

fisico da parte dei genitori. La **soddisfazione dell'opera compiuta ha infuso loro fiducia**, guidandoli lungo la strada dell'indipendenza e dell'identità individuale.

Ma anche i momenti in cui l'adolescente vive l'insuccesso perché un'interrogazione è andata male, ha litigato con la migliore amica o gli hanno rubato il motorino, costituiscono occasioni per esprimere il linguaggio d'amore del contatto fisico.

**UNA BUONA NORMA CONSISTE NEL NON TOCCARE MAI UN ADOLESCENTE IN PRESENZA DEI SUOI AMICI A MENO CHE SIA LUI A CERCARE UN CONTATTO FISICO.** Gli adolescenti sono individui. Non tutti amano lo stesso tipo di contatto fisico.

Alcuni gradiscono i massaggi sulla schiena e altri no. Ad alcuni piace lasciarsi scompigliare i capelli, ad altri no.

**NON DOBBIAMO IMPORRE AGLI ADOLESCENTI IL NOSTRO LINGUAGGIO; DOBBIAMO IMPARARE IL LINGUAGGIO DELL'ADOLESCENTE.** Quando proponete a vostro figlio adolescente lo stesso contatto che gli riservavate quando era bambino, potreste stimolare un senso di dipendenza e di insicurezza, l'esatto contrario di ciò che l'adolescente vuole provare.

educare

da: BRUNO FERRERO, *Il Bollettino Salesiano* - rubrica *Come Don Bosco*

**I genitori possono servirsi del contatto fisico per correggere dolcemente i figli quando il loro comportamento non è gradevole.**



**FAMIGLIA:  
365 ISTRUZIONI PER L'USO**

**Adolescenza - È il periodo nella vita dei ragazzi, in cui i genitori diventano difficili. (Anonimo)**

 Don Bosco Ti Parla...

SCARICA ALTRE SCHEDE DA  
[www.ilgrandeducatore.com](http://www.ilgrandeducatore.com)

Coordinamento redazionale di Angelo Santi, ex-allievo salesiano

SCHEDA

41

GIALLA

serie

**EDUCARE LA FAMIGLIA CON LA FAMIGLIA**Supplemento della rivista "Educatori di vita"  
[ilgrandeducatore@gmail.com](mailto:ilgrandeducatore@gmail.com)

... Perché i vostri figli non debbano "mendicare" un abbraccio dai genitori...



L'EDUCATORE

**Adolescenti  
ma senza