

CASA NEWS

RIVISTA FONDATA DA DON PAOLO LIGGERI NEL 1941

Le domande
degli adolescenti

Preparasi
all'adozione

Corsi e gruppi
autunno

Identità
e crescita

LA CASA NEWS

Fondata da don Paolo Liggeri nel 1941

Quadrimestrale di cultura familiare
e di informazione dei servizi per la
famiglia dell'Istituto La Casa ETS

DIRETTORE RESPONSABILE:

Elena D'Eredità

HANNO COLLABORATO:

Agazio e Martha
Luigi Filippo Colombo
Aurora Marullo
Laura Scibilia

REDAZIONE E AMMINISTRAZIONE:

Istituto La Casa ETS · Via Colletta 31
20135 Milano
Tel. 02 55 18 92 02
E-mail: rivista@istitutolacasa.it
c/c postale n. 13191200

Registro Tribunale di Milano del
28/10/1998
Poste Italiane s.p.a. · Spedizione in
Abbonamento Postale - D.L. 353/2003
(conv. in L. 27/02/2004 n° 46)
art 1, comma 2, LO/MI

STAMPA:

Sady Francinetti · Milano
Tel. 02 64 57 329

Sommario

Editoriale <i>Luigi Filippo Colombo</i>	3
FAMIGLIA Le domande dei figli <i>Laura Scibilia</i>	6
ORIZZONTI Sentire senza le parole <i>Aurora Marullo</i>	9
ADOZIONE Prepararsi all'adozione <i>Agazio e Martha</i>	12
CALENDARIO Corsi e gruppi autunno	14

5X1000 A ISTITUTO LA CASA ETS

codice fiscale: 06765920159

DONAZIONI DETRAIBILI

L'Istituto La Casa è Ente del Terzo Settore iscritto al registro del RUNTS Regione Lombardia.

Le donazioni effettuate possono essere fiscalmente detraibili. Ricordatevi di comunicare i vostri dati per l'emissione della ricevuta.

SEMPRE IN CONTATTO

Per continuare a ricevere le informazioni dell'Istituto La Casa vi invitiamo a rinnovare il vostro consenso tramite il modulo sul sito www.istitutolacasa.it

Editoriale

Don Paolo Liggeri, da triangolo rosso a patrono dei consultori familiari

"Insegnaci a contare i nostri giorni e giungeremo alla saggezza del cuore" (Salmo 90).

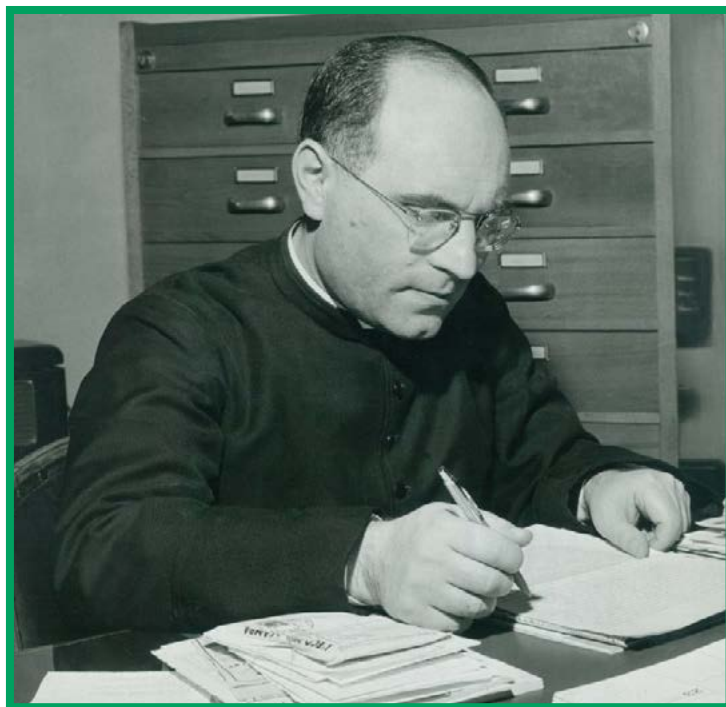
Chissà quante volte, nella lettura del Breviario, questa preghiera è uscita dalle labbra e dal cuore del fondatore dell'Istituto La Casa, don Paolo Liggeri, di cui quest'anno ricorre il 30° anniversario della morte.

Chissà quanto questa ordinaria invocazione di saggezza esistenziale è stata per lui oggetto di meditazione e di esperienza corporea e spirituale durante gli anni del 2° conflitto mondiale e, in particolare, nel periodo di detenzione e di internamento nei famigerati campi di concentramento di Fossoli e di Bolzano e nei campi di sterminio nazisti di Mauthausen, Gusen e Dachau tra il marzo 1944 e il maggio 1945!

