiare

CASI

Arianna Siccardi
Consulente Familiare

la famiglia oggi



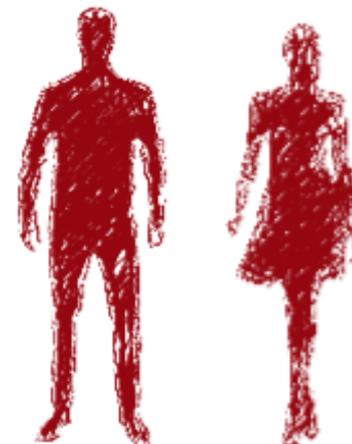
designed by  freepik.com



conferenza online
18 ottobre 2020
**la famiglia a
confronto
con il mondo
dell'adolescenza**

- **Giovanna e Luigi**

- 40 lei
- 45 lui.
- lavorano entrambi:
 - lei impiegata in una biblioteca,
 - lui ingegnere in una azienda informatica.
- Sposati da 18 anni,
- figlio **Tommaso** 16 anni - figlia **Lucrezia** 8.



la richiesta

Mi telefona la madre per essere aiutati nella relazione con il figlio, che già nella richiesta telefonica, definisce un ragazzo "problematico".

“come vi posso aiutare?”

essere aiutati a comunicare
di nuovo in modo
efficace e affettuoso
con il figlio.



*l'adolescente ha "fame" di esperienza,
è animato da una voracità psicologica
che lo spinge a vivere la sua realtà esistenziale con irruenza,
una realtà che vive con la percezione di non **esserne mai sazio**...*

Gustavo Pietropoli Charmet
Amici compagni complici...

● gli adolescenti hanno
fame di relazioni

il **gruppo dei pari** è:
specchio ●
sostegno ●

l'adolescente è forte ma non potente



tre paradossi dell'adolescenza

per gestire le
conseguenze emotive del
contatto, sono

- troppo "piccoli"
- ma abbastanza grandi

per farlo.

porte chiuse
ma *non mi lasciare*

la **rapidità** della
comunicazione on line,
sostiene gli agiti degli
adolescenti in una
situazione di
**difficoltà a
riflettere.**

maturità
capacità

paradosso
comunicativo
con i genitori

difficoltà a
riflettere
immediatezza



trasformazione

fisica

- **cambiamenti marcati** che si realizzano gradualmente
- coinvolgono la **sfera della sessuale**
- **il corpo si trasforma:** odore diverso, brufoli, peluria\barba
- entrano in circolo gli **ormoni:** estrogeni, progesterone e testosterone, che influiscono fortemente sull'**umore**

cognitiva

- si chiudono **connessioni neuronali** importanti e se ne aprono e rinforzano delle altre.
- si acquisiscono **nuove capacità:**
 - potere **decisionale**,
 - capacità di **pianificare**,
 - motivazione all'**agire**,
 - nuovi **valori**
 - nuove capacità di **relazionarsi**.

emotiva relazionale

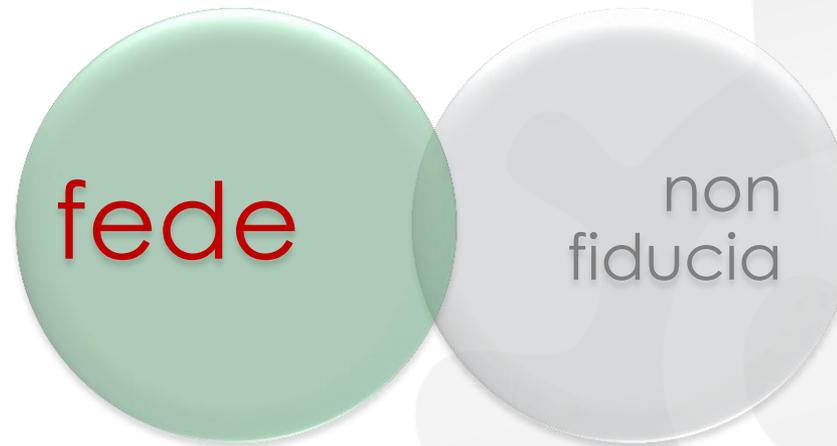
- **instabilità** emotiva
- **indecisione**
- **egocentrismo**
- esigenza di **autonomia** ma anche di dipendenza
- **impulsività** e **reattività**
- **chiusura** al **mondo adulto**
- l'importanza del **gruppo dei pari** a discapito della famiglia



il figlio, un ospite straniero



con gli **adolescenti**
è importante **avere**



perchè

il loro **compito evolutivo** è
trasgredire



quattro stili educativi:



