



PSICOLOGIA

dott.ssa Maria Cristina Strocchi
Psicologa e Criminologa

a cura di Stefania Zilio

L'argomento riguarda gli adolescenti, i ragazzi che hanno concluso l'anno scolastico buttando all'aria gli zaini colmi di libri e quaderni e che per due mesi si godranno intere giornate a gozzovigliare tra piscina, mare o vasche in centro. Relax meritato, oppure no? Comunicare con gli adolescenti è già complicato, se poi i genitori non sono felici dei loro figli lo è ancora di più. Come fare lo chiedo alla dottoressa Maria Cristina Strocchi, psicologa e psicoterapeuta.

MEGLIO LODARE CHE PUNIRE?

Dottoressa, un figlio che ha bisboccato tutto l'anno creando un conflitto con le aspettative dei genitori, come va trattato? Premetto che se un figlio ha bisboccato tutto l'anno, forse si doveva intervenire molto prima. Una cosa che molti non sanno è che la punizione non sortisce molti effetti se le regole non vanno spiegate e condivise con il figlio. Il paradigma di apprendimento, scoperto da Skinner, ha dimostrato che il comportamento nostro e altrui è mantenuto dagli effetti che produce sull'ambiente. In particolare è mantenuto da effetti come attenzione, affetto, gratificazione, premi e viene eliminato dall'indifferenza. Purtroppo la punizione, essendo una forma di attenzione, non porta all'eliminazione del comportamento sbagliato. Quindi il genitore, dopo aver spiegato e condiviso con il figlio delle regole, deve imparare a gratificarlo quando le rispetta, ignorandolo, non dando attenzione, quando non lo fa. Il lavoro del ragazzo è studiare e impegnarsi. Quindi non dare soldi, mance se non le merita.



Ora lo potrebbe dare ai genitori?

Incrementare il dialogo con i figli, imparando ad ascoltarli senza giudicarli, mediando tra le proprie esigenze e quelle dei figli, ma soprattutto imparando a gratificarli, usando anche gli sms, senza dare nulla per scontato.

Un adolescente ribelle, non curante delle preoccupazioni dei genitori, come si gestisce?

Ricordiamoci dell'importanza dello stile educativo autorevole non autoritario in cui il genitore dà delle regole al figlio spiegando l'importanza di esse e cercando di meditare con lui attraverso il dialogo. Imporre, arrabbiarsi o peggio essere indulgenti non porta proprio a nulla.

In generale è meglio una lode ad una punizione?

Sicuramente la lode come studi scientifici hanno dimostrato.

Da ex insegnante potrebbe dare un consiglio ai ragazzi su come gestire il tempo tra compiti per casa e divertimento?

Appena arrivati a casa da scuola è giusto riposarsi per un'ora e mezza. Poi far sparire cellulari, computer e dedicarsi allo studio facendo una pausa ogni 40/45 minuti di un quarto d'ora. Solo alla fine dei compiti riprendere mano ai cellulari perché oggi giorno i messaggi whatsapp creano una vera e propria dipendenza e impediscono la concentrazione. "Gli amici possono attendere".



PSICOLOGA E CRIMINOLOGA MARIA CRISTINA STROCCHI

Viale Europa, 22 - 36100 - Vicenza Recapiti telefonici: 0444 321299 - Fax 0444 544054 - cell. 333 209 58 65
E-Mail: strocchi.mc@virgilio.it