

CASA NEWS

RIVISTA FONDATA DA DON PAOLO LIGGERI NEL 1941

N. 1 • APRILE 2026

**Bullismo e
cyberbullismo**

**Adozione
e origini**

**Corsi di
primavera**

Sguardi e parole

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

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>Elena D'Eredità</i>	3
FAMIGLIA Bulli e vittime non si nasce <i>Roberto Mauri</i>	4
ORIZZONTI Siamo egoisti o altruisti? <i>Aurora Marullo</i>	7
ADOZIONE Ricerca delle origini <i>David</i>	11
CALENDARIO Corsi e gruppi primavera	14

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 la rivista La Casa vi invitiamo
a rinnovare il vostro consenso tramite il modulo
sul sito www.istitutolacasa.it

Editoriale

Dalla cronaca all'esperienza

È recente una sentenza negli Stati Uniti, definita storica, che porta al centro dell'attenzione il tema della tutela dei minori in relazione all'utilizzo di piattaforme *social*, considerate responsabili di creare dipendenza, danni alla salute mentale, distacco emotivo ed esposizione ai predatori sessuali. Quello dei *social* è un mondo che può fare paura e che, sotto le mentite e apparentemente innocue spoglie di intrattenimento e condivisione, nasconde anche rischi enormi. Da adulti, e in particolare da genitori, ci si può sentire sopraffatti e divisi sulla posizione da assumere nei confronti dell'utilizzo dei *social* da parte dei figli, tra regole, divieti, concessioni, ambivalenze, ma anche rimozioni. Come in altre situazioni di devianza o violenza, infatti, è spesso spontaneo rimuovere e pensare "Sì ma non mio figlio", "Mia figlia è diversa", "Nella nostra famiglia certe cose non accadono". Non è facile guardare e affrontare la realtà, anche quando i dati sulle ore che ragazzi, ragazze e anche bambini spendono quotidianamente a fare "scrolling infinito",

sul tipo di contenuti *social* a cui accedono e sui danni che subiscono, sono ormai evidenti. E ovviamente i rischi non sono solo legati ai *social*. Cosa fare dunque? Quale stile educativo tenere? A volte sono le piccole deroghe a essere più pericolose, le situazioni che sembrano meno importanti su cui si lascia correre e che, lentamente, spostano il limite. Le grandi provocazioni o trasgressioni spesso determinano un'istintiva inibizione, una sana reazione di tutela, di allarme; quelle piccole, invece, sono più subdole, si insinuano, scavano in silenzio e si depositano, alzando sempre di più la soglia di quello che consideriamo corretto, accettabile, innocuo. Quante volte ci è capitato di limitarci a chiedere ai nostri figli "Che cosa hai fatto? Come è andata oggi? Che cosa hai mangiato?" e a ricevere come risposta "Niente, non lo so, non mi ricordo" oppure, se va meglio, una cronaca distratta e sintetica della giornata? A volte ci si fa bastare "la cronaca", non si ha tempo di entrare nel merito, ci si accontenta di sapere che non sia successo nulla

di grave e che "tutto è a posto". Eppure, questo elencare costruisce poco. Basterebbe guardarsi di più negli occhi, fermarsi quando ci si parla, dedicare attenzione, dimostrare ai nostri figli un interesse personale e non generico, un desiderio di conoscere e non un bisogno di essere rassicurati, un ascolto partecipato. Non chiedere solo che cosa hai fatto, ma come ti senti? Sei felice? Che cosa ha significato per te quell'avvenimento? Cosa hai provato in quella situazione? Che pensieri hai avuto? Che emozioni hai scoperto? Forse si tratta in fondo di passare da un elenco da spuntare a un dialogo, magari anche a una "buona lite"; da una descrizione cronologica a un racconto di significato, a una rielaborazione di pensiero, a un'educazione alla riflessione; dalla cronaca veloce, tanto simile a uno scrolling sullo smartphone, a un'esperienza reale, a qualcosa che ci riguarda davvero. Come le piccole trasgressioni, anche le piccole buone abitudini hanno un grande potere, fosse anche solo quello di ridare fiducia a noi adulti e ai nostri ragazzi e ragazze.

