
Come parlare ai figli adolescenti

Autore: Mariano Iavarone

Fonte: Città Nuova

Continua il corso di formazione agile per genitori di adolescenti condotto da Mariano Iavarone, mediatore familiare e psicologo. Nella lezione di questa sera alle 20.30 si parlerà di comunicazione, delle sue regole e di tecniche funzionali. È ancora possibile abbonarsi.

«Essere genitore è l'opportunità più grande che venga offerta per crescere di nuovo. Per colmare, calmare, capire, guarire e magari diventare migliore. Penso che poche persone compiano questo percorso con consapevolezza; la maggior parte assiste ma non partecipa in prima persona, non coglie l'occasione, non si ferma a riflettere; tutto rimane immutato e **i bambini, quelli veri e quelli nascosti dentro di noi, continuano a non capire perché vengono lasciati soli di notte, perché vengono brontolati e puniti, perché vengono considerati piccoli adulti e non piccole persone innocenti da cui imparare a ritrovare amore incondizionato, semplicità e purezza**» (Alessandra Bortolotti, 2010). "Mi colpiscono sempre riflessioni come queste, fanno bene alla mente e al cuore. Ci dicono la grande verità che da alcuni mesi vado sostenendo [con il percorso P.A.S.S.](#), ovvero che **la genitorialità è una grande e magnifica occasione per crescere**. Perciò, assieme alla [rivista Città Nuova](#), ho progettato [questo corso per aiutare i genitori a coltivare e sviluppare le proprie competenze sociali e relazionali](#); abbiamo scelto come slogan "prenderci cura di sé per prenderci cura dei figli", per ripeterci che il benessere dei figli dipende anche da come stiamo noi adulti. Sono convinto che **anche da adulti possiamo migliorarci sempre**, per tutta la vita, e che la relazione con un figlio, soprattutto in adolescenza, ci metta in crisi proprio per abbattere vecchi equilibri e spingerci a costruirne di nuovi. È come una chiamata della vita, un appello che faremmo bene a cogliere. Da parte mia, come genitore prima e come professionista poi, sperimento che è proprio vero: **se decido di accettare la sfida del cambiamento**, una spinta evolutiva propulsiva mi rimette in moto verso terre mai esplorate prima. Ma **il cambiamento fa paura**, lo so. Per questo, **farsi aiutare è una cosa saggia**. Un viaggio nuovo diventa più entusiasmante se si possiede l'attrezzatura giusta. Con il [corso P.A.S.S. stiamo proprio imparando a farci aiutare e ad attrezzarci per capire meglio i nostri figli](#), per gestire meglio le nostre reazioni, per prenderci cura della nostra relazione con loro. Le risposte che mi stanno arrivando mi dicono il vostro interesse ed entusiasmo, e mi hanno fatto decidere di **offrirvi un incontro aggiuntivo da destinare ad un libero confronto e dialogo** con chi ha partecipato finora. Ecco quindi i nostri prossimi appuntamenti:

- **Giovedì 26 maggio:** parleremo di comunicazione, delle sue regole e di tecniche funzionali.
- **Giovedì 9 giugno:** ci occuperemo di come gestire al meglio lo stress e sviluppare resilienza.
- **Giovedì 23 giugno:** incontro di conclusione dedicato al dialogo su vostre domande.

Che dirvi allora di più? Che **vi aspetto con gioia, ringraziandovi per l'attenzione, la curiosità e la fiducia che mi state dimostrando**. A presto". Mariano Iavarone Per chi fosse interessato, è **sempre possibile abbonarsi ai corsi di formazione agile di Città Nuova**: le lezioni che sono già state svolte sono state infatti registrate e inserite, insieme ai materiali del corso, in un'apposita cartella online messa a disposizione degli abbonati. **Per abbonarsi** si può scegliere il [corso preferito nella sezione abbonamenti](#). **Per informazioni:** rete@cittanuova.it **Per approfondire: scopri il [Dossier Adolescenti](#)**: undici esperti ci guidano alla scoperta dell'adolescenza: quell'esplosione di vita, ormoni, energia, creatività e problematicità che avviene sotto i nostri occhi e nelle nostre famiglie e che spesso non sappiamo affrontare. —

Sostieni l'informazione libera di Città Nuova! Come? [Scopri le nostre riviste, i corsi](#)

[di formazione agile](#) e [i nostri progetti](#). ***Insieme possiamo fare la differenza! Per informazioni: rete@cittanuova.it***