



COME DON BOSCO - L'educatore

di Bruno Ferrero

ADOLESCENTI, MA SENZA ACULEI

Marianna, 15 anni: «Il mio papà non mi abbraccia più come una volta. Non so se lui pensi che io adesso non ne abbia più bisogno. Però i suoi abbracci mi mancano». E Jessica, 17 anni: «So che a volte è difficile vivere con me. I miei genitori devono adattarsi ai miei vari stati d'animo... ma quando mi abbracciano o mi mettono anche solo una mano su un braccio, mi sembra che tutto vada bene».

Il contatto fisico con le persone che amiamo ha un innegabile potere emozionale. E' questo il motivo per cui i genitori sono incoraggiati a coccolare i bambini, baciarli e accarezzarli. Il contatto fisico è un modo per comunicare a livello emozionale anche all'altro capo della vita. Nessuno ha difficoltà ad abbracciare teneramente i nonni. Chi non ha visto anziani in carrozzella tendere una mano che desidera essere toccata? E naturalmente, i coniugi si abbracciano e si baciano. Che dire degli adolescenti? Sono diversi? Il contatto fisico è un modo per comunicare con loro a livello emozionale? Dipende da *quando*, *dove* e *come* si tocca l'adolescente. Per esempio, un abbraccio in presenza di coetanei può provocare imbarazzo e indurre l'adolescente a respingere il genitore. Invece, massaggiargli i muscoli delle spalle, quando torna a casa dopo una partita, può comunicare profondo amore a livello emozionale. Cercare di toccare un adolescente mentre è in un momento di "umore antisociale", lo infastidisce. Il contatto fisico dopo una giornata deludente a scuola sarà accolto come una manifestazione d'amore. E' importante ricordare che anche l'adolescente ha disperatamente bisogno di *sentire* l'amore dei genitori.

Il linguaggio del contatto fisico, parlato al momento giusto e nella sede adatta, arriva in profondità. Il contatto fisico dice: «Ti riconosco come persona importante. Mi stai a cuore. Ti voglio bene». Tutti gli adolescenti hanno bisogno di sentire il linguaggio del contatto fisico. Se non lo sentono dai genitori, lo cercheranno altrove. I papà dei nostri tempi tendono a evitare il contatto fisico con le figlie adolescenti. E' importante invece che essi continuino a parlare il linguaggio d'amore del contatto fisico alle figlie che entrano nell'età dell'adolescenza. Le adolescenti ne hanno bisogno mentre sviluppano la loro indipendenza e l'identità individuale di donne.

I genitori degli adolescenti devono imparare l'arte dei momenti adatti. Quest'arte è difficile per due motivi. In primo luogo, il momento adatto è ampiamente determinato dallo stato d'animo dell'adolescente. In secondo luogo, lo stato d'animo del teen-ager non è sempre evidente. I genitori saggi cercano di capire i loro figli. Una madre disse: «Riesco a stabilire se mio figlio desidera essere toccato dal modo in cui chiude la porta quando entra in casa. Se sbatte la porta, è come se dicesse: "Non toccatemi"». Un'altra madre affermò: «Riesco a stabilire se mia figlia desidera essere toccata dalla distanza che mantiene da me quando mi parla. Se rimane dall'altra parte della stanza, capisco che non desidera essere toccata. Se invece si sistema accanto a me...». Gli adolescenti manifestano il loro stato d'animo con il linguaggio del corpo: con la distanza che mantengono dai genitori o se tengono le braccia conserte, ad esempio. Non è necessario comprendere il motivo per cui un adolescente in un dato momento non desidera essere toccato. E' importante individuare quei momenti e rispettarli.

E' quasi sempre inopportuno cercare di toccare un adolescente quando è irritato. Per un adolescente agitato, il contatto fisico sembra un tentativo di controllo. Limita il bisogno di indipendenza dell'adolescente. Le occasioni migliori sono quelle apparentemente opposte. Una vittoria sportiva, un successo in una recita, un saggio di danza compiuto molto bene, un lavoro ben fatto per la scuola, ecc. sono le circostanze in cui normalmente gli adolescenti sono disponibili a ricevere un affettuoso contatto fisico da parte dei genitori. La soddisfazione dell'opera compiuta ha infuso loro fiducia, guidandoli lungo la strada dell'indipendenza e dell'identità individuale. Ma anche i momenti in cui l'adolescente vive l'insuccesso perché un'interrogazione è andata male, ha litigato con la migliore amica o gli hanno rubato il motorino, costituiscono occasioni per esprimere il linguaggio d'amore del contatto fisico. I genitori possono servirsi del contatto fisico per correggere dolcemente quando il comportamento dei figli non è gradevole.

Una buona norma consiste nel non toccare mai un adolescente in presenza dei suoi amici a meno che sia lui a cercare un contatto fisico. Gli adolescenti sono individui. Non tutti amano lo stesso tipo di contatto fisico. Alcuni gradiscono i massaggi sulla schiena e altri no. Ad alcuni piace lasciarsi scompigliare i capelli, ad altri no. Non dobbiamo imporre agli adolescenti il nostro linguaggio; dobbiamo imparare il linguaggio dell'adolescente. Quando proponete a vostro figlio adolescente lo stesso contatto che gli riservavate quando era bambino, potreste stimolare un senso di dipendenza e di insicurezza, l'esatto contrario di ciò che l'adolescente vuole provare.