Elena D'Eredità

Bulli e vittime

non si nasce

L'IMPORTANZA DI ESSERE EDUCATIVAMENTE CONNESSI

Bullismo e cyberbullismo sono ormai diventati uno dei maggiori timori e spauracchi di genitori e educatori da cui provare a difendersi per salvaguardare la crescita e il benessere dei ragazzi. Le indagini condotte in merito in Italia e in Europa segnalano che negli ultimi due anni si sono registrati dati record: tra gli 11 e i 13 anni, l'età più vulnerabile, sono circa il 30% i ragazzi/e interessati, ma con dati in crescita anche tra i 9-10 anni. Un fenomeno sempre più pervasivo e allo stesso tempo sfuggente che mette a dura prova le capacità educative del mondo adulto, sempre più spiazzato, impreparato e spaventato.

Disponibilità precoce

Con riferimento alla dimensione digitale, va detto anzitutto che i genitori mostrano di essere ben consapevoli dell'importanza dei *social* per i loro figli, altamente sensibili alle attese dei figli di poter

avere un loro *smartphone* e poter accedere alla rete. Sembra quasi che molti genitori non vedano l'ora di dare ai figli questa opportunità. Nonostante l'età minima legale sia 14 anni, la 'sollecitudine' nell'accontentare (o cedere) alle richieste dei figli fa sì che l'apertura del primo profilo *social* per quasi il 30% avvenga già in prima media (11 anni). Circa il 10% l'aveva già dalla quinta elementare ed un altro 25% lo farà in seconda media (Report ricerca EYES UP, 2025). L'ingresso nel mondo *social* ha ormai assunto la valenza di nuovo 'rito di passaggio': un punto di non ritorno della crescita che segna la 'cittadinanza' nel mondo delle relazioni virtuali, ma più concrete e potenti di quelle reali. Quasi una sorta di 'cresima mondana', dove la 'connessione' con tutti e ciascuno diventa il nuovo 'dono spirituale', visto che l'età coincide con quella della tradizionale Cresima (per chi ancora la riceve).

Controllo e disciplina

A questo passaggio rituale, favorito e celebrato dall'intera famiglia, non corrisponde per contro un analogo cambio di passo nelle relazioni intergenerazionali che ne risultano invece esasperate. Tende a prevalere in genitori ed educatori infatti il bisogno di controllo: i dati raccolti indicano che quasi due genitori su tre, con figli fra i 13 e i 17 anni, intervengono sulle attività *online* dei figli, controllando la cronologia del pc per individuare i siti consultati dei loro figli o 'spiando' il profilo dei *social network*; quasi la metà dei genitori guarda i messaggi inviati e le chiamate effettuate con il cellulare e conosce la *password* dell'*account mail* o dello *smartphone* dei figli, ed uno su tre quella dei profili *social*. Inoltre, consapevoli della sensibilità e dell'importanza dei *social* per i figli, molti genitori non resistono alla tentazione di usarli come strumento per ottenere maggior obbedienza e disciplina. Così, la gestione familiare dei dispositivi *social* diventa spesso, a seconda delle circostanze, strumento punitivo, strumento di controllo, strumento di gratificazione e ricompensa, quando

usato come premio per un successo raggiunto. Il solito classico metodo di usare quello che piace ai figli per ottenere quello che a loro non piace...

Questo comportamento induce i figli a non condividere quanto da loro vissuto nel mondo *social* ed a trovare sempre nuovi modi per ingannare i genitori e aggirare controlli e divieti. Anche in questo caso, niente di nuovo sotto il sole, ma con l'aggravante di alimentare il divario e la distanza dalle dinamiche di crescita dei figli ed aprire un varco al rischio di forme di dipendenze e violenza, come appunto bullismo e cyberbullismo.

Dalle verifiche fatte, meno della metà dei ragazzi parla ai genitori di qualcosa di pericoloso vissuto o accaduto in rete e tanto meno di episodi di bullismo e cyberbullismo in cui sono a vario titolo coinvolti. Solo una contenuta minoranza fa riferimento agli insegnanti, mentre la maggioranza preferisce confidarsi con gli amici.