Si moriva, e come si moriva! Eppure, anche lui, come ogni essere umano, con i suoi giorni da contare, non era nato per morire, ma per vivere eternamente, anche

se si moriva. Sarebbe stato molto più comodo morire che vivere in quella continua agonia. La quotidianità di una miserevole e sprezzante morte non degna dell'uomo era infatti compagna di ogni momento, così vicina, toccabile, così dentro di lui. Difficile distaccarsene. Ogni giorno egli annotava segretamente e nascostamente ciò che gli faceva sussultare il cuore; ogni giorno, fino alla fine, fino a che non fece ritorno a casa, viveva nella drammatica consapevolezza di aggiungersi, anche lui, alla lunga catena - meglio - al mucchio di cadaveri del suo campo, morti non solo per la crudeltà abominevole delle SS naziste, ma anche, nei giorni successivi alla liberazione, senza più le SS di Dachau, per la disastrosa situazione sanitaria in cui venivano lasciati gli ammalati, abbandonati a se stessi, nel luridume più sconcertante. Quanti "Requiem"! Ed ogni sera ringraziava il "Buon Dio" di averlo risparmiato, pregava per gli altri internati, per le loro ignare famiglie che forse li attendevano invano e pensava sempre agli amici lontani de La

Casa, di Milano, da cui era stato strappato per essere incarcerato a San Vittore e poi deportato. I suoi appunti, le sue annotazioni di quell'interminabile periodo di sofferenza e di conoscenza diretta dell'abisso di disumanità raggiunto dalla diabolicità delle azioni umane divennero poi il suo diario, noto al pubblico come *Triangolo Rosso*, quel ritaglio triangolare di pezza con la sigla della nazione e il numero di matricola che gli internati politici, uomini di cultura, preti, religiosi, portavano sulla loro divisa, cucito sul lato sinistro della giacca e sul lato destro dei pantaloni. Dalla lettura coinvolgente di questo libro, *Triangolo rosso*, di cui è in corso la sesta pubblicazione, appare misteriosamente e chiaramente evidente come, nell'orrore di quella circostanza di internamento, il Signore abbia condotto, "insegnato" a don Paolo a "contare" quei giorni, annoverandoli uno dopo l'altro, con quel giudizio di fede che non si fa travolgere da sentimenti di vendetta o di frustrazione o di rassegnazione e vittimismo. In una pagina del febbraio



1945, don Paolo narra di una delle quotidiane Messe clandestine, come nelle catacombe, nella cappellina della baracca 26, dove stavano i preti, nel campo di Dachau. *“È il momento della Comunione, ciascuno prende la sua piccola ostia e si comunica. Attimi di profondo silenzio in cui si sente come mai la presenza di Dio e non è un'allucinazione”*. Gli fa notare un prete polacco: *“Pensa, Dio è presente nello stesso regno di Satana!”*. Don Paolo si guarda intorno: *“I preti,*

giovani e vecchi, curvi e malati, con la testa tra le mani, pregano. Tra pochi istanti si disperderanno tra la massa degli internati, poveri, affaticati, maltrattati come tutti. Non li puoi distinguere. Ma se li guardi negli occhi...il loro sguardo è diverso da quello degli altri”. Ecco, contare quei giorni è servito a far maturare la saggezza del cuore, come prometteva il Salmista. Ma che forma, che volto aveva la saggezza del cuore? Chi incontrava lo sguardo di quegli uomini (preti) con il triangolo rosso

sul petto, anziché quello feroce e diabolico delle SS, aveva la possibilità di credere ancora nell'umano, perché la presenza misteriosa di Dio liberava il barlume di speranza dall'oscurità più tenebrosa prodotta dal potere del Male. Con la piena coscienza evangelica che se il seme non muore non porta frutto, la vocazione di don Paolo, destinata al bene delle persone e delle famiglie, si sviluppava con impellenza, man mano che si faceva strada qualche sprazzo di possibilità di sopravvivere alla liberazione dal campo di Dachau (gli Americani vi entrarono il 29 aprile 1945, ma fu necessario ancora un mese per i rimpatrii). In anni successivi, don Paolo parlerà di *“dilatazione dell'orizzonte operativo dell'Istituto La Casa”*. Già quando iniziò la Guerra, infatti, si era dedicato *“con alcuni volonterosi collaboratori ad alleviare le sofferenze di non poche persone. Fra queste (a volte interi nuclei familiari) ci furono anche degli ebrei che si riuscì in buona parte a salvare, organizzando anche espatrii clandestini in Svizzera”*. In un articolo sulla Rivista

La Casa del 1995, don Liggeri ricorda: *“Fu per una reazione veramente benedetta che osservando tante abitazioni distrutte o devastate, ebbi l'idea di dedicarmi a soccorrere famiglie in pena, dopo i tremendi bombardamenti aerei su Milano nell'agosto 1943. Invitai a collaborare con me alcuni volontari fervidamente generosi, ai quali dissi: Hanno distrutto tante case e noi erigeremo una Casa, non in muratura, ma ideale, che nessuna bomba potrà mai distruggere, perché fatta di cuori. Così nacque, come in seguito venne denominato, l'Istituto La Casa”*. Fu questa l'esperienza appassionata, *“l'opera più umana di tutte”*, che gli costò la deportazione. Ma: *“Tornai dal campo di sterminio di Dachau animato di buona volontà a far proseguire e allargare le iniziative dell'Istituto La Casa per i problemi della famiglia... I miei collaboratori avevano continuato ad operare nonostante la mia forzata assenza, anzi, avevano dato vita a due nuove iniziative: una scuola per assistenti sociali e un impegno di miglioramento culturale per allieve ostetriche,*