COME DON BOSCO - il genitore

di Marianna Pacucci

PERCHÉ STRUGGERSI DI NOSTALGIA?

Finito il tempo delle coccole, forse conviene farci qualche domanda. E' solo questione di discrezione e opportunità oppure denota un cambio radicale di mentalità e abitudini? Che pensare di questo registro della comunicazione?

Quando i figli crescono, è facile che il ricordo del passato ci assalga con un carico quasi insopportabile di nostalgia. Che belli i tempi delle coccole e dei giochi insieme, quando le giornate trascorrevano in un continuo contatto e nella condivisione di ogni esperienza! Subito, però, ci ricordiamo che quelle situazioni talora producevano in noi una certa insofferenza: questi figli sempre appiccicati addosso ci impedivano una fetta di libertà e la tutela della nostra privacy. Quel che rimpiangiamo oggi, forse ci è pesato, quando invece potevamo goderne pienamente.

Se questo è vero, allora dobbiamo mettere in conto che forse la ritrosia dei nostri figli, una volta adolescenti, ce la siamo cercata; chi lo dice che disdegnano la nostra ricerca di comunicazione corporea? Non può essere che a poco a poco li abbiamo allontanati da noi, suggerendo discretamente che diventare grandi comporta la rinuncia a una vicinanza fisica, avvertita come minaccia di invasione della nostra intimità? Credo che le cose stiano proprio così: in fondo i giovanissimi percorrono la strada che abbiamo loro indicato, anche quando pensano di comportarsi in modo autonomo rispetto al nostro stile educativo. D'altronde, non si pongono il problema di rinunciare alle effusioni d'affetto, se si continua a offrirgliene una buona razione. Certo, il bisogno di contatto fisico viene nel tempo a essere dimensionato in modo diverso che nell'infanzia; ma non viene mai annullato del tutto, se in casa normalmente si mantiene l'abitudine di esprimersi anche attraverso la corporeità.

Magari, non viene più ricercata la pubblicizzazione di certi gesti; soprattutto in presenza dei loro amici, i ragazzi preferiscono la riservatezza. E del resto, anche quando erano piccoli mi sembrava giusto riservare carezze, abbracci e baci all'intimità familiare: non a caso il teatro principale di queste esperienze era il lettone matrimoniale, quando si poteva perdere un po' di tempo tutti insieme fuori dagli schemi della giornata. Ora, più che mai, conviene agire in modo discreto: a mano a mano che i figli costruiscono la loro immagine sociale, comprendo come sia importante dimostrare a sé e agli altri che il cordone ombelicale è stato reciso a dovere. Non mi sembra però che qualche momento di contatto fisico li metta in particolare imbarazzo, se viene offerto in sintonia con le loro esigenze: ad esempio, affidandomi più all'aspetto goliardico, quando devo esprimere la mia tenerezza per Claudio; scegliendo una certa complicità femminile, quando devo intercettare le aspettative di Alessandra.

Peraltro, ritengo sia fondamentale che continuino a utilizzare questo registro nella comunicazione affettiva: ho sempre cercato di insegnare loro che ogni persona "è" un corpo, e non si limita soltanto ad "avere" un corpo. Unitamente a questo principio, mi sono preoccupata che potessero sentirsi sempre liberi di manifestare bisogni e disponibilità con naturalezza, senza forzature. Per questa ragione, abbiamo sempre accettato con serenità, in casa, una differenza di comportamento fra me e mio marito: più riservato lui, più estroversa io, comunque impegnati a esprimere il nostro voler bene in modo coerente con la nostra sensibilità. E i ragazzi hanno ricevuto le nostre manifestazioni senza porsi distinzioni rigide o problematiche: sapevano bene che una carezza del papà, proprio perché nasceva da una grande riservatezza di carattere, valeva quanto e forse più dei miei sbacucchiamenti ricorrenti. Peraltro, anche loro sono differenti: Claudio è tuttora abituato a rincorrermi per casa, sollevarmi di peso e stritolarmi con la sua mole abbondante; Alessandra invece saltella come un passero e le basta rifugiarsi in un palmo della mano, tanto è minuta nelle sue proporzioni.

Che dire? Stiamo bene così: non è che non ci rendiamo conto di alcune discontinuità che si manifestano nella crescita; però abbiamo l'impressione che esse si realizzino all'interno di una sostanziale continuità: la capacità, cioè, di tenere in sapiente equilibrio la fedeltà a se stessi e la voglia di entrare in relazione profonda con gli altri. Ci sono sempre, poi, i momenti di recupero: da tanto tempo non mi infilavo più la sera nei letti dei figli, limitandomi a un bacio di buonanotte un po' più frettoloso; quando recentemente è morto il nonno, ci siamo ritrovati spontaneamente nelle abitudini del passato, esprimendo con lo stare vicini abbracciati il bisogno di solidarietà che nasce dall'esperienza della morte di una persona cara. L'essenziale è riconoscersi in un dialogo multiforme, ma dotato di una comune attenzione e disponibilità.