



Comunicato stampa  
5 settembre 2023

### **RIENTRO A SCUOLA: PER I GENITORI TORNA L'INCUBO DEI GRUPPI WHATSAPP**

**L'ansia da rientro a scuola non è solo degli studenti: molti genitori saranno stressati dalle temute chat di scuola su whatsapp e dal monitoraggio delle piattaforme. Gli psicologi consigliano: 'Rispettate gli spazi dei vostri figli per responsabilizzarli e con i più piccoli tornate gradualmente alla routine'**

Fra pochi giorni inizierà un nuovo anno scolastico, ma non sono solo gli studenti a temere la prima campanella. All'orizzonte si affacciano i temuti gruppi whatsapp dei genitori: c'è quello con il corpo docente, quello dei rappresentanti, quello ristretto a qualche mamma affiatata e soprattutto quello di classe, dove richieste di spiegazioni sui compiti a casa e in classe sono all'ordine del giorno.

“È difficile fare una distinzione netta dei comportamenti genitoriali – spiega Katia Marilungo, Presidente dell'Ordine degli Psicologi delle Marche – ma in linea generale possiamo distinguerli da una parte fra coloro che intervengono attivamente nella vita scolastica con una vera e propria forma di controllo nei confronti dei figli e dall'altra parte fra coloro che, impegnati per lavoro, risultano meno rispondenti e quindi meno 'controllori'”.

Con le chat che torneranno a bombardare i genitori, il telefonino per mamma e papà passerà da strumento con cui immortalare gli scatti delle ferie a fucina di notifiche, richieste e impegni da calendarizzare.

“Il rischio che si corre abusando dei mezzi informatici di cui dispongono oggi i genitori è quello di deresponsabilizzare i propri figli a causa dell'eccessivo monitoraggio di social, registri online e altre piattaforme - continua la psicologa e psicoterapeuta Federica Guercio - è bene al contrario ricordare che, soprattutto in età adolescenziale, è importante non interferire nel processo di autonomia e svincolo dalla famiglia, favorendo la fiducia negli insegnanti e nell'istituzione scolastica”.

Inevitabile per tutti un po' di ansia da rientro a scuola. “Il cosiddetto 'mal di scuola' non va combattuto, quanto piuttosto riconosciuto ed affrontato – continua Guercio – questo approccio è molto potente con gli adolescenti, perché hanno bisogno di essere supportati nel riconoscimento di ciò che provano e educati all'assunzione di responsabilità e al protagonismo, solo così possono immaginare e costruire un futuro”.

Il discorso è diverso per i più piccoli, per i quali è preferibile “gestire eventuali emozioni negative cominciando gradualmente a riorganizzare il tram tram quotidiano qualche giorno prima della campanella. Data la minore consapevolezza e padronanza a gestire le proprie emozioni è sempre bene parlare con loro e chiedere come stanno in modo da fornire il nostro supporto e contenimento alle loro preoccupazioni.”