

Cognola (TN), 12 febbraio 2005

*Percorso formativo JUST FAMILY*

## **Educare i figli ai sentimenti e alla affettività**

**In dialogo con il dott. Marco Cunico**

La domanda più frequente che, da sempre, mi viene rivolta negli incontri fatti presso scuole e parrocchie dai genitori è la seguente *"Ma qual è il modo più giusto, più corretto per affrontare l'argomento della sessualità con i figli?"*.

E' chiaro che non è possibile esaurire con una breve risposta una domanda così complessa, poiché si devono tenere presenti vari fattori quali l'età del figlio, il tipo di rapporto familiare, le regole educative, l'ambiente sociale...

Spesso, poi, alla prima domanda se ne aggancia un'altra che in genere suscita accese discussioni: *"Poiché non tutti i genitori sono preparati o si sentono in grado di parlare con i figli dell'argomento, non è meglio che siano gli insegnanti a scuola o altri 'esperti' ad affrontare la tematica?"*.

La risposta che mi sento di dare è che se da una parte è giusto che i figli ricevano dei messaggi corretti e approfonditi, dall'altra è altrettanto importante che i figli sentano i genitori attenti e partecipi rispetto alle loro richieste ed esigenze. Non ritengo quindi che la scuola e la famiglia siano possibili antagoniste, né penso sia giusto accettare meccanismi di delega di una parte o dell'altra, ma, al contrario, credo che in una società della comunicazione, così complessa e contraddittoria come l'attuale, solo attraverso la collaborazione è possibile far arrivare ai ragazzi messaggi educativi coerenti e significativi. E' perciò molto importante capire come, soprattutto in famiglia, sulla sessualità non è il caso di fare delle lezioni o, al contrario, di evitare o di rimandare i discorsi o di pretendere infine di esaurire l'argomento tutto in una volta.

Tutto questo perché l'obiettivo fondamentale dell'educazione alla sessualità, dal mio punto di vista, *non è nel campo del sapere, ma in quello del saper essere uomo o donna*, cioè nell'accettazione positiva della propria identità sessuata.

Premesso tutto ciò, credo sia importante fornire dei criteri che aiutino i genitori ad orientarsi nella costruzione del loro linguaggio educativo.

### **Gestire insieme**

Il primo e più importante criterio è senza dubbio quello della condivisione della responsabilità educativa su tale argomento (se guardiamo bene, in realtà dovrebbe esercitarsi su ogni argomento).

La compartecipazione è, infatti, l'elemento che permette ad una coppia di inviare indicazioni univoche e coerenti al figlio senza creare quindi confusione e instabilità. Questo non vuol dire che ad ogni quesito del figlio entrambi i genitori devono essere contemporaneamente presenti e parlarne, ma che tutti e due devono essere disponibili ad affrontare l'argomento. Può, infatti, capitare che, per un certo periodo, il figlio

preferisca porre domande alla madre e magari, anni dopo, decida di porle al padre, poiché non è mai casuale la scelta dell'interlocutore, appare evidente che una frase del tipo "per queste cose è meglio se vai da tua madre (o viceversa)" è una risposta che blocca la comunicazione e che rimanda al figlio un messaggio di delega.

### **Dire la verità**

Altro criterio fondamentale è quello della verità; è importante cioè non evitare il problema, ma dire esattamente al figlio le cose come stanno, poiché lui ci ha chiesto questo e non di fare lunghi giri di parole o di ricevere risposte vaghe e generiche del tipo "questo te lo spiegherò quando sarai più grande".

### **Rispettare la gradualità della crescita**

Certo, come criterio, quello della verità non ha nessun senso se non è accompagnato da quello della gradualità. Non ha, infatti, molto valore presentare ai figli una verità incomprensibile (per esempio usando termini tecnici di fronte alle prime curiosità di un bambino di tre anni sulla nascita del fratellino). La verità evidentemente dovrà essere fornita gradualmente, con un linguaggio ogni volta diverso a seconda dell'età del figlio e quindi della sua capacità e comprensione.

### **Saper dare continuità**

Il criterio della continuità ci può far facilmente capire come sia importante, proprio alla luce della necessità di una gradualità educativa, non tentare di esaurire l'argomento in un'unica occasione o in una determinata età dello sviluppo. Infatti, contenuti, modi e linguaggi cambieranno necessariamente con il trascorrere del tempo e con la maturazione personale del ragazzo o della ragazza.

### **Cogliere le occasioni più adatte**

Se da una parte sarebbe sbagliato programmare a tavolino gli argomenti con i figli, dall'altra è importante saper cogliere le occasioni più opportune, quelle in cui in modo evidente il figlio esprime segni di maggior curiosità e disponibilità. Non ha, infatti, nessun senso decidere da parte dei genitori il come o il quando, se in realtà il figlio non si dimostra interessato all'approfondimento.