il modello di coppia genitoriale e lo stile educativo appreso
influenzano le nostre azioni





la **consapevolezza**

ci aiuta a modificare i **modelli interiorizzati**
se non li riteniamo funzionali

e

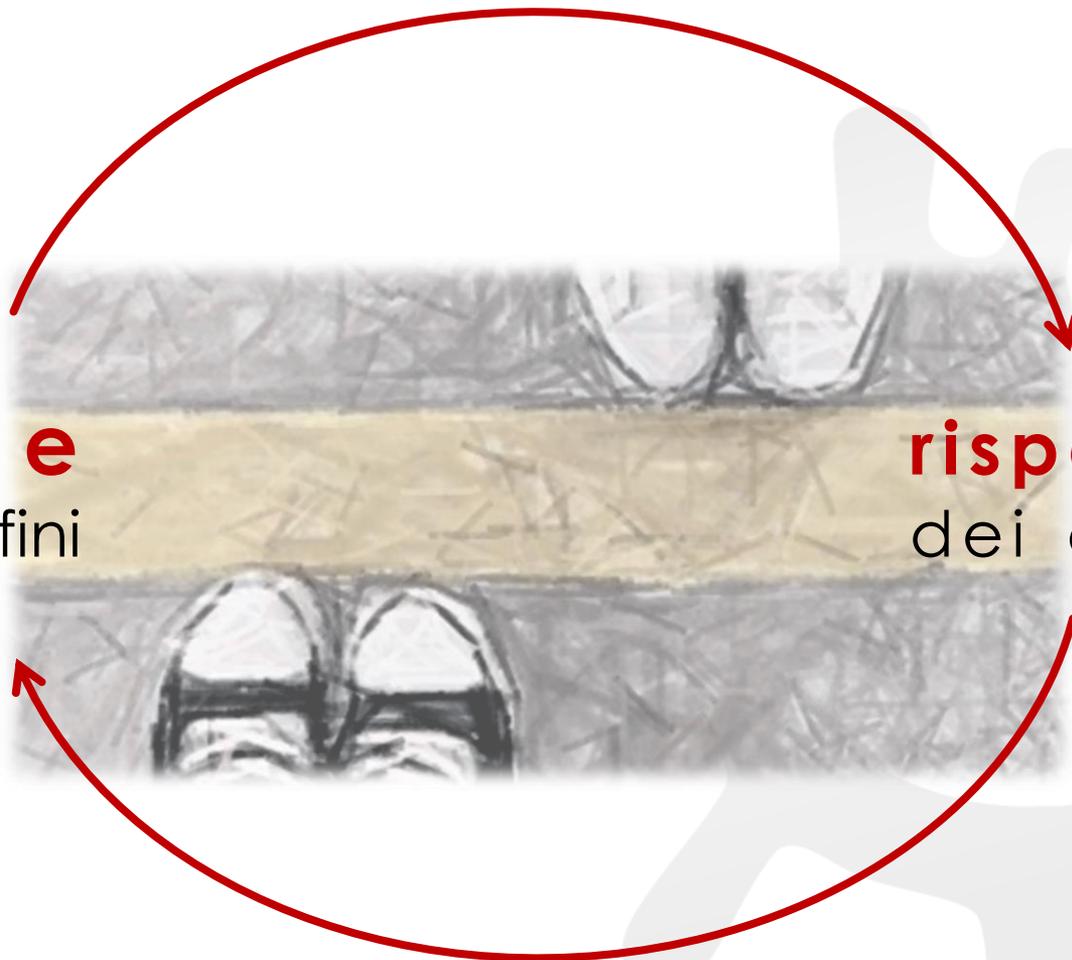
ci aiuta
a **essere più liberi**



tenendo conto
dei confini

porre
dei confini

rispettare
dei confini



abbiamo bisogno
della **chiave giusta**
non della spada
per entrare



una doppia sfida



la sfida per **i ragazzi**
è **trasformarsi**
e trovare
la **propria identità**



la sfida per **i genitori**
è **stargli vicino**
e **sapersi**
trasformare anche loro

*il nostro obiettivo non è essere genitori perfetti
ma essere capaci di facilitarli
nell' esprimere in pieno la loro unicità*



metodologia e strumenti

CASO

01



- ascoltare,
- riformulare,
- valorizzare le risorse e informare
- proporre esercizi

la consulenza ai genitori può essere semidirettiva



esercizio... per riflettere un po'



di getto, senza pensare troppo alle risposte scrivete completando le frasi:

una buona madre è...
un buon padre è...