La risposta al bullismo: la competenza conflittuale

Come sottolineano gli esperti, affrontare situazioni di bullismo e cyberbullismo con un approccio di tipo 'normativo', sia esso



centrato sul singolo (il bullo) o sulla diade bullo-vittima, non risulta particolarmente efficace. Per ben intervenire occorre operare a livello delle relazioni di gruppo nel loro complesso, sul sistema familiare-amicale-scolastico, ovvero la rete educativa nel suo insieme. Nelle situazioni di bullismo, il fattore chiave è quello della 'competenza conflittuale', ovvero la capacità di stare nella tensione relazionale affrontandola come una situazione che può essere gestita. In altre parole, si tratta della capacità di saper ben litigare. Normalmente si ritiene

che si debba tenere lontani i bambini e i ragazzi dai litigi per proteggerli anche dalla violenza: in realtà questa prospettiva impedisce lo sviluppo di fattori protettivi dalla violenza stessa. Uno dei compiti genitoriali nel favorire crescita e autonomia dei figli è proprio quello di insegnar loro a ben litigare, ovvero a sviluppare la competenza conflittuale: acquisire una buona auto regolazione emotiva, la capacità cioè di gestire le proprie e altrui emozioni nella situazione problematica, e il saper distinguere la persona dal problema, stando sul

contenuto del conflitto e non sui difetti personali.

La famiglia-connessa: antidoto al cyberbullismo

Per scongiurare il pericolo del cyberbullismo non basta adottare filtri di navigazione o non acquistare lo *smartphone* al figlio. Serve tempo, pazienza, capacità di lettura dei fenomeni e soprattutto disponibilità ad affiancare i figli anche nel mondo *social* crescendo insieme a loro. È fondamentale per questo che la famiglia divenga 'famiglia-connessa' e operi come tale. Ben oltre l'ansia di controllo e l'uso disciplinare, lo strumento digitale assume nella famiglia-connessa un ruolo di attivatore della capacità genitoriale. Le esperienze *online* vengono bilanciate da altrettante esperienze *offline*, così da permettere al bambino, e in seguito all'adolescente, di poter sperimentare connessioni e disconnessioni senza temere l'isolamento, il disorientamento, l'attesa e la noia. In questo modo la famiglia-connessa mette in atto in modo credibile ed efficace delle azioni, quali: insegnare le regole della gestione della *privacy* e quelle dell'accettazione di richieste

di amicizia; vedere materiale video *online* insieme, orientarne la discussione, e al contempo favorire la lettura condividendone l'interesse; orientare i ragazzi a individuare le loro passioni e alimentare il talento di ciascuno. La famiglia-connessa soprattutto dà spazio e fiducia alla speranza educativa, crede che gli errori della comunicazione digitale possano essere riparati e interviene in questo senso.

Il ruolo degli educatori dentro e fuori casa

Al tema del bullismo e cyberbullismo, nella prospettiva della famiglia-connessa, è stato dedicato un percorso di quattro incontri per genitori di adolescenti realizzato dall'Istituto La Casa presso la parrocchia San Luigi Gonzaga di Milano, nel periodo

ottobre 2025-febbraio 2026. Una goccia nel mare delle emergenze educative in cui viviamo, certo, che ha comunque consentito a genitori ed educatori di ritagliare uno spazio di confronto e rielaborazione reciproca, lavorare insieme nel comprendere le possibili cause e facce del fenomeno bullismo, riconoscere ed elaborare le forti emozioni che esso scatena. Gli incontri hanno evidenziato possibili strategie educative con cui famiglia, scuola, parrocchia possono aiutare sia i ragazzi/e, come pure esse stesse, a sviluppare le modalità necessarie per sfuggire alla trappola bullo-vittima. Perché bulli e vittime non si nasce ma si diventa e il ruolo di genitori ed educatori può bloccare o evitare questo processo, restando connessi.

Roberto Mauri

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

Siamo egoisti o altruisti?