affinché divenissero umanamente più idonee ad assistere una donna nelle ore più sublimi della maternità. Ma l'iniziativa più originale fu quella di istituire un Consultorio prematrimoniale e matrimoniale, con la collaborazione di specialisti qualificati, di ordine medico, psicologico, legale, genetico, morale e di consulenti preparati ad effettuare con competenza una valutazione del singolo caso ed offrire una particolare e continua assistenza, specialmente quando si ritiene opportuno l'intervento di specialisti diversi per la medesima situazione”. Come non pensare all'Equipe multidisciplinare e alla costellazione di servizi collaterali del Consultorio dell'Istituto La Casa di oggi, divenuto ente del Terzo Settore? Ecco i frutti della saggezza

del cuore, di quel barlume di speranza che, a Dachau, non fu occultato, ecco l'Istituto La Casa, ecco il Consultorio, il primo istituito in Italia, nel febbraio 1948, poi imitato e diffuso in altre parti d'Italia e anche a Malta. Da qui, ma bisogna aspettare il 1975, anche la legge italiana di istituzione dei Consultori. E qui mi fermo, per necessità di riflessione sulle radici e sulla mission di un'opera come l'Istituto La Casa, perché la seminazione di don Paolo Liggeri, che ebbe a coinvolgermi in quegli Anni '70 come “operaio della sua messe”, è immensa e richiede anche oggi professionisti di umanità che sappiano raccogliere la sfida della nuova epoca, purtroppo ricaduta in una nuova ingiustificabile guerra mondiale, tra umanesimo e intelligenza artificiale.

Luigi Filippo Colombo

Save the date

Convegno nel 30° anniversario dalla morte del fondatore dell'Istituto La Casa di Milano
don Paolo Liggeri

Sabato 7 novembre 2026 ore 9.30

Parrocchia Angeli Custodi
Via Colletta 21 Milano

CHE COSA PENSANO (E QUALCHE VOLTA DICONO) GLI ADOLESCENTI

Ricevere confidenze o domande da parte dei figli è un dono prezioso che noi adulti non dobbiamo rischiare di perdere, anche se ci giungono nei momenti più inaspettati e spesso ci trovano impreparati. In particolare risulta ancor più importante coglierli in adolescenza, una fase della vita in cui i ragazzi sono talvolta schivi, taciturni e particolarmente poco inclini ad aprirsi con i genitori e gli adulti in generale.

Paura di aprirsi

Molte delle domande che i ragazzi si fanno ruotano tutte attorno a un tema centrale dell'adolescenza: la fiducia nelle relazioni. Gli adolescenti spesso non chiedono semplicemente "di chi posso fidarmi?", ma stanno cercando di capire come si costruisce la fiducia. In questa fase della vita le amicizie, le relazioni sentimentali e il gruppo dei pari assumono un'importanza enorme. Se durante l'infanzia il principale punto di riferimento affettivo

era rappresentato dalla famiglia, nell'adolescenza i ragazzi sono chiamati a investire sempre di più nel mondo esterno, cercando negli altri riconoscimento, comprensione e appartenenza. Fidarsi significa accettare una forma di dipendenza emotiva: quando ci confidiamo con qualcuno, quando mostriamo le nostre fragilità o affidiamo all'altro una parte importante di noi stessi, diventiamo inevitabilmente vulnerabili. Per questo la fiducia è sempre accompagnata da una certa quota di rischio. Imparare a costruire relazioni significative, accettando che nessun rapporto possa offrire garanzie assolute, è una delle sfide evolutive più importanti di quest'età.

Costruzione della fiducia

Molti adolescenti vorrebbero una sorta di prova preventiva, un segnale certo che permetta di sapere in anticipo se una persona sarà leale, discreta, rispettosa. Ma nelle relazioni umane

questa certezza non esiste: la fiducia nasce da una costruzione graduale fatta di esperienze ripetute nel tempo. È osservando come una persona si comporta nelle situazioni concrete che impariamo a conoscerla: se mantiene la parola data, se rispetta i confini, se è presente anche nei momenti difficili, se sa accogliere le nostre emozioni senza usarle contro di noi. Questo processo richiede tempo e tolleranza dell'incertezza, ma una caratteristica dell'adolescenza è l'intensità: le amicizie possono diventare rapidamente profondissime, le delusioni devastanti, le alleanze assolute. In questa fase è frequente oscillare tra la fiducia totale e la sfiducia completa. Eppure la maturazione affettiva consiste anche nell'imparare che le persone possono essere importanti senza essere perfette, affidabili senza essere infallibili.

Perdita e rifiuto

La paura di aprirsi agli altri nasce spesso dal timore di essere feriti. Talvolta questo timore è legato a esperienze concrete di delusione o tradimento; altre volte deriva dalla consapevolezza, più o

meno profonda, che ogni relazione significativa comporta il rischio della perdita, dell'incomprensione o del rifiuto. Per proteggersi da questa possibilità alcuni ragazzi scelgono di tenere tutto dentro, convincendosi che sia meglio non dipendere da nessuno. Tuttavia, chiudersi completamente raramente elimina la sofferenza e rischia di produrre solitudine. Il bisogno di essere compresi e riconosciuti dagli altri è una componente fondamentale dell'esperienza umana e acquista un'importanza particolare durante l'adolescenza. Crescere non significa diventare autosufficienti sul piano emotivo, ma imparare a scegliere relazioni sufficientemente sicure nelle quali poter condividere parti autentiche di sé.

