

Associazione OneParent
www.associazione-oneparent.org

**VERSO L'ETÀ ADULTA.
GENITORI ALLE PRESE CON FIGLI
CHE STANNO DIVENTANDO
“GRANDI”**


Dott.ssa Cristina Di Ronco
Psicologa Psicoterapeuta

L'ATTACCAMENTO SICURO

- Se mi sono affidato e mi sono sentito al sicuro, posso esplorare il mondo!
- Vivendo una relazione basata sulla fiducia reciproca e sulla disponibilità emotiva e fisica, i bambini si sentono da un lato liberi di cercare il contatto della figura genitoriale e, dall'altro, sicuri e tranquilli nell'esplorazione del mondo e delle novità che lo caratterizzano.

Essere genitori comporta l'attraversare un
percorso di ...

**DISTACCHI
E
SEPARAZIONI**

A pair of hands, one above and one below, are shown holding a glowing blue sphere. The hands are slightly blurred, and the sphere has a bright, ethereal light emanating from it. The background is a soft, light blue gradient.

*“Le separazioni che la vita ci impone
esigono da una parte un ripensamento su di noi.
In tal modo diventiamo sempre più noi stessi,
sempre più autonomi, sempre più autentici e con
ciò anche sempre più capaci di metterci in
relazione con gli altri”.*

V. Kast

A CHE PUNTO SIAMO?

- Adolescenza come periodo definito, non più come età di passaggio.
- Trasformazione del mondo lavorativo.
- Percorsi di vita più flessibili.
- Maturità e condizione sociale.

Che cosa significa essere adulti?



Secondo i manuali...

- Adattamento a compiti evolutivi sempre più complessi
- Genitorialità (nel senso di «generare»...prendersi cura)
- Lavoro

Indipendenza e autonomia sono cose serie!

- Indipendenza emotiva
- Indipendenza funzionale
- Indipendenza valoriale
- Indipendenza nei conflitti (!!!)

Perche si fa fatica a lasciarli andare?

- Come vivono le separazioni i genitori
(riflessioni sulle nostre esperienze...)
- Come vivono le separazioni i figli
(dipende da fattori personologici ed
esperienziali...)

ADESSO CHE SEI ALL'UNIVERSITA' SAPPIAMO BENE
CHE NON E' GIUSTO CHE SCEGLIAMO TUTTO NOI...
DA DOMANI DECIDI TU SE AL MATTINO TI
ACCOMPAGNO IO O LA MAMMA...



L'ERA DEI "MAMMONI"?

- E' proprio cosi?
- Perche a volte si creano situazioni per cui i ragazzi non vogliono spiccare il volo?
- Cosa possiamo fare?



Caro Andy, come va? Tua mamma e io stiamo bene. Sentiamo molto la tua mancanza. Per favore, spegni il computer e scendi a mangiare qualcosa..

Con affetto, mamma e papà.

LASCIARLI ANDARE! MA COME?

- **Riflessioni sui punti di forza dei nostri figli**
- **Ritualizzare**
- **La lente positiva**
- **Parlare della propria esperienza**
- **Restituire responsabilità**
- **Mettersi nei panni di....**

PERCHÉ RIMANGONO?