PICCOLO VIAGGIO NELLE NOSTRE AZIONI QUOTIDIANE

Nella vita di tutti i giorni ci capita spesso di sostenere gli altri e renderci disponibili verso il prossimo, talvolta mettendo da parte persino i nostri bisogni: dal cedere il nostro posto ad una persona anziana all'ascoltare per ore un amico in crisi. Ma perché lo facciamo? Siamo mossi solo dal genuino interesse per il bene dell'altro? Oppure, almeno in parte, aiutare è anche un modo per ottenere il proprio tornaconto, che sia anche soltanto sentirsi utili, riconosciuti o "brave persone"? Da secoli filosofi, sociologi e psicologi cercano di rispondere a questo interrogativo, indagando sul perché i comportamenti prosociali - quell'insieme di azioni volontarie compiute a beneficio di un altro individuo o di gruppo di persone - si siano evoluti in maniera distintiva nella nostra specie e quali siano le motivazioni che ne stanno alla base. Sin dalle origini dell'umanità

è possibile osservare come le motivazioni altruistiche si intreccino a quelle egoistiche. I primi uomini hanno iniziato a cooperare con gli altri per garantire la sopravvivenza del gruppo, ma allo stesso tempo anche la propria. Allo stesso modo, offrivano aiuto a membri esterni al proprio gruppo di appartenenza con l'aspettativa che i favori forniti venissero ricambiati in futuro. La realtà è dunque più sfumata di quanto sembri. Per orientarsi, fare una distinzione tra le varie forme di prosocialità potrebbe essere utile in questa riflessione. Tra queste forme, l'altruismo assume un ruolo di rilievo. Il filosofo francese Auguste Comte considerava l'altruismo come il "*desiderio non egoistico di vivere per il bene degli altri*", assumendo che ognuno vivesse la propria vita auspicando di dedicarla al bene altrui. L'altruismo implica infatti l'intenzione di favorire l'altro senza aspettarsi una ricompensa in cambio e

comporta un costo elevato per sé, economico o inteso come tempo ed energia, che può arrivare anche al sacrificio. Diversa è la cooperazione, altra forma di prosocialità che consiste nell'aiutarsi a vicenda per raggiungere uno scopo comune. In questo caso un potenziale vantaggio, derivante dall'azione sinergica, è percepito da tutti i soggetti coinvolti nella cooperazione. Soltanto in presenza di mutualità, infatti, la cooperazione risulterà vantaggiosa: è necessario che si lavori insieme in un contesto di mutuo sforzo in cui il proprio impegno nell'aiutare l'altro porti un vantaggio anche a se stessi, permettendo così a tutti i partecipanti all'azione di raggiungere l'obiettivo comune. Queste distinzioni ci mostrano che si può essere prosociali aiutando gli altri, ma non necessariamente altruisti se tale azione comporta il ricevere qualcosa in cambio, e che si può cooperare con l'altro non solo per avvantaggiare quest'ultimo ma perché conviene a entrambi. Un ulteriore spunto di riflessione ci viene fornito dalla connessione tra comportamenti prosociali e moralità. Spesso mettiamo in atto comportamenti

d'aiuto perché li riteniamo moralmente significativi: l'interiorizzazione di norme, i modelli socioculturali e i valori morali, ci portano a mettere sullo stesso piano il nostro interesse e quello altrui, scegliendo cosa è giusto e cosa è sbagliato. Ma non tutte le situazioni attivano allo stesso modo il nostro senso morale, bensì tendiamo a mettere in atto un'azione prosociale quando l'aiuto comporta un costo personale alto, che rende più nobile e meritevole compiere quel gesto. La filosofia ha comunque spesso dipinto l'altruismo come una qualità morale caratterizzata dall'interesse per gli altri senza tornaconti personali. Da un punto di vista morale, infatti, è certamente più apprezzato un comportamento messo in atto senza ricevere alcun tipo di ricompensa e con l'intento di ridurre le tensioni dell'altro. L'antropologo Marcel Mauss, ad esempio, sosteneva che una motivazione altruistica vera e propria esiste, e che la si possa riscontrare nel dono, inteso come *"un ciclo animato dal triplice obbligo di dare, ricevere e restituire"*: l'uomo prova piacere sia nel ricevere che nel dare e si sente in debito di restituire quanto