Genitori che fare

Per i genitori, le domande dei figli rappresentano un'occasione preziosa. Spesso il compito non è fornire risposte definitive, ma aiutare i figli a tollerare la complessità delle relazioni. Quando un adolescente racconta una delusione, il rischio è quello di rassicurarlo troppo rapidamente, talvolta banalizzando le emozioni,

oppure di proteggerlo eccessivamente ("Non fidarti di nessuno"). Entrambe le reazioni rischiano di semplificare un'esperienza che, invece, è parte integrante della crescita. È più utile riconoscere la legittimità della paura e accompagnare il figlio/figlia nella riflessione. Fidarsi non significa ignorare il rischio di soffrire, ma accettare che ogni legame importante comporti una certa esposizione emotiva. La capacità di costruire relazioni mature nasce proprio dall'incontro tra due esigenze apparentemente opposte: proteggere se stessi e, allo stesso tempo, avere il coraggio di entrare in contatto con l'altro. La fiducia non è una certezza che precede l'incontro: è qualcosa che si costruisce poco alla volta, attraverso esperienze condivise, errori, riparazioni e nuove possibilità. E forse uno degli apprendimenti più importanti dell'adolescenza consiste proprio nello scoprire che si può sopravvivere anche alle delusioni, continuando a credere nel valore delle relazioni.

Intimità e sessualità

Quando un adolescente si chiede se sia giusto parlare della propria intimità con i genitori, pone una

domanda che riguarda uno dei compiti evolutivi più delicati di questa fase della vita: costruire uno spazio personale, separato dalla famiglia, senza per questo interrompere il legame affettivo con essa. Molti genitori vivono con una certa ambivalenza il progressivo riserbo dei figli: da un lato desiderano sapere cosa accade nella loro vita, per proteggerli e accompagnarli; dall'altro percepiscono che alcune porte si stanno chiudendo e che non tutto viene più raccontato. Questo cambiamento può essere fonte di preoccupazione, ma è anche il segnale di un importante processo di crescita. L'adolescenza rappresenta il momento in cui i ragazzi sono chiamati a ridefinire la propria identità; il corpo cambia, emergono nuovi desideri, si intensificano le relazioni con i coetanei e si sviluppa una vita interiore più ricca e complessa. In questo percorso diventa necessario creare una zona di riservatezza, uno spazio mentale e affettivo che appartenga al soggetto e che non sia immediatamente accessibile agli adulti. L'intimità, infatti, non coincide con il segreto. Un adolescente che non racconta tutto ai genitori

Sentire senza le parole

non sta necessariamente nascondendo qualcosa di pericoloso o sbagliato, piuttosto, può star cercando di comprendere se stesso, di dare un significato alle proprie emozioni e alle proprie esperienze, senza sentirsi continuamente osservato o interpretato. La possibilità di avere pensieri, fantasie, amicizie e sentimenti che non devono essere immediatamente condivisi è una componente essenziale dello sviluppo dell'autonomia psicologica. Questo non significa che il dialogo con i genitori perda importanza. Al contrario. Ciò che cambia è la natura dello scambio. Se durante l'infanzia il genitore aveva un accesso quasi completo al mondo del figlio, nell'adolescenza è necessario accettare una posizione diversa, meno centrata sul sapere tutto e più orientata all'ascolto e alla disponibilità. Un ragazzo tende a confidarsi quando percepisce che le sue parole saranno accolte senza giudizio, senza eccessiva intrusività e senza la paura di deludere chi lo ascolta. Molti adolescenti raccontano di evitare certi argomenti perché temono reazioni sproporzionate, interrogatori o interpretazioni immediate: quando ciò accade, il silenzio non

protegge necessariamente un segreto, ma la relazione stessa. Il ragazzo cerca di preservare uno spazio in cui possa continuare a sentirsi libero di pensare e di sperimentare.

Clima relazionale

Per i genitori può essere utile interrogarsi non tanto su quanto il figlio racconti, ma sulla qualità del clima relazionale. Esiste la possibilità di parlare quando emerge un problema? Il ragazzo sa di poter chiedere aiuto se ne ha bisogno? Percepisce che le sue emozioni possono essere accolte anche quando sono diverse dalle aspettative familiari? Queste domande sono spesso più importanti della quantità di informazioni condivise. Naturalmente esistono situazioni in cui la riservatezza lascia il posto all'isolamento o alla sofferenza. Un cambiamento improvviso

e persistente dell'umore, il ritiro sociale, comportamenti rischiosi o segnali di disagio meritano attenzione e, se necessario, un confronto aperto. Tuttavia, nella maggior parte dei casi, il bisogno di custodire aspetti della propria vita interiore rappresenta un passaggio fisiologico della crescita. Forse la domanda non è se gli adolescenti debbano parlare della propria intimità con i genitori, ma come costruire una relazione in cui possano scegliere di farlo. L'obiettivo non è eliminare i confini, bensì creare un legame sufficientemente sicuro da permettere ai figli di avvicinarsi e allontanarsi, senza timore di perdere l'affetto e il sostegno dei genitori. In questo equilibrio tra vicinanza e separazione si gioca una parte importante del percorso verso l'età adulta.

