

DORMIRE... CON CHI?

COSA SAPPIAMO

In una raccolta di schede riguardanti l'adolescenza questo argomento apparentemente non dovrebbe comparire, poiché appare ovvio che un/a dodici - tredicenne dorma nel proprio letto già da tempo. Sennonché da indicazioni raccolte dal sottoscritto e da altri colleghi durante incontri per genitori ci si è resi conto che questo fatto non è più così ovvio, e che oggi ci sono casi non isolati di ragazzi e ragazze oltre i dodici anni che dormono saltuariamente o costantemente con uno o con entrambi i genitori. La cosa viene talvolta vissuta da alcuni con grande naturalezza, come un fatto di normalissima intimità familiare, da altri invece in modo conflittuale, specialmente se uno dei due coniugi si sente "costretto" a dormire da solo cedendo il posto al(la) figlia/o.

È molto difficile proseguire questo discorso "sulle generali", perché ogni situazione ha una singolarità troppo pronunciata per poter rientrare in casi generici.

Se si considera, semplicemente, la spinta adolescenziale verso una diversa percezione del proprio corpo, dei suoi confini, il bisogno di sperimentare l'intimità con amici e amiche, ma ad un certo punto anche nella coppia eterosessuale, dovrebbe apparire se non altro contraddittorio il mantenere una corporeità di matrice infantile rispetto al sonno e ai suoi luoghi.

COSA FARE

- Considerare a fondo quanto scritto qui sopra, e valutare certe abitudini consolidate sui luoghi del sonno
- Confrontarsi con altri genitori su questa specifica questione
- Cercare di comprendere fino a che punto il bisogno di dormire insieme sia di vostra/o figlia/o o del genitore
- Considerate con onestà gli effetti che questa abitudine notturna ha sulla vostra relazione di coppia
- Se, dopo questa esplorazione, vi sentite disorientati o a disagio, è opportuno chiedere un aiuto esterno