

## Se il dialogo manca, scrivete ai vostri figli

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica H. San Raffaele Resnati, Milano

“Ho due figlie, di 17 e 15 anni. Con la secondogenita, nessun problema. Ci parliamo bene e a fondo di tutto, ha un bel carattere, è sorridente, gentile, va benissimo a scuola, mi aiuta spontaneamente. Un disastro con la primogenita: mutismo, aggressività, menefreghismo, peggiorati da quando ha il ragazzo. Penso abbia rapporti, vorrei che prendesse la pillola o che facesse una contraccezione sicura, anche per non rovinarsi la vita da sola. Come parlarle? Cosa mi consiglia?”.

Raffaella C. (Mestre)

Gentile signora, la questione è delicata, per molti aspetti. Questa netta divisione di ruoli tra le sue figlie, l'una la bimba con le tre "B" (bella, buona e brava), l'altra la pecora nera, può esasperare la gelosia della primogenita, la sua rabbia e la sua tendenza a vedere tutto in bianco e nero, tipica degli adolescenti. Il vedere la naturale sintonia tra lei e la piccola, forse anche per carattere, per somiglianza fisica e/o emotiva, può farla sentire esclusa da quell'area di luminosa felicità e esasperarne le asprezze di carattere e comportamento.

Ma il papà dov'è? Come si muove in questo scenario familiare? Tende anche lui a prediligere la piccola? Succede spesso che una ragazza con difficoltà in famiglia si attacchi ancora di più al ragazzo, che vede come la sua fonte di gioia, e proietti tutti i sentimenti negativi contro la famiglia, esasperandoli più o meno inconsciamente.

Discutere non serve, perché in poco tempo si arriva al conflitto, all'aggressività verbale, alla mancanza di rispetto se non peggio. In momenti come questi è meglio riscoprire l'efficacia di una lettera. Non una lettera di rimproveri o recriminazioni, per carità. No, intendo una lettera molto affettuosa, scritta con sentimento, dove dice a sua figlia quanto le voglia bene, quanto le stia a cuore la sua felicità, e quanto vorrebbe riuscire a abbracciarla con tenerezza e amore come quando era piccola. Metta la lettera sul cuscino, la sera. Non si faccia scoraggiare dal silenzio di risposta. In genere bisogna essere pazienti e fidarsi di questi messaggi positivi, costruttivi, per ricreare un ponte di comunicazione affettiva, di ascolto, di riflessione. Solo dopo parlerei di contraccezione. L'atteggiamento in casa segua la stessa linea, evitando di esasperare la polarizzazione di comportamento con la piccola. A volte queste lettere d'amore inattese e commoventi possono sciogliere muri invisibili. Glielo auguro di cuore.

---

Prevenire e curare – Figli difficili: aiutarli attraverso i genitori

- Quando mamma o genitori sono in difficoltà sul fronte educativo, l'aiuto psicoterapeutico può essere prezioso per loro
- Si possono aiutare i figli mettendosi in discussione, modificando le modalità di comunicazione, cambiando gli scenari familiari, tanto meglio se l'impegno è condiviso fra marito e moglie
- Le lettere positive, costruttive e affettuose (non prediche scritte!) restano nel cuore e nell'anima,

anche a distanza di anni: perché non provarci? Ricordando che ogni seme ha bisogno di terra ben curata e del tempo necessario per germogliare

---

---