Laura Scibilia

CONSULTORIO FAMILIARE Consulenza e orientamento familiare · Prevenzione e salute della donna · Gruppi per genitori, figli e nonni · Progetti di educazione all'affettività e sessualità nelle scuole

COME CONTATTARCI

lunedì-venerdì 9.00-13.00 e 14.00-18.00
Tel. 02 55 18 92 02 · consultorio@istitutolacasa.it

EMPATIA: PERCEPIRE L'ALTRO SENZA DIMENTICARE SE STESSI

Vi è mai capitato di trovarvi accanto a qualcuno e sentire la sua gioia come se fosse un po' la vostra? O di percepire il dolore dell'altro ancora prima che sia espresso a parole? Le emozioni dell'altro spesso ci raggiungono in modo immediato e diretto, prima ancora di essere verbalizzate: a volte le percepiamo in modo chiaro, altre volte ci mettono in difficoltà e ci fanno sentire sopraffatti. Non è magia, né un talento raro destinato a pochi: è empatia, una capacità che sperimentiamo ogni giorno negli sguardi, nei sorrisi che ci fanno sentire meno soli. L'empatia è una competenza profondamente umana con una base biologica ed evolutiva: ciò significa che siamo "programmati" per rispondere allo stato emotivo dell'altro e sintonizzarci con chi abbiamo di fronte. Allo stesso tempo, però, non si tratta di un'abilità immutabile, ma si sviluppa

nel tempo, intrecciando aspetti emotivi, cognitivi e motivazionali. Nel linguaggio comune definiamo spesso l'empatia come la capacità di "mettersi nei panni dell'altro". Si tratta tuttavia di un'immagine riduttiva, seppur efficace. Il termine originale tedesco, *Einfuehlung*, coniato da Lipps nel 1903, significa letteralmente "sentire dentro" e fa riferimento a qualcosa di più profondo: la capacità di entrare in risonanza con lo stato emotivo dell'altro, oltre che comprenderlo. Nel corso del tempo, gli studiosi hanno descritto l'empatia in modi diversi: come adattamento del proprio stato affettivo a quello altrui, come uno stato di preoccupazione per l'altro con conseguente esperienza di uno stato affettivo congruente, o come combinazione di entrambe le dimensioni. Studi più datati hanno ridotto l'empatia ad un processo meramente cognitivo legato al

riconoscimento delle emozioni dell'altra persona. Ma capire cosa prova qualcuno non equivale automaticamente ad essere empatici. Possiamo infatti riconoscere lo stato emotivo dell'altro, senza che ci sia necessariamente una condivisione empatica e, in alcuni casi, tale comprensione può generare persino indifferenza, distacco o innescare meccanismi difensivi per non sentire il dolore altrui come proprio. Per questo motivo, oggi l'empatia viene considerata come un fenomeno complesso e multidimensionale. In quest'ottica, il riconoscimento delle emozioni sarebbe solo il primo passo da fare e dunque un prerequisito indispensabile per essere empatici, ma è la partecipazione affettiva, il sentire cosa prova l'altro, che rende possibile una connessione autentica. A tal proposito Hoffman (1982) definisce l'empatia come un'attivazione emotiva che permette di sintonizzarsi con l'altro, ponendo al centro la condivisione degli stati emotivi, più o meno mediata da processi cognitivi. Accanto alle dimensioni affettive e cognitive



dell'empatia, si aggiunge nel corso dello sviluppo anche una componente motivazionale, che orienta verso azioni di aiuto e sostegno. Tuttavia, quando percepiamo lo stato emotivo di qualcuno, non reagiamo sempre allo stesso modo. L'esposizione alle emozioni dell'altro, infatti, può suscitare una risposta empatica affettiva e congruente ad esso, ma può trasformarsi anche in simpatia o in disagio personale. La simpatia consiste nel provare preoccupazione per lo stato dell'altro, sensazione

che stimola la messa in atto di comportamenti d'aiuto. Il disagio personale, invece, ha a che fare con l'ansia e lo sconforto dovuti al sovraccarico emotivo generato dallo stato emotivo dell'altro: in questo caso, l'intensità dell'emozione altrui è così forte che ci porta a distaccarci per proteggerci da uno stato di malessere e non incoraggia la nostra risposta d'aiuto. Non sempre il blocco nell'agire per sostenere l'altro è dunque segno di freddezza o mancanza di sensibilità, ma può essere

il risultato di un eccessivo coinvolgimento emotivo. È importante ricordare però che l'empatia riguarda la capacità di sintonizzarsi con lo stato emotivo dell'altro, qualunque esso sia. Sebbene la maggior parte degli studi si sia concentrata sulle reazioni di fronte alla sofferenza e al disagio altrui, esiste una forma meno evidente di empatia, ma particolarmente significativa, che riguarda la condivisione di stati positivi come la gioia e l'entusiasmo. Entrare in risonanza con questo genere di emozioni può talvolta non essere immediato e risultare difficile, soprattutto se lo stato positivo dell'altro non rispecchia il nostro stato interno. Ma quando questa risonanza si realizza, essa rafforza profondamente il legame con l'altro, alla pari del sostegno nei momenti di difficoltà. Perché l'empatia possa essere davvero utile, è fondamentale essere in grado di percepire l'altro come entità separata e con uno stato interno differente dal proprio. Se le dimensioni affettive e cognitive sono ben integrate tra loro, infatti, l'individuo riesce contemporaneamente a