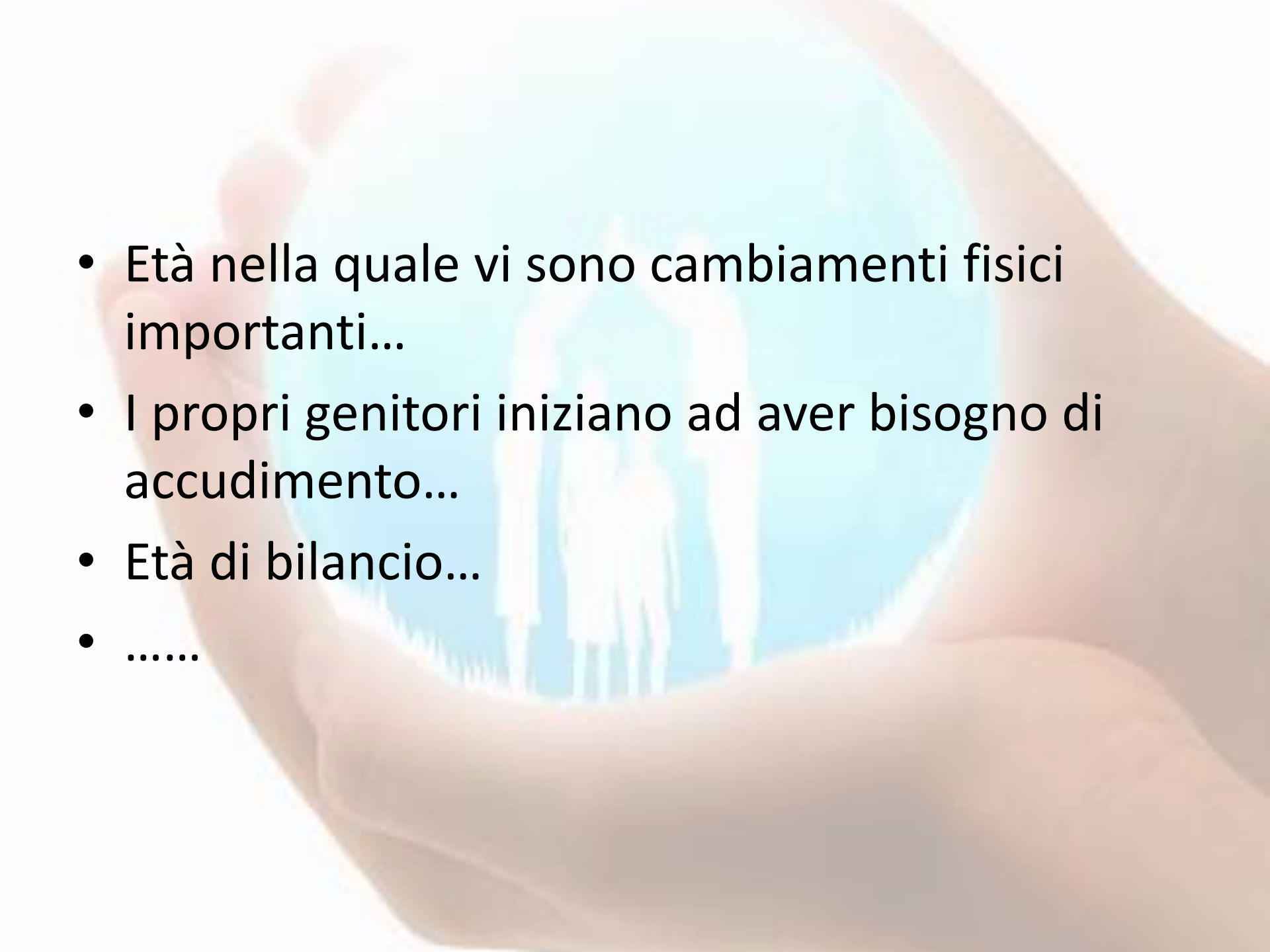
Il conflitto generazionale è sempre più sfumato...il che è positivo ma anche accomodante!

Una poca consapevolezza delle emozioni negative (frustrazione, tristezza, sconfitta, paura) è rischiosa.

E' necessario indagare le motivazioni profonde soggettive...

**E i genitori ?
A che punto della loro vita si trovano
quando i figli iniziano a spiccare il
volo verso la loro vita?**



- 
- A hand is shown holding a glowing blue orb. Inside the orb, a faint, ethereal image of a person is visible. The background is a soft, out-of-focus light blue and white.
- Età nella quale vi sono cambiamenti fisici importanti...
 - I propri genitori iniziano ad aver bisogno di accudimento...
 - Età di bilancio...
 -

«SINDROME DEL NIDO VUOTO»



Thousand Word Images by Dustin Abbott

CHI PUÒ ESSERE MAGGIORMENTE SOFFERENTE DI FRONTE ALL'ADULTITÀ DEI FIGLI?

- Chi non ha lavorato e si è occupato totalmente dell'accudimento dei figli...
- Chi ha investito affettivamente tutte le proprie risorse sull'amore genitoriale...
- Chi ha attraversato malattie o sofferenze dei figli per cui li percepisce come fragili...
- Chi ha nel suo passato problematiche non risolte riguardo le separazioni o l'abbandono...
- Chi è iperprotettivo...

IL NIDO È VUOTO O SOLO CAMBIATO?

- Concedersi la tristezza
- Cambiare le proprie routine è possibile
- Riscoprire se stessi
- Creare nuove relazioni
- Creatività e generatività simbolizzate.
- E.....lasciare andare...

A hand is shown holding a glowing blue globe. In the center of the globe, there is a white silhouette of a family consisting of two adults and a child. The background is a soft, out-of-focus light blue.

FIGLI PER SEMPRE?

Quale tipo di rapporto si può realizzare tra generazioni?

Cosa accade quando i figli diventano adulti?

Sono realizzabili rapporti paritari?

Per Associazione OneParent
www.associazione-oneparent.org

Dott.ssa Cristina Di Ronco
Psicologa Psicoterapeuta

Email: cristinadironco@yahoo.it

Site: www.cristinadironco.it

Facebook:

www.facebook.com/CristinaDiRoncoPsicologa/