### **Sapersi fermare**

Rispettare i tempi del figlio significa avere il coraggio di fermarsi, di non andare avanti con il discorso, di non dire cioè niente di più di quello che il figlio ha chiesto. Tale atteggiamento è molto importante perché permette al bambino di riflettere, di assimilare e quindi di riprendere il tema a distanza di tempo una volta interiorizzato; al figlio adolescente permette di essere rispettato e non giudicato.

### **Usare un linguaggio semplice**

La semplicità di linguaggio, l'uso di esempi o di metafore dovrebbe essere una costante all'interno della comunicazione educativa. Ancor di più essa dovrebbe rivelarsi la chiave preferenziale nel dialogo rispetto alla sessualità: i figli non si aspettano che i propri genitori parlino come i ginecologi o psicologi; o che peggio ancora, parlando dell'argomento modifichino il loro linguaggio abituale.

### **Utilizzare le domande dei figli**

Questo criterio si collega a quanto già detto in altri punti del mio discorso: poiché non è possibile decidere a priori cosa è giusto che un figlio esattamente sappia in un determinato momento dello sviluppo, dovrebbero essere proprio le domande stesse dei nostri figli i punti di partenza su cui costruire un dialogo, anche perché in realtà ogni bambino avrà sull'argomento curiosità diverse e soprattutto tempi diversi di assimilazione.

### **Problematizzare gli argomenti**

A volte può essere molto utile non dare subito una risposta completa, ma, al contrario, rispondere con un'altra domanda che costringe il figlio a trovare con un suo ragionamento una prima risposta. Certamente questo criterio non è di semplice applicazione, perché presuppone la capacità di formulare una domanda molto semplice, senza creare quindi vissuti di fallimento e frustrazione.

Se si riesce ad applicare tale criterio, esso si rivela efficacissimo sia dal punto di vista dell'apprendimento che sotto il profilo dell'autostima, poiché si favorisce la componente di elaborazione personale e di costruzione di un proprio punto di vista.

### **Saper prevenire**

Tale criterio è solo in apparente contraddizione con ciò che ho detto finora. Esso dovrebbe trovare applicazione solo in determinate circostanze o periodi evolutivi. Se, infatti, è assai raro che i bambini non facciano domande sull'argomento della sessualità, è anche vero che molto spesso in adolescenza i figli non pongano più quesiti. Ciò non va immediatamente interpretato come un problema, perché al contrario, è normale che nel periodo adolescenziale molti ragazzi privilegino il dialogo con i coetanei piuttosto di quello con i genitori.

Tornando al punto della prevenzione, credo sia importante, nel corso dei frequenti silenzi, che alcuni argomenti, come per esempio quello delle mestruazioni nella ragazze,

siano comunque, almeno in parte, anticipati proprio per le profonde ripercussioni emotive con cui in genere tali scoperte vengono vissute.

### **Riconoscere i propri limiti**

Può sembrare strano, ma avere il coraggio di rispondere alle domande di un figlio dicendo: "Mi dispiace, ma sinceramente questo non lo so", avere cioè la forza di riconoscere apertamente i propri limiti è un criterio importantissimo. Alcuni genitori pensano che dare una risposta del genere voglia dire perdere la stima del figlio e piuttosto si arrampicano sugli specchi pur di inventarsi una risposta plausibile o fanno finta di avere altre cose più importanti da fare. In realtà, ciò che si perde è la onnipotenza che i bambini hanno dei propri genitori, idea che comunque in adolescenza andrebbe infranta; ma ciò che si conserva è la fiducia, che è l'elemento più importante di un rapporto, perché davanti a tale risposta il genitore è stato comunque sincero, accettando di mostrare apertamente i propri limiti.

### **Fare lo sforzo di documentarsi**

Dire semplicemente: "Non lo so", però, non basta, perché altrimenti tale frase assume semplicemente il significato di evitare un argomento. Bisogna quindi dire al figlio di lasciare un po' di tempo per documentarsi e poter riprendere il discorso il giorno successivo.

### **La coerenza fra componenti**

Tutte le frasi risulteranno vuote là dove i gesti e i comportamenti, che ogni giorno il figlio osserva in famiglia, non sono in sintonia con le parole stesse. Tanto per fare alcuni esempi non si può spiegare a parole la parità o il rispetto fra i sessi, se poi di fatto, il figlio ogni giorno in casa vede che solo un genitore decide e l'altro lo delega o viene sottomesso, oppure non si può parlare dell'affettività se poi non la si dimostra mai apertamente.

Le idee sulla sessualità si interiorizzano più dai gesti e dai comportamenti che da mille spiegazioni.

**Marco Cunico**  
*Psicologo-Psicoterapeuta. Sessuologo*