distinguere sé e l'altro e a modulare la sua risposta emotiva: ciò gli consente di entrare in contatto con le emozioni altrui ma senza esserne travolto e tale equilibrio consente di offrire un sostegno efficace. Al contrario, se la distinzione tra sé e l'altro è fragile, l'empatia può trasformarsi in contagio emotivo: la sofferenza dell'altro viene vissuta in modo immediato come se fosse propria, senza alcuna differenziazione tra il proprio stato emotivo e quello altrui, e l'eccessivo coinvolgimento emotivo potrebbe inibire la capacità di offrire aiuto. Secondo Hoffman, la capacità di differenziare tra sé e l'altro e di rispondere in modo adeguato alle emozioni altrui si sviluppa progressivamente. Nei primi mesi di vita, il neonato non distingue tra il proprio stato emotivo e quello altrui: di fronte al pianto di un altro bambino, spesso reagisce piangendo a sua volta. Attorno al primo anno inizia ad emergere una distinzione tra sé e l'altro, che diventa più chiara tra i due e i tre anni, quando il bambino comincia a comprendere che gli stati degli altri sono differenti dai propri. In questa fase, compaiono anche i primi tentativi di aiuto, anche se ancora

immaturi e poco adeguati, come ad esempio offrire un giocattolo a qualcuno che piange. Le competenze si affinano sempre più con la crescita: intorno ai quattro anni, il bambino comincia a creare delle connessioni tra l'emozione percepita dall'altro e la situazione che l'ha causata, ad esempio preoccupandosi per qualcuno che piange dopo essere caduto; dagli otto anni in poi, invece, si accresce sempre più la capacità di comprendere le condizioni emotive più complesse. È però nell'adolescenza e nell'età adulta che si consolida la capacità di regolare la propria risposta emotiva e di offrire un sostegno adeguato, mantenendo la distinzione tra sé e l'altro. L'empatia, dunque, compare molto precocemente, ma non rimane una risposta spontanea e automatica, bensì si sviluppa nel tempo e può essere coltivata. Non è semplicemente qualcosa che si ha o non si ha e non

si tratta di essere o meno persone empatiche. Si tratta piuttosto di imparare a riconoscere ciò che proviamo di fronte all'altro, a regolarlo e a trasformarlo in una risposta adeguata, mantenendo l'equilibrio continuo tra vicinanza e distanza. Non sempre è facile, soprattutto quando le emozioni emergono in modo intenso. Ma ascoltarle e restare in contatto con esse, modulandone l'intensità senza esserne sopraffatti e senza perdere il contatto con noi stessi, è ciò che permette all'empatia di tradursi in presenza autentica e utile per l'altro. Quindi la prossima volta in cui ci troviamo di fronte all'emozione di qualcuno, proviamo a fermarci un istante: ascoltiamo l'altro, ma osserviamo anche cosa sta accadendo nel nostro mondo interno. Sarà proprio questo ad orientarci verso una risposta empatica autentica.

Aurora Marullo

L'ANELLO D'ORO Servizio per uomini e donne che desiderano costruire un rapporto di coppia per giungere al matrimonio

COME CONTATTARCI lunedì-venerdì 11.00-13.00
Tel. 02 55 18 92 02 · anelloodoro@istitutolacasa.it

Prepararsi all'adozione

IL VALORE DEL GRUPPO NEL PERCORSO DI PREPARAZIONE ALL'ADOZIONE. LA TESTIMONIANZA DI UNA COPPIA IN ATTESA

Accogliere un figlio che viene da lontano è un atto d'amore radicale, ma è anche un viaggio che richiede bussole precise, spalle forti e una preparazione profonda. Il percorso formativo dedicato all'Adozione Internazionale si configura così non come un semplice adempimento burocratico, ma come una vera e propria esperienza trasformativa. Nel panorama attuale dell'offerta di formazione, ci troviamo spesso di fronte a un bivio: scegliere la comodità del digitale o puntare tutto sull'esperienza del contatto diretto? Quando ci si avvicina a percorsi delicati e trasformativi, come appunto quello dell'adozione internazionale, questa scelta non è solo logistica, ma esistenziale. La nostra recente esperienza formativa con l'Istituto La Casa, articolata tra moduli online e incontri in presenza, ci ha offerto una prospettiva privilegiata su come questi due mondi

possano integrarsi per prepararci a un compito di immensa portata. Il percorso online si è rivelato un alleato prezioso per la gestione dei tempi, permettendo una condivisione ordinata di opinioni e materiali. Tuttavia, è l'esperienza in presenza che ha dato sostanza al percorso: il contatto umano è il terreno fertile in cui si coltiva l'empatia. Accolti dai referenti della sede di Roma, Paolo e Doretta, guidati dagli operatori e insieme ad altre coppie in attesa, abbiamo trascorso due giorni che si sono rivelati un bagaglio prezioso e generativo. Ascoltare le intuizioni, le gioie, le paure e i sogni altrui in una stanza condivisa, significa apprendere non solo dai formatori, ma dalla vita stessa degli altri partecipanti, arricchendo la propria visione da angolazioni che da soli non avremmo mai potuto scorgere.

