

LA RELAZIONE GENITORI - FIGLI: DIFFICOLTÀ E RIMEDI

I disturbi d'ansia



"E' con le migliori intenzioni che, il più delle volte, si ottengono gli effetti peggiori" Oscar Wilde

L'adolescenza è da sempre un periodo molto difficile nella vita di un individuo e della sua famiglia, tanto che a molti genitori sembra di non riuscire più ad avere un rapporto con i propri figli durante tale periodo della crescita. Nell'ultimo decennio, infatti, la relazione genitori-figli ha fatto registrare un progressivo crescendo di molteplici difficoltà, come, ad esempio:

l'accentuarsi del fisiologico conflitto generazionale, l'imitazione di modelli negativi veicolati dai mass-media, l'allentarsi del patto educativo tra scuola e famiglia, i ritmi di vita frenetici e l'eccesso di stimoli le cui cause, sono ben note sia agli esperti di problemi educativi, sia agli operatori del mondo della scuola. Per queste ragioni all'interno del **"Progetto Accoglienza"**, rivolto agli alunni delle classi prime, è stato pensato di inserire uno spazio dedicato ai genitori. Lungi dall'aver la presunzione di insegnare a questi ultimi come comportarsi con i loro figli, la finalità che ci siamo posta è quella di dare una sorta di *"bussola"* che permetta di potersi meglio orientare nel complicato mondo adolescenziale. In tal senso sono stati **programmati tre incontri**, che toccheranno temi estremamente delicati come quelli relativi alla fragilità dei ragazzi, al loro desiderio di trasgressione, al ruolo dei genitori. Alla luce, poi, delle sempre più frequenti **"crisi di panico" dei ragazzi** che si verificano a scuola, si daranno alcuni strumenti che permettano ai genitori di avere una chiave di lettura, ma anche di intervenire in modo corretto. L'obiettivo generale del progetto è quello di **contribuire al benessere scolastico**, ampiamente inteso, facilitando la rimozione dei fenomeni che agiscono negativamente sulla partecipazione alla vita scolastica degli studenti e che ne limitano la potenzialità di apprendimento. Gli incontri saranno condotti dalla Prof.ssa Maria Cristina Meloni, psicologa clinica e psicoterapeuta specializzata in Psicoterapia Breve Strategica, nonché pedagoga, con esperienza ventennale di insegnamento nelle scuole. Ritenendo che la proposta possa suscitare l'interesse anche dei genitori degli allievi delle classi successive alla prima, si estende l'invito a quanti desidereranno partecipare, nella convinzione che si tratti di un momento importante della condivisione del percorso educativo fra scuola e famiglia.

Il problema

Il corso che si propone intende far acquisire ai genitori competenze per utilizzare modalità di intervento che si servono di una logica differente da quella della comunicazione conflittuale o amicale, e che sono in grado di risolvere situazioni problematiche di relazione con i loro figli in tempi brevi e con efficacia durevole. Si tratta di un approccio che utilizza il modello del *problem solving* strategico, conosciuto con la denominazione di "Scuola di Palo Alto" e della sua più recente evoluzione della Terapia Breve Strategica. La logica strategica non si focalizza sul passato ma si muove nel presente, individuando le modalità di formazione e di persistenza di un problema, ovvero del **"come funziona"** piuttosto che del **"perché si è verificato"**, in modo da interrompere il **circolo vizioso e disfunzionale delle tentate soluzioni** che, se non funzionano, complicano ancor di più il problema che cercano di risolvere. Il primo aspetto da esaminare nel mettere a punto un intervento strategico è l'obiettivo da raggiungere, che dovrà comunque essere adattato alle circostanze, alle specificità del problema, e alle caratteristiche del contesto e delle persone coinvolte.

Gli incontri si terranno presso l'aula conferenze dell'Istituto d'Istruzione Superiore di Poggio Mirteto dalle ore 15:00 alle ore 18:00 dei seguenti giorni:

- 1) **Martedì 10 novembre 2015: "Adolescenza: fragilità e trasgressione";**
- 2) **Martedì 17 novembre 2015: "Un genitore quasi perfetto";**
- 3) **Martedì 1 dicembre 2015: "Paura, panico, fobie. Quando le tentate soluzioni dei genitori mantengono il problema";**

ARGOMENTI TRATTATI

- Le teorie psico-pedagogiche di tipo causale-lineare ed il loro superamento attraverso la logica sistemico-strategica;
- la causalità circolare e le sue applicazioni nell'intervento strategico;
- La comunicazione umana ed il suo potere di modificazione dei significati;
- problemi di comportamenti disfunzionali degli adolescenti e possibili modelli di intervento:
 - disturbo da *deficit* di attenzione con iperattività;
 - disturbo oppositivo-provocatorio;
 - panico e isteria;
 - fobia scolare;
 - disturbi della sfera alimentare;
- dai modelli generali all'esame di casi particolari, eventualmente evidenziati dal docente del corso.

SCOPI DEL CORSO

- Acquisire gli strumenti conoscitivi inerenti la comunicazione umana ed il suo esprimersi nei rapporti interpersonali;
- Uscire dalla logica causale lineare per acquisire una logica circolare-sistemica come chiave di lettura efficace nella comprensione delle dinamiche relazionali, nonché per correggere i comportamenti degli adolescenti;
- Sviluppare nuove competenze nei genitori finalizzate al riconoscimento precoce dei sintomi secondari ad un disturbo d'ansia in età adolescenziale;
- Fornire informazioni riguardanti le tecniche di comunicazione, in un'ottica sistemica, che facilitino la relazione genitore-figlio e quella insegnante-famiglia, al fine di instaurare una collaborazione priva di pregiudizi nei confronti del disagio psicologico;
- Poter contare sulla presenza di esperti per essere guidati ad affrontare casi particolarmente problematici.