



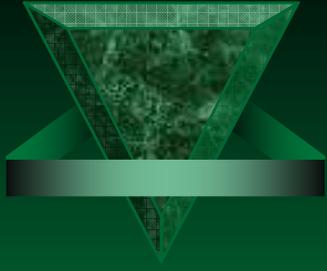
Come ascoltare i figli e come farsi ascoltare

Uno sguardo pedagogico
centrato sull'educazione

Come ascoltare

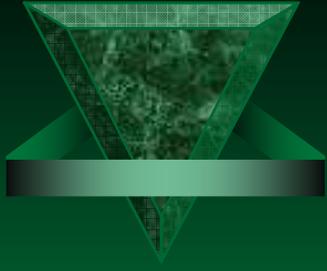
“nei momenti normali e speciali”

- a) Guardarlo negli occhi;
- b) Non fare qualcos'altro;
- c) Ascoltare i sentimenti;
- d) Osservare il linguaggio del corpo;
- e) Non interrompete;
- f) Ponete domande riflessive;
- g) Esprimete comprensione;
- h) Chiedete di poter esprimere la vostra opinione;
- I) Non interporre ostacoli fisici nella comunicazione.



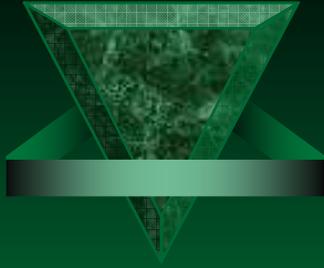
Figli esplosivi

- ✔ Cogliere ciò che dice, non come lo dice;
(andare alla radice del problema, capire
“perché” si arrabbiano, farli sfogare);
- ✔ Chiedere ulteriori chiarimenti;
- ✔ Dare la conferma che avete capito, così egli
si sentirà compreso.



Figli implosivi

- Silenzio e potere (desiderio d'indipendenza e di autonomia);
- Quando egli/ella vince la battaglia... (rimedio: p. 147);
- La loro implosione è a volte causa della nostra esplosione.



Come farsi ascoltare

- ✓ Basso controllo del comportamento del figlio;
- ✓ Clima emotivo caldo (empatia, pp. 150-151);
- ✓ Raccontarsi al passato o al presente (quando si era giovani o i fatti attuali);
- ✓ Autoumiliarsi: “il momento di ammettere d’aver sbagliato...”.



Per farsi ascoltare: “Personalizzare”



- ✔ È la *dimensione critica* di ogni cambiamento o progresso umano;
- ✔ È un processo fondamentale perché porta a *interiorizzare* la responsabilità che il genitore ha rispetto alle soluzioni dei problemi dei figli.



“Personalizzare” la *relazione* con il figlio

- ✓ Serve ad aiutare il figlio a rendersi conto della sua situazione “attuale”, dopo che egli ha vissuto esperienze che non è riuscito a rielaborare razionalmente comprendendone il significato;
- ✓ Questa esigenza richiede una serie di abilità distinte:
 1. Costruire la cosiddetta «base intercambiabile»;
 2. Personalizzare il significato;
 3. Personalizzare il problema;
 4. Personalizzare l’obiettivo.



1. Costruire la cosiddetta «base intercambiabile».

- ✓ Cercare di formulare una serie di risposte che evidenzino il sentimento espresso più o meno esplicitamente dal figlio – cercando di rimandarne correttamente l'intensità – collegandolo al contenuto, ossia a ciò che il figlio comunica, e facendo attenzione a cogliere il concetto principale, essendo concisi e neutrali;
- ✓ È necessario riuscire a “riflettere” semplicemente ciò che il figlio dice — senza aggiungere nulla, durante una serie successiva di affermazioni da lui proferite — se si vuole riuscire a stabilire una “base” d'intesa con lui (specchio);
- ✓ Se riusciamo a dare varie risposte che racchiudono fedelmente il sentimento e il significato espresso da nostro figlio, possiamo dire di aver stabilito una base intercambiabile di comunicazione (ex: “Ti senti o sei...perché...”).



2. Personalizzare il significato

- ✓ *Personalizzare il significato* porta nostro figlio a comprendere dove si trova, in rapporto a dove desidera essere e a dove dovrebbe essere;
- ✓ Noi personalizziamo il significato quando riformuliamo direttamente ai nostri figli il significato della loro esperienza, mettendoli *al centro* dell'esperienza stessa;
- ✓ *Personalizzare il significato* vuol dire collegare al sentimento un contenuto che sia *centrato sulla persona di nostro figlio che abbiamo davanti* e non su altri o sull'ambiente esterno (ex: “Sei o ti senti... perché **tu...**”).



3. Personalizzare il problema

- ✓ Quando personalizziamo i problemi, aiutiamo nostro figlio a comprendere quali sono le cose che non riesce a fare e che sono alla base della sua esperienza di difficoltà;
- ✓ Personalizzare il problema non significa comunicare a nostro figlio una nostra “diagnosi” in merito a che cosa lui non riesce a fare. Significa invece cogliere se ciò che egli sta esprimendo contiene, in modo esplicito o implicito, la *percezione di non riuscire a fare* qualcosa. In tal caso, la nostra risposta avrà l’effetto di rendere esplicita questa auto-percezione (ex: “Ti senti...perché non riesci...”).



4. Personalizzare l'obiettivo

- ✓ *Personalizzare gli obiettivi* significa mettere a fuoco dove nostro figlio desidera arrivare in rapporto a dove si trova attualmente;
- ✓ Significa cogliere se ciò che nostro figlio sta esprimendo contiene, in modo esplicito o implicito, la *percezione di voler fare* qualcosa di diverso da ciò che sta facendo già. In tal caso, la nostra risposta avrà l'effetto di rendere esplicita questa auto-percezione (“Ti senti...perché non riesci...mentre vorresti fare...”);
- ✓ Il modo più semplice di personalizzare gli obiettivi è quello d'individuare i comportamenti che sono, in qualche modo, all'opposto del problema (“l'altra faccia”, non “un nuovo comportamento”), così come esso è stato personalizzato.



PERSONALIZZARE

Esercizi propedeutici

- ✓ 3.1.1.: Elaborare risposte per costruire una base intercambiabile;
- ✓ 3.2.1.: Riconoscere risposte che personalizzano il significato;
- ✓ 3.2.2.: Elaborare risposte che personalizzano il significato;
- ✓ 3.3.1.: Riconoscere risposte che personalizzano il problema;
- ✓ 3.4.1.: Discriminare risposte che riformulano obiettivi personalizzati;
- ✓ 3.4.2.: Valutare e discriminare diversi tipi di risposte;
- ✓ 3.4.3.: Elaborare risposte che personalizzano l'obiettivo;
- ✓ 3.5.: Riepilogo (“Colloquio con una mamma in difficoltà”).