I moduli formativi, dalla cornice legale e burocratica dell'adozione internazionale fino ai vissuti dei bambini, tenuti rispettivamente dalla dott.ssa Caterina Mallamaci e dalla dott.ssa Chiara Righetti, sono stati guidati con una professionalità che non si è limitata alla teoria. Ma è quando abbiamo toccato i temi delle origini, dell'identità e dell'impronta del trauma che il percorso ha raggiunto la sua massima intensità. Dobbiamo essere onesti: nessun futuro genitore è davvero "pronto" ad accogliere il dolore che il trauma può portare con sé, ma grazie alle sessioni guidate dalla dott.ssa Righetti, abbiamo compreso che queste tematiche non sono capitoli da chiudere una volta appresi, bensì una bussola da consultare quotidianamente. Il corso ci ha donato una consapevolezza profonda: il nostro ruolo non sarà solo quello di essere genitori, ma di "accompagnatori" pazienti. Dovremo stare accanto a nostro figlio mentre esplora le sue origini, spesso frammentate o dolorose, e sostenerlo nell'apertura consapevole di quei traumi che, solo se guardati con amore e competenza, potranno avviare un percorso di



guarigione. È un impegno costante, un esercizio di presenza che richiede di non aver paura del buio, ma di essere pronti a illuminarlo insieme. Difronte a questo compito, il gruppo di coppie in attesa con cui abbiamo condiviso gli incontri di formazione rappresenta una risorsa che resterà nel tempo, uno spazio sicuro dove le paure si ridimensionano e le prospettive si moltiplicano. Tale coesione non è solo un supporto emotivo; è la consapevolezza che, in questo viaggio, non siamo soli e che la vera

difesa dell'ambiente umano inizia con la cognizione e la cura profonda di ciò che è fragile e prezioso. La coesione tra i partecipanti si trasforma in una rete di salvataggio invisibile: si entra come individui isolati, si esce come parte di una

comunità di progetto futuro, pronti a diventare i genitori di cui questi bambini hanno davvero bisogno. In definitiva, ciò che portiamo con noi non è solo un bagaglio di saperi, ma la promessa di un impegno nuovo, e, consapevoli che l'amore non ammette sentieri già tracciati, ci incamminiamo verso questa avventura sereni, sapendo che la teoria è solo il preludio a un'esperienza da vivere giorno dopo giorno. Ci affideremo alla nostra capacità di ascolto, alla nostra forza interiore e al supporto degli operatori che ci stanno accompagnando, convinti che la meraviglia dei legami più veri risiede nell'abbracciare la complessità. Sarà la pazienza a custodire quel terreno fertile dove, insieme ai figli, continueremo a scrivere le nostre vite insieme.

Agazio e Martha

SERVIZIO PER L'ADOZIONE INTERNAZIONALE

Ente autorizzato dalla Commissione Adozioni Internazionali
Paesi: Bolivia, Cile, Colombia, Bulgaria

COME CONTATTARCI

lunedì-venerdì 9.00-13.00 e 14.00-18.00
Tel. 02 55 18 92 02 · adozioni@istitutolacasa.it

INCONTRI E GRUPPI GRATUITI PER IL PERIODO SETTEMBRE-DICEMBRE

Per tutte e tutti

CM - Il corpo non mente

Ciclo di 4 incontri di gruppo per imparare che cosa ci dice e che cosa dice di noi il nostro corpo
 1° *Introduzione e primi ascolti*. Mercoledì 30/09
 2° *Che testa pesante!* In ascolto delle tensioni del volto, del collo e delle spalle. Mercoledì 14/10
 3° *Mi manca il respiro!* In ascolto delle tensioni del torace e dell'addome. Mercoledì 28/10
 4° *Con la coda tra le gambe*. In ascolto delle tensioni del bacino e delle pelvi. Mercoledì 11/11
 Gli incontri si tengono in orario: 18.15-19.45
 Conduce: Elena Canzi psicologa
Modalità: in presenza
Partecipazione gratuita

Per genitori

QS - Quale scuola dopo le medie?

Orientamento scolastico, offerta formativa, scelta della

scuola superiore e DSA
 Ciclo di 3 incontri
 Mercoledì: 7/10 21/10
 Ore: 18.30-20.00
 Conduce: Laura Scibilia psicologa psicoterapeuta
 Lunedì: 26/10
 Ore: 18.30-20.00
 Conduce: Viviana Rossetti psicologa psicoterapeuta dell'équipe DSA
Modalità: in presenza
Partecipazione gratuita

PG - Le parole giuste: parlare di sesso con i figli

Ciclo di 2 incontri
 1° *Salute e prevenzione*
 Venerdì: 16/10
 Ore: 18.30-20.00
 Conduce: Noemi Mantegazza ostetrica e infermiera
 2° *Aspetti affettivi e relazionali*
 Mercoledì: 4/11
 Ore: 18.00-19.30
 Conduce: Laura Scibilia psicologa psicoterapeuta
Modalità: in presenza
Partecipazione gratuita

Per donne

VB - Vivere bene la menopausa

Cambiamenti psicologici e fisiologici della donna
 Percorso di 2 incontri
 1° *Aspetti psicologici ed emotivi*. Mercoledì: 18/11
 Ore 18.30-20.00 **in presenza**
 Conduce: Laura Scibilia psicologa psicoterapeuta
 2° *Cambiamenti fisiologici*.
 Mercoledì: 25/11
 Ore 18.30-20.00 **online**
 Conduce: Maria Luisa Felcher ginecologa
Partecipazione gratuita

