
Adolescenti e cibo

Autore: Maddalena Triggiano Petrillo

Fonte: Città Nuova

La nostra unica figlia è cambiata. Ha 14 anni e appena ha finito la scuola media ha iniziato a dimagrire, rifiutando il cibo. Siamo angosciati, tanto più vedendo che a nulla servono le nostre raccomandazioni. Che cosa è utile fare? Simona e Luca È utile cercare di capire che cosa le è successo dentro. La sua è un'età di cambiamenti molto importanti e, anche se le state vicino, non è così facile capire i suoi stati d'animo. Il suo comportamento alimentare è una spia che si è accesa quando il suo mondo interno è stato messo in subbuglio da qualche evento (perdite, delusioni) e da qualche pensiero negativo (preoccupazioni, paure). Se riflettete sulle possibili cause del suo malessere, potrete senz'altro essere più efficaci che limitandovi a raccomandarle di mangiare di più. Infatti tutti osserviamo come oggi il corpo sia vistosamente in primo piano nella comunicazione sociale: si può capire come per gli adolescenti il tentativo di modificarlo con la dieta sia il modo più a portata di mano per rispondere ad un disagio o un dolore. L'attenzione dei genitori deve essere quindi rivolta soprattutto a quello che c'è dietro il comportamento di rifiuto del cibo. All'età di vostra figlia, la paura di non essere accettata dai compagni e dalle compagne è generalmente molto intensa. Diventa prezioso sentirsi accettata dai genitori, sentire la loro stima più che la loro preoccupazione. È un momento difficile con sé stessa e con il proprio ambiente e pertanto richiede una grande cura del vostro rapporto con lei. Anche quando vi doveste rendere conto che è necessario consultare un esperto, la vostra disponibilità a mettervi in gioco profondamente non dovrà mutare. L'aiuto di un esperto potenzia le vostre risorse di genitori, non pretende di capire la ragazza al posto vostro. Se adesso vostra figlia non riesce ad essere felice, col tempo e con le giuste cure potrà esserlo di nuovo. Se adesso è difficile per lei sentirsi degna di considerazione positiva a meno di non riuscire a trasformare il suo aspetto è perché i giovani sono bersagliati da una brutta cultura del corpo che ha mistificato il valore della persona. È appunto dal suo valore come persona che potete partire. La famiglia ha le possibilità e le risorse per mettere in luce il profondo valore di ciascuno. Abbiate fiducia in questi doni. spaziofamiglia@cittanuova.it