ha ricevuto. Non si tratta di un semplice scambio economico, ma di un processo che caratterizza le relazioni. Tuttavia, secondo una prospettiva utilitaristica, se isoliamo il momento del "ricevere", l'individuo appare mosso unicamente dal desiderio di ottenere qualcosa. Anche Daniel Batson, psicologo sociale, crede nell'esistenza del comportamento altruistico autentico. Secondo la sua prospettiva, si è

di fronte ad un atto di altruismo se le persone scelgono liberamente di agire a favore di altri senza alcun vantaggio per sé. In questo caso, l'empatia occupa un ruolo centrale nel determinare il comportamento d'aiuto. Nello specifico, possiamo aiutare l'altro per due motivazioni differenti, distinte qualitativamente tra loro: una è quella egoistica, per cui il gesto altruistico sarebbe motivato dal disagio personale

generato dal vedere una persona in difficoltà e finalizzato a ridurre lo stress provato; l'altra è quella altruistica in senso stretto, che vede l'individuo che compie un'azione di aiuto genuinamente preoccupato e motivato dal desiderio di ridurre la sofferenza dell'altro, indipendentemente dal ricavarne un beneficio. La differenza può sembrare sottile, ma riguarda il "focus" emotivo: siamo centrati su di noi o sull'altra persona? Diverse correnti sociologiche, d'altra parte, hanno però messo in dubbio l'esistenza di comportamenti altruistici in sé, ritenendo possibile identificare sempre l'ottenimento di un beneficio per l'altruista stesso, seppur non materiale, come ad esempio un senso di gratificazione e autorealizzazione. I sostenitori dell'egoismo psicologico ritengono anche che l'individuo si impegni in un comportamento d'aiuto spinto dalla necessità di rimuovere uno stato di disagio personale creatosi dopo aver assistito alla difficoltà dell'altro, in assenza di una genuina preoccupazione nei suoi confronti. Inoltre, tendiamo ad aiutare più facilmente familiari, amici, membri del nostro gruppo perché li percepiamo

come parte della nostra identità: sostenere l'altro significherebbe, in un certo senso, sostenere anche se stessi. Essere altruisti o egoisti, come abbiamo visto, può quindi dipendere da vari fattori: dal contesto, dalla relazione, dal nostro stato emotivo, dai valori morali interiorizzati, dal grado di empatia che proviamo e dalla capacità di regolarla. Ma allora, siamo altruisti o egoisti? Studiosi come Krebs rispondono che si tratta di una falsa dicotomia: non è possibile distinguere nettamente tra una motivazione egoistica e una altruistica, ma il desiderio di migliorare il benessere altrui interagisce con quello volto a migliorare il proprio, determinando un comportamento che non è né puramente altruistico né puramente egoistico. In questa prospettiva, altruismo ed egoismo non sono due categorie rigide e distinte, bensì i due poli di un *continuum* su cui si

collocano i comportamenti umani. Forse è proprio in questa ambivalenza che sta la ricchezza della natura umana: non siamo né puramente altruisti, né irrimediabilmente egoisti, ma siamo esseri capaci di preoccuparci sinceramente degli altri e allo stesso tempo di trarre soddisfazione dal farlo e dal sentirsi riconosciuti. E forse non è necessario scegliere di attribuirci un'etichetta definitiva. Non possiamo dimenticare infatti che siamo esseri sociali: le nostre vite sono intrecciate a quelle degli altri, e dunque anche il nostro benessere lo è. Ma se il risultato è un mondo in cui ci aiutiamo a vicenda, creando una rete di relazioni significative, forse non è così importante stabilire dove finisca l'altruismo e dove inizi l'interesse personale e poco importa che, insieme al bene dell'altro, ci sia anche un po' del nostro.

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 · anellodoro@istitutolacasa.it

CRESCIAMO INSIEME A TE,
PUOI METTERCI LA FIRMA!

DONA IL TUO 5x1000
A ISTITUTO LA CASA ETS

CF 06765920159

Da 80 anni l'Istituto La Casa è a Milano un punto di riferimento per le famiglie e per chi si trova ad affrontare, ad ogni età, le sfide della vita e la complessità dell'oggi.