Per donne in gravidanza

MG - Movimento in gravidanza

Ciclo di 4 incontri per donne in gravidanza dal secondo trimestre.
 MG1 - Venerdì: 25/09 02/10 9/10 16/10
 MG2 - Venerdì: 13/11 20/11 27/11 4/12
 Ore: 17.00-18.00
 Conduce: Noemi Mantegazza ostetrica e infermiera
Modalità: in presenza
Partecipazione gratuita
 * *Materiale necessario: tappetino da yoga con eventuale cuscino, abbigliamento comodo*

AL - Prepariamoci ad allattare

Cosa sapere, come prepararsi, dubbi, domande
 AL1 - Venerdì: 25/09
 Ore: 18.15-19.45
 AL2 - Venerdì: 27/11
 Ore: 18.15-19.45

Conduce: Noemi Mantegazza ostetrica e infermiera
Modalità: in presenza
Partecipazione gratuita

Per neomamme

FP - Facciamo la pappa! Incontro sullo svezzamento

Per neomamme e neopapà. Quali sono i primi segnali per capire quando il bambino è pronto. Come iniziare con i primi assaggi, quali alimenti preferire e quali quelli essenziali durante lo svezzamento.
 Venerdì: 18/9
 Ore: 11.15-12.45
 Conduce: Noemi Mantegazza ostetrica e infermiera
Modalità: in presenza
Partecipazione gratuita

MN - Massaggio neonatale (anche per neo papà).

Ciclo di 5 incontri per apprendere le sequenze del massaggio neonatale A.I.M.I. per scoprire un modo nuovo di comunicare ed entrare in relazione con il proprio bambino, favorendo il suo benessere e il suo sviluppo.
 MN1 - Venerdì: 25/09 02/10 9/10 16/10 23/10
 MN2 - Venerdì: 13/11 20/11 27/11 4/12 11/12
 Ore: 11.15-12.45
 Conduce: Noemi Mantegazza ostetrica e infermiera
Modalità: in presenza

Partecipazione gratuita

MB - Mamma+bambino

gruppo di confronto sulle gioie e le fatiche di essere neomamme.
 Se interessate scrivere a: consultorio@istitutolacasa.it

Servizio di pesata neonati, consulenza allattamento e visite domiciliari

a cura dell'ostetrica.
 Su appuntamento

Per coppie nella fase iniziale del percorso adottivo L'ABC dell'adozione

Corso sull'adozione rivolto a coppie che necessitano di informazioni base sull'adozione o sono all'inizio dell'indagine psicosociale presso il Servizio sociale territoriale.
 Ciclo di 3 incontri
 Conduce: Caterina Mallamaci responsabile nazionale Servizio Adozioni.
 Il calendario delle date degli incontri verrà definito successivamente.
 Gli interessati possono contattare la segreteria.
Modalità: online
Partecipazione gratuita

NZ - Nonni e zii adottivi

Ciclo di 3 incontri per nonni e zii adottivi o in attesa di diventarlo
 Giovedì: 15/10 22/10 29/10

Ore: 18.30-20.00
 Conduce: Daniela Sacchet psicologa
Modalità: in presenza
Partecipazione gratuita

2G - Seconda genitorialità adottiva

Ciclo di 3 incontri per chi si avvicina all'idea di una seconda adozione
 Giovedì: 5/11 12/11 19/11
 Ore: 18.30-20.00
 Conduce: Daniela Sacchet psicologa
Modalità: in presenza
Partecipazione gratuita

AA - Adolescenza e adozione

Per genitori adottivi
 Lunedì: 9/11
 Ore: 18.30-20.00
 Conduce: Viviana Rossetti psicologa psicoterapeuta
Modalità: in presenza
Partecipazione gratuita

PER PARTECIPARE

Occorre effettuare sempre l'iscrizione su www.istitutolacasa.it
 Per informazioni: info@istitutolacasa.it

Aiutaci a sostenere la nostra attività di Corsi e gruppi 2026! Ogni contributo è prezioso. Grazie.

CRESCIAMO INSIEME A TE, PUOI METTERCI LA FIRMA!



DONA IL TUO 5x1000*
A ISTITUTO LA CASA ETS

CF 06765920159



Ci aiuterai a rendere più sereno il presente e il futuro di tante persone e famiglie.

Da 80 anni l'Istituto La Casa è a Milano un punto di riferimento per le persone di ogni età nell'affrontare le sfide della vita. Offriamo: Accompagnamento e formazione per l'adozione • Progetti di Cooperazione Internazionale nei Paesi di origine dei bambini e delle bambine • Mediazione familiare • Terapia di coppia • Supporto alla genitorialità • Prevenzione e salute della donna • Accompagnamento nascita e post partum • Sportello legale • Sostegno ad adolescenti e giovani • Sostegno psicologico

L'Istituto La Casa: Consultorio familiare accreditato, Ente autorizzato per le Adozioni Internazionali, Cooperazione Internazionale con 30 anni di esperienza, Movimento di incontri matrimoniali, Centro per la diagnosi e certificazione DSA.

*Non costa nulla. Non sostituisce l'8x1000 e il 2x1000.

#cresciamoinsiemeate
istitutolacasa.it/5x1000