-
- ▶ Ciò che avete scritto **corrisponde** in parte ai vostri abituali comportamenti ?
 - ▶ *Se sì quali?*
 - ▶ *Cosa ha funzionato e cosa meno?*
 - ▶ Ora **scegliete un elemento** che volete sviluppare maggiormente e che **vi piacerebbe potenziare nel rapporto con i vostri figli.**



le parole degli adulti con l'adolescente



1. ti è capitato di usare una di queste frasi?

“Non fai *mai* quello che ti chiedo, cosa ti costa?”

2.



“Non ti *permetto* di rispondermi così!”

“Ma possibile che *non riesci* a capire?”

“Ma per caso mi stai *sfidando*?”

3.



“Mica *solo tu* stai in difficoltà!”

“Non mi dici *mai* come ti senti...”



- **Martina** 15 anni
- frequenta il primo anno di un Liceo Classico.
- è accompagnata da **entrambe i genitori** che mi lasciano un consenso firmato alla Consulenza.
- Il primo contatto l'ho avuto con la md che aveva saputo di me da un'amica che ho avuto come cliente.



la richiesta

M. è in grande confusione vive un senso di inadeguatezza. Non riesce a inserirsi nel liceo che frequenta. Si sente incompresa dai genitori ed è spaventata dalle sue stesse emozioni prevalentemente di rabbia. Dice chiaramente di avere paura di "deluderli".



autenticità e coerenza dell'adulto

*non farò mai
qualcosa
alle spalle di M.*

non è etico e **non è sano.**

rimanda a relazioni disfunzionali e
vanifica il rapporto.



paura di deludere

la **paura di deludere**
è il punto nodale della relazione oggi tra i genitori e i figli:

le generazioni precedenti si scontravano
sul **senso di colpa**
oggi sulla **vergogna**.





l'ascolto attento del vissuto
del nostro cliente e una
riformulazione empatica

*non piaci proprio
a nessuno-nessuno?*

possono essere la chiave di comunicazione.



stress della crescita

è piuttosto **stressante** crescere
ed **essere adolescenti**.

quindi

proporre di attraversare l'esperienza
di una **relazione diversa**,
in un **setting accettante**
ha fatto la differenza



“come ti posso aiutare?”

La sua richiesta iniziale è:
a sentirmi più sicura di me.





SOSIA

aiutarla a individuare il motivo,
relativo a un **sentire** e a un **pensare**
per cui si comporta in un modo piuttosto che in un altro
ad **accettare le proprie difficoltà** e imperfezioni,
la possibilità di vedere la **pluralità di scelte possibili**,
per **uscire dall'angolo** in cui si trovava.



3 cose positive

restituire un'altra immagine di sé al ragazzo/a,
sottolineandone le risorse
per aumentare l'autostima.
valorizzare le sue caratteristiche
e le sue competenze per attivarne le risorse.



la metafora di Berne

«ciascun individuo nasce **principe** o **principessa** ed esperienze negative precoci convincono alcune persone ad essere **ranocchi**, da ciò deriva lo sviluppo della patologia».



obiettivi educativi

- **tendere al miglioramento**
ad un progresso che equivale ad un esprimersi al meglio come ranocchi;
- **prendersi cura**
aiutare a togliere la pelle del ranocchio e riprendere nuovamente lo sviluppo interrotto del principe o della principessa.

metodologia e strumenti



- ascolto empatico,
- autenticità,
- riformulazione,
- contratto,
- fornire strumenti,
- restituzione di un'immagine diversa di sé e della realtà,
- SOSIA
- simulate.



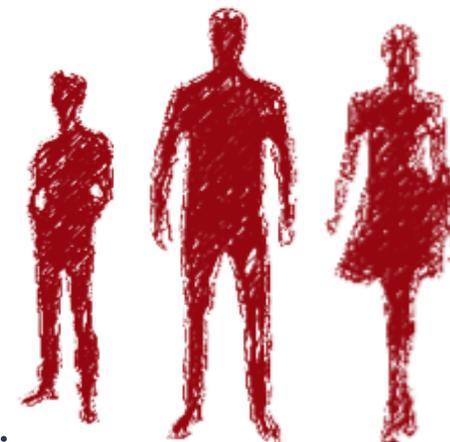
la consulenza alla famiglia

La consulenza al ragazzo/a o ai genitori,
può evolvere in una
consulenza all'intero nucleo.

può essere utile coinvolgere **un altro Consulente**



- **Andrea** di 17 anni
- **Giuliana** 47 anni - la madre
- **Maurizio** 50 anni - il padre
- Sposati da 25 anni.
- Lei attualmente non lavora (ha perso un impiego tre anni fa),
- Lui ha una piccola impresa di spedizioni.



mi chiama la madre e mi chiede se posso vedere insieme a lei il marito e il figlio Andrea.

la richiesta

Aiutare a risolvere la situazione conflittuale familiare.



“come vi posso aiutare?”

Comunicare meglio per risolvere la situazione conflittuale familiare.



il lavoro del Consulente

il nostro compito
è **accogliere i vissuti** e lavorare con la
riformulazione, più avanti nelle sedute, con la
confrontazione per **fornire chiavi di lettura** di
comprensione di sé e dell'altro.

il lavoro sarà mirato ad
arrivare al **nucleo affettivo** che lega i membri della
famiglia e **abbassare la rabbia** reciproca
provocata dalle diverse aspettative e
dall'interpretazione dei comportamenti.



centrare il **lavoro sulla persona**

riformulare e proporre ai vari membri:

"ha sentito **cosa prova**/pensa/dice suo figlio/madre/padre?"

"e **lei cosa prova**?"

"**Cosa provi** quando tua madre dice che... e lo dice commossa?"

"**Cosa pensi** ...?"

"**Cosa ti preoccupa** ?"



autoconsapevolezza



proporre di immaginare nella forma che preferiscono,
dei nuovi e più funzionali spazi
da stabilire tra i componenti della famiglia
con creatività e tenendo conto
delle esigenze di sé e degli altri.

*che spazio reale e di relazione
voglio sia il mio?*



Esercizio per prendere e lasciare spazio



- Quale è l'**esigenza a cui non vuoi rinunciare** e che ti sembra non abbia sufficiente spazio nella tua famiglia?
- Cosa pensi direbbero i tuoi familiari di fronte a **questo tuo bisogno**?
- Immagina in che **modo puoi proporlo** (quando, con quali parole, a uno solo o a tutti ecc...).

In seduta proporre l'ascolto dei dubbi e delle richieste dei vari componenti e confrontarle .

Chiedere a ognuno se c'è qualcosa che può cambiare per fare spazio all'esigenza di....?

Si può dare più tempo di riflessione e continuare la prossima volta.

metodologia e strumenti

caso

03



- accoglienza,
- ascolto incondizionato,
- riformulazione,
- scambio di ruoli,
- sosia,
- esercizio spazi reali e di relazione.



compito del
Consulente Familiare®



...è individuare e **restituire** al Cliente
le **risorse** che ha dentro di sé
e che emergono da un **ascolto attento**
e da una **buona riformulazione**
possono diventare **strumenti**
attraverso la **qualità di presenza**



piccola bibliografia

- **Adole-scienza**, Pietropolli Charmet G., Cirillo L. - San Paolo, 2010
- **La famiglia adolescente**, Ammaniti M. - Laterza, 2015
- **Questa casa non è un albergo**, Pellai A.– Feltrinelli, 2015
- **I ragazzi imparano quello che vivono**, Law Nolte D., Harris R. - Fabbri, 2006
- **In te mi specchio**, G.Rizzolatti – ed.Rizzoli 2016
- **Sempre connessi**, Calabretta M. – ed. Franco Angeli 2013
- **Amici, compagni, complici**, Pietropolli Charmet G.– ed. Franco Angeli, 1997
- **Lettera agli adolescenti nei giorni del coronavirus**, Lancini M.
<https://matteolancini.it/2020/03/30/lettera-agli-adolescenti-nei-giorni-del-coronavirus/>
- **E se il Coronavirus per gli adolescenti fosse anche un allenamento alla vita?**, Pellai A.
<http://www.vita.it/it/article/2020/04/01/e-se-il-coronavirus-per-gli-adolescenti-fosse-anche-un-allenamento-all/154802/>
- **L'età dello tsunami**, Alberto Pellai 2017 De Agostini
- **Gli errori da non ripetere**, Daniel Siegel- 2016 Raffaello Cortina.

Clip & Film

- Film **Gli sdraiati**- regia di Francesca Archibugi - 2017
- Film **Tutto quello che vuoi** - regia di Francesco Bruni – 2017
- Film **Genitori & figli: agitare bene prima dell'uso**, regia G. Veronesi, 201
https://www.youtube.com/watch?v=Tq-_tGFh5ak
- **"A Pasquetta esco con gli amici"** - scherzo ai genitori
https://www.youtube.com/watch?v=Tq-_tGFh5ak
-

grazie

Arianna Siccardi
Consulente Familiare