La competenza professionale e multidisciplinare degli operatori di ambito psicosociale, educativo e sanitario hanno sempre un volto umano.

L'Istituto La Casa è una Casa per tutte e tutti a cominciare dalle persone che dentro e con l'Istituto lavorano.



L'intuizione del fondatore, don Paolo Liggeri, di **partire dalla persona, nella sua unicità e complessità**, e dalla costruzione e ricostruzione dei legami familiari, ha portato l'Istituto La Casa a essere il primo Consultorio familiare sorto in Italia con quasi trent'anni di anticipo rispetto alla legge italiana che sanciva nel 1975 la nascita di questa tipologia di servizio. Da allora **l'Istituto La Casa è cresciuto insieme alle persone, famiglie, coppie, ai genitori e ai figli che negli anni ha accompagnato.**

Resta questo **cuore forte** nelle azioni di ogni giorno, dentro e oltre la professionalità, dentro questo "sciogliere nodi", per cercare di **rispondere ai bisogni** delle proprie comunità di riferimento.

La porta dell'Istituto è aperta non solo alle necessità di oggi, ma sempre di più, a quelle di domani, in relazione e collaborazione con istituzioni, enti e altre agenzie educative.

Ricerca delle Origini

IL RACCONTO DEL VIAGGIO NEL PAESE DI NASCITA E DELL'INCONTRO
CON I GENITORI BIOLOGICI

Sono David, ho 20 anni, sono studente all'Accademia di Belle Arti di Milano e sono appassionato di musica e di videogiochi. Nel 2007, attraverso l'ente adozioni dell'Istituto La Casa, è avvenuta la mia adozione che mi ha dato l'opportunità di trovare una famiglia che mi ha accolto nel suo progetto di vita. Sono felice di poterne parlare e di condividere la mia esperienza. In Colombia, a Bogotá, le condizioni della mia famiglia di origine erano tali da rendere necessaria la via dell'adozione. Ed è stato così che, a due anni, ho conosciuto Paola e Davide che sono i miei attuali genitori e che, successivamente, hanno accolto in famiglia mio fratello più piccolo, anche lui adottato e originario della Cina, di 13 anni. In casa, con i parenti e anche con gli amici, il tema dell'adozione non è mai stato altro che l'elemento di partenza per una vita

insieme e un importante momento nel cammino dei genitori che, fin da subito, hanno parlato di tutto con me, risposto alle mie curiosità e condiviso con me l'interesse e l'amore per la Colombia, favorendo il senso di appartenenza ad entrambi i paesi, tanto che, ad esempio negli eventi sportivi, mi interessava sia della sezione italiana sia di quella colombiana. Possiedo pochi ricordi del mio periodo di vita colombiano, ma ho recuperato il possibile grazie alle foto e ai documenti in mio possesso, tenuti dalla famiglia che mi ha accolto a braccia aperte fin dal primo momento. All'inizio non è che avessi avuto specifiche domande sul mio passato e non mi interessava parlarne nel dettaglio con i miei genitori, sia perché, essendo una cosa personale, volevo affrontarla per conto mio per quanto possibile, sia

anche perché non volevo rischiare di far passare una visione negativa nei confronti dei genitori adottivi. Con loro, nel corso della crescita, ho avuto diverse discussioni, non dovute all'adozione fortunatamente, ma volevo comunque assicurarmi di non creare un'atmosfera negativa sulla questione e in ogni caso le informazioni avute mi sono bastate per diverso tempo. L'interesse verso il mio passato e la mia storia cominciò a "sgomitare" tra i pensieri verso il quarto anno di liceo. Prima di allora non avevo ragionato a fondo, ma in quel periodo il pensiero si fece strada con una forza tale da convincermi a informarmi attivamente sui miei primi anni di vita e sulle dinamiche ad essi legate. Ne parlai con la ragazza che frequentavo al tempo che mi supportò fino a quando, quasi per caso e senza aspettative di riuscirci, digitai *online* le informazioni ottenute dai documenti e queste mi portarono a riconoscere in due *account social* la possibilità di interazione con mio padre biologico. A quel punto inviai un primo messaggio per iniziare a tastare il terreno. Non ho mai fatto colpo ai



miei genitori biologici per l'adozione, alla fine è anche grazie a loro se ho avuto modo di sperimentare la mia attuale vita e sono una persona conscia della situazione preesistente;

il nostro percorso si è diviso e mi soddisfa aver quasi una "trilogia" a posteriori: l'adozione, il contatto, il legame. Nel messaggio *online* con mio padre precisai fin da

subito che le mie intenzioni erano di puro interesse conoscitivo nei suoi confronti e nei confronti delle mie origini. Dopo aver scambiato informazioni ed essermi assicurato che fosse effettivamente lui, ne parlai con Paola e Davide con emozione. Grazie a mio padre biologico, entrai in contatto successivamente anche con mia madre e questo fu l'inizio di una corrispondenza che felicemente continua ancora oggi. Nelle nostre comunicazioni percepivo da entrambi i "lati del telefono" un carico di emotività e l'anno successivo, vicino alla data del mio compleanno, ci fu il viaggio in Colombia, preparato con cura nei mesi precedenti con l'accompagnamento dell'Istituto La Casa che ci è sempre stato accanto sia nella fase di preparazione sia nel momento del viaggio vero e proprio attraverso un suo referente in Colombia che ringrazio ancora per la disponibilità e la compagnia. Nel mese di luglio 2024 siamo dunque partiti tutti e quattro, io, mio fratello e i miei genitori, con destinazione Bogotá. Il viaggio in aereo è stato un po' stancante, ma ne è valsa la pena! Dopo i primi giorni per sistemarci e per

ambientarci, fu organizzato l'incontro dal vivo con i miei genitori in cui raccontarsi e abbracciarsi dopo gli anni passati a distanza. Ho apprezzato particolarmente i sapori della cucina locale e la compagnia che non scorderò mai, il tutto si è svolto con il supporto del referente dell'ente che ha accompagnato le nostre giornate e aiutato con la lingua spagnola che riesco a comprendere, ma su cui possiedo meno capacità nell'esprimermi. Parlando con la mamma e il papà colombiani, ho saputo meglio come hanno proseguito la loro vita dopo la mia adozione. Mi hanno raccontato che le loro strade si sono separate ed entrambi conducono una vita di coppia con una persona conosciuta successivamente che li rende felici. Ho inoltre scoperto di avere una famiglia più grande di quanto mi aspettassi inizialmente: ho infatti un fratello di un paio di anni più grande negli USA, una sorella poco più piccola e un fratello più grande! In generale posso dire di aver fatto tesoro dell'esperienza sotto tutti i punti di vista e vorrei nuovamente aver modo di andare in Colombia dove mi sono sentito a casa per l'ambiente meno

teso rispetto a quello del nord Italia in cui vivo e per le genuine interazioni con famigliari e non con cui ho avuto modo di relazionarmi e di passare il tempo. Il cibo e gli aromi locali sono stati in grado di far emergere ricordi e sensazioni singolari di cui non ricordavo l'esistenza da anni e sentire di nuovo quei gusti e quei profumi mi ha fatto apprezzare la partecipazione di tutti coloro che hanno reso possibile e indimenticabile il viaggio: i miei genitori e mio fratello per la presenza e il supporto, i miei genitori biologici per tutto l'amore dimostrato e ricevuto, soprattutto quello che non ho avuto modo di vedere negli anni precedenti e che non sapevo nemmeno ci fosse in tale grandezza nei miei confronti. L'Istituto La Casa è stato il collante tra tutte queste persone e queste emozioni

e posso esprimere gratitudine per quanto realizzato. Un ringraziamento alla psicologa Chiara Righetti per il supporto e anche per la proposta di parlare di queste tematiche e della mia esperienza, inizialmente in un evento *online* e ora per iscritto. Finite le due settimane di soggiorno in Colombia, a malincuore, sono dovuto tornare a casa e ho dovuto salutare i miei genitori biologici, che intendo a tutti gli effetti come tali: gli eventi e l'amore donatomi non cambiano la mia visione nei loro confronti e posso dire di appartenere a quattro genitori che si differenziano solo per la distanza e per la lingua con cui mi raccontano le loro cose e con cui io rispondo loro, come un albero dalle numerose diramazioni tutte legate tra loro.

David

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 GRATUITI PER IL PERIODO APRILE - GIUGNO

DONNE IN GRAVIDANZA

AL - Prepariamoci ad allattare

Cosa sapere, come prepararsi, dubbi, domande
Venerdì: 17/04
Ore: 18.00-19.30
Conduce: Noemi Mantegazza
ostetrica e infermiera
Modalità: in presenza
Partecipazione gratuita

MG - Movimento in gravidanza

Cicli di 4 incontri per donne in gravidanza dal secondo trimestre. Venerdì: 17/04 24/04 8/05 15/05
Ore: 16.30-17.30
Conduce: Noemi Mantegazza
ostetrica e infermiera
Modalità: in presenza
Partecipazione gratuita
* Materiale necessario: tappetino da yoga con eventuale cuscino, abbigliamento comodo

NEOMAMME

MN - Massaggio neonatale

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.
Venerdì: 17/04 24/04 8/05 15/05 22/05
Ore: 11.15-12.45
Conduce: Noemi Mantegazza
ostetrica e infermiera
Modalità: in presenza
Partecipazione gratuita

FP - Facciamo la pappa! Incontro sullo svezzamento

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: 8/05
Ore: 14.30-16.00
Conduce: Noemi Mantegazza
ostetrica e infermiera
Modalità: in presenza
Partecipazione gratuita

MP - Mamma si parte!

Consigli su come affrontare i mesi più caldi con il pancione e su come prepararsi alle prime

vacanze con i neonati.
Venerdì: 5/06
Ore: 11.15-12.45
Conduce: Noemi Mantegazza
ostetrica e infermiera
Modalità: in presenza
Partecipazione gratuita

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 22/04
2° *Che testa pesante!* In ascolto delle tensioni del volto, del collo e delle spalle. Mercoledì 6/05
3° *Mi manca il respiro!* In ascolto delle tensioni del torace e dell'addome. Mercoledì 20/05
4° *Con la coda tra le gambe.* In ascolto delle tensioni del bacino e delle pelvi. Mercoledì 3/06
Gli incontri si tengono in orario: 18.15-19.45
Conduce: Elena Canzi
psicologa
Modalità: in presenza
Partecipazione gratuita

ADOZIONE

L'ABC dell'adozione

Corso per chi necessita di informazioni di base sull'adozione (prima di intraprendere il cammino adottivo o nella prima fase



del percorso di valutazione presso il servizio sociale territoriale). Ciclo di 3 incontri. Conduce: Caterina Mallamaci
responsabile nazionale servizio adozioni Istituto La Casa. Le coppie interessate possono contattare la segreteria: segreteria@adozionilacasa.it
Modalità: online
Partecipazione gratuita

PRE ADOZIONE

GF - Diventare genitori e figli: i primi mesi insieme

Martedì: 14/04
Ore: 21.00-22.30

Conduce: Viviana Rossetti
psicologa psicoterapeuta
Modalità: online
Partecipazione gratuita

POST ADOZIONE

AA - Adolescenza e adozione

Martedì: 5/05
Ore: 21.00-22.30
Conduce: Viviana Rossetti
psicologa psicoterapeuta
Modalità: in presenza
Partecipazione gratuita

NZ - Gruppo Nonni e zii adottivi

Ciclo di 3 incontri per nonni e zii adottivi o in attesa

di diventarlo
Martedì: 21/04 28/04 5/05
Ore: 18.30-20.00
Conduce: Daniela Sacchet
psicologa
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!



BUONA CAUSA

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 • 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 è un Consultorio familiare accreditato, un Ente autorizzato per le Adozioni internazionali, un Movimento di incontri matrimoniali e un Centro per la diagnosi e certificazione DSA.

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

#cresciamoinsiemeate
istitutolacasa.it/5x1000

ISTITUTO
CASA
la famiglia delle famiglie