

# **Diventare grandi dall'infanzia all'adolescenza, l'eta' delle trasformazioni**

Dott.ssa Barbara Cito

CAMBIAMENTO  
EVOLUZIONE  
INSICUREZZA  
RICERCA DELL'IDENTITÀ  
SVILUPPO  
DISARMONIA  
TRASFORMAZIONE

Età... 10-13 ;11-14

-...ingrata

-...dello tsunami

-...né carne né pesce

-...non più, non ancora...

è caratterizzata da:

- ▶ mutamenti del sistema ormonale ed endocrino
- ▶ improvvisa accelerazione dell'accrescimento scheletrico
- ▶ cambiamento nella distribuzione del grasso e del tessuto muscolare
- ▶ sviluppo del sistema circolatorio e respiratorio (con conseguente aumento di forza e resistenza)
- ▶ sviluppo degli organi riproduttivi.



- ▶ Ma il grande protagonista di tutti i cambiamenti della preadolescenza è il sistema endocrino che non a caso è considerato l'anello di congiunzione tra il corpo e la mente. E' lui che scatena una vera e propria tempesta ormonale che ha una enorme influenza sulle trasformazioni biologiche e psicologiche: pensiamo solo alla trasformazione dell'apparato genitale che spesso si lega ad atteggiamenti di imbarazzo che condizionano la postura, l'abbigliamento, le scelte.



- ▶ Sbalzi d'umore e reattività accentuata





## I FIGLI PROVOCANO

Col silenzio  
Voltando le spalle  
Con le bugie  
Sbattendo le porte  
Facendo polemica  
Trasgredendo  
Rompendo qualcosa





- ▶ Sentono il bisogno di staccarsi dai genitori, fino al punto di dimostrare una certa avversione nei loro confronti.

► La preadolescenza è il regno dei pari

«mamma oggi può venire a casa....»

«mamma posso andare a casa...»



- ▶ Il preadolescente si sente in balia di un mare in tempesta mentre i genitori (e gli educatori) vedono la loro pazienza messa duramente alla prova e spesso vivono con sensi di colpa il difficile rapporto con il proprio figlio.



# La relazione

INCONTRO DELL'IO CON L'ALTRO

IO-TU = NOI

Si entra in relazione con l'altro quindi  
attraverso la comunicazione

▶ Cosa possono fare i genitori

Creare un atteggiamento di disponibilità ad incontrare l'altro vuol dire ascoltare profondamente sapersi mettere in discussione avere un atteggiamento empatico, cioè provare a comprendere a partire dal punto di vista del figlio

- ▶ Primo passo per incontrare l'altro è la predisposizione all'ascolto.



*“Dio ci ha dato due orecchie ma una sola bocca. Alcuni dicono che è perché voleva che passassimo il doppio del tempo ad ascoltare invece che a parlare. Altri sostengono che è perché sapeva che ascoltare è due volte più difficile che parlare”*

Anonimo



## ...la comunicazione dei genitori:

- Rimproverare
- Criticare
- Minacciare
- Fare richieste
- Avere sempre da ridire

oppure...

- ▶ ETICHETTARE, (irresponsabile, fannullone...)
- ▶ UMILIARE, (non capisci niente..)
- ▶ RIDICOLIZZARE
- ▶ ...

...e l'autostima ?

# Cabina di regia



- ▶ Simmetria
  - ▶ Maturità
  - ▶ Presenza
    - ▶ Intesa
- ▶ Abilità comunicativa
  - ▶ progettualità

# La relazione

INCONTRO DELL'IO CON L'ALTRO

IO-TU = NOI

Condizione essenziale :

**SILENZIO**



# ATTENZIONE AI RUMORI

- ▶ ESTERNI
- ▶ INTERNI

Quando si parla di dialogo, di linguaggio, di comunicazione, non si può fare a meno di parlare del “linguaggio del silenzio” o come direbbe Ong de ‘il silenzio parlante’ ritenendo necessario quindi, l’ascolto delle parole e dei silenzi .

# IL VALORE DEL SILENZIO

# Ascolto attivo

Attenzione

Importanza

Rispetto

Curiosità

Assenza di giudizio

Accetta e mostra empatia

- ▶ L'empatia diventa essenziale per un incontro autentico. E' attraverso l'empatia che ogni «IO» partecipa al mondo di ogni «Tu» in cui si imbatte, i suoi pensieri, sentimenti, paure, memorie, desideri, distanza, critiche, difficoltà. Quest'atteggiamento chiama in causa un modo di essere, un andare verso.

Dovremmo imparare a com-prendere

**GRAZIE !!!**