

**Amore e Amicizia**  
*Educare i sentimenti e la sessualità*  
a cura del Dr. Enrico Boschetti

**a**bbiamo concluso in queste settimane gli incontri in tutte le classi terze del Progetto Affettività, durante i quali abbiamo iniziato ad approfondire il tema della sessualità, con il “pudore” necessario ogni qualvolta si trattino argomenti intimi e personali, con la costante attenzione a collegare la dimensione del corpo che cresce, con quella della gestione delle nuove emozioni, i rapporti interpersonali tra maschi e femmine e soprattutto dei valori. Ogni ragazzo ha avuto la possibilità di richiedere (anonimamente), se voleva, l’approfondimento di quello che più gli stava a cuore: dai dubbi sui rapporti di amicizia, alle curiosità sessuali, dalle inquietudini delle prime cotte, alle domande esistenziali più profonde. Abbiamo discusso in piccoli gruppi, per permettere ad ognuno di esprimersi meglio, in grande gruppo per raggiungere tutti con informazioni precise e non vaghe. Non si sono tirati indietro: il confronto con gli adulti su questi temi, è sempre più indispensabile per non lasciarli soli!

**Ma non basta.**

Nonostante si parli “tanto” di sessualità e facilmente si veda in rete “tanta” sessualità, l’argomento rischia di rimanere un tema *no-limits* con i propri figli preadolescenti a causa dell’**imbarazzo** che suscita da entrambe le parti. Il rischio maggiore di non parlarne è di far sì che si acquisiscano informazioni errate, diseducative, non idonee all’età e che portano a mettere in atto negli anni dell’adolescenza abitudini sessuali pericolose per la sicurezza e la tutela della propria salute. Quindi è bene non farsi cogliere impreparati e soprattutto sorpresi, ma cercare di fornire gli strumenti adeguati per aiutarli al meglio in questa fase piuttosto delicata. Verifichiamo il nostro **pudore** di genitori perché possiamo invece “dire e fare” molto, di educativo, senza che questo implichi addentrarci in eccessive confidenze personali.

**Qualche idea per continuare il lavoro iniziato a scuola:**

Creare qualche “**momento personale**” di dialogo in cui nascano discorsi spontanei, protetti da commenti di fratelli e sorelle curiosi.

Discutere i **propri valori** in campo di sentimenti e sessualità (“Io la penso così e tu cosa ne pensi?” o “Come ti comporteresti se ti succedesse di..” o “Si dice baciare, non limonare!” o “Ti piacerebbe essere trattato così...a me no!” ecc ecc.)

Lasciare in giro **libri** riguardanti l’argomento (v. bibliografia consigliata), scelti da voi e consultabili liberamente dal figlio/a (l’informazione di Internet si sa, non è sempre così affidabile!)

Rispettare e far rispettare **la privacy** in famiglia nei luoghi (es. il bagno, la camera), per le cose (“Non mi piace che curiosi nel mio cellulare”), per le persone (“Stavamo parlando io e tuo fratello, puoi aspettare, grazie!”).

Un **buon dialogo** non lo si misura solo dalla frequenza dei dialoghi, ma soprattutto dalla sensazione di sentirsi (almeno qualche volta) ascoltati nelle cose importanti che desideriamo comunicarci: permettere loro di esprimere i propri pensieri, i propri sentimenti anche negativi come la rabbia, la preoccupazione, la tristezza, senza giudicarli subito, non significa giustificare o farsi mancare di rispetto, ma consentire loro di “scaricare” ogni tanto gli eccessi emotivi di questa epoca, né di pesce, né di carne, (come si diceva tanti anni fa) aprendo spazi di confronto davvero utili, magari appena dopo che “le acque si sono calmate”...per entrambi!

Un augurio di cuore a tutti i genitori, che con un po’ di coraggio, desiderano, cercano e provano a trasmettere alle nuove generazioni la gioia di vivere la relazione affettiva come un bene veramente prezioso!

**Dott. Enrico Boschetti**  
PSICOLOGO DELLO SVILUPPO E DELL’EDUCAZIONE

## PER I RAGAZZI E LE RAGAZZE

### **IL DIZIONARIO DELLE RAGAZZE**

Domunique Alice Rouyer  
Edizioni EL

### **GIOCO DA RAGAZZE - GIOCO DA RAGAZZI**

(Quello che devi sapere sull'adolescenza)  
Middleman Amy B., Gruenwald Pfeifer Kate,  
a cura dell'American Medical Association  
Centro Studi Erickson

### **RAGAZZI E RAGAZZE**

(Come cambia il mio corpo, il gioco, l'amicizia, l'amore).  
Programma di educazione sessuale 11-14 anni  
Giommi Roberta, Perrotta Marcello  
Edizioni Mondadori

### **ADOLESCENTI: LE DOMANDE CHE SCOTTANO**

Giordano, Lasconi, Boscato;  
Edizioni Elledici

Per fare un regalo utile a tuo figlio, a tua figlia visita il sito:

<http://www.mondoerre.it>

Un ottimo e accattivante magazine per adolescenti, con tanti spunti di discussione, che fa riferimento in particolare ai valori con i quali impostare sane relazioni interpersonali

## PER I GENITORI

### **MIO FIGLIO E IL SESSO**

(Educare gli adolescenti all'amore e alla sessualità)  
Carù Rosangela, Pincirolì Monica, Santoro Luisa  
Edizioni Indialogo

### **IL PRIMO BACIO E DINTORNI**

(Educatori e ragazzi di fronte alla sessualità)  
Denis Sonet;  
Edizioni Elledici