

## LITIGI TRA GENITORI E FIGLI

### COSA SAPPIAMO

Possiamo parlare dei litigi in due modi completamente diversi, uno generale, l'altro specifico del periodo pre-adolescenziale.

#### IN GENERALE

Molti genitori paiono farsi un vanto dicendo: "in famiglia non litighiamo mai". Come si fa a non litigare mai? Soltanto se non si comunica, non ci si confronta, o se si soffocano i conflitti perché fanno troppa paura. Oppure perché non si pone alcun limite ai comportamenti dei figli, perché i figli somigliano troppo ai genitori o, peggio, perché i genitori somigliano troppo a adolescenti. Una certa dose di conflitti e di confronti sono salutari, e desta maggiori preoccupazioni la loro assenza totale, piuttosto che la loro presenza.

#### IN PRE-ADOLESCENZA

Come visto nelle schede "D" e soprattutto "N", in pre-adolescenza (specialmente nella primissima fase) si assiste ad un picco di litigiosità da parte dei figli verso i genitori che coincide assai spesso con picchi ormonali durante le trasformazioni dello sviluppo fisico.

Questo fatto implica che non vi sia nulla di preoccupante in questo fenomeno, almeno fin quando non è accompagnato da altri segnali di disagio o richiesta di aiuto.

Quanto detto finora vale naturalmente per situazioni che non vedano compromessa la vivibilità delle relazioni in famiglia; se invece la situazione è molto più grave e va molto oltre le baruffe e i piccoli scontri caratteristici di questa fase di sviluppo, è opportuno valutare la cosa insieme ad un esperto.

### COSA FARE

- Accettare con serenità i conflitti con i figli, almeno fin quando non trascendono in comportamenti insultanti o inaccettabili
- Considerate che una famiglia dove "non si litiga mai" è assai più disturbante e disarmonica di una in cui i conflitti si esprimono e si superano
- Sanzionare gli eccessi, ma con la consapevolezza che avete a che fare con una spinta non del tutto controllabile e volontaria
- Chiedere consiglio all'esperto se la litigiosità non è più controllabile o vi mette in seria difficoltà

### COSA EVITARE

- La paura dei litigi: essi sono in certa misura naturali; in ogni caso sopirli semplicemente non serve
- Eccessi di severità o viceversa di remissività
- Tortuose domande su "dove abbiamo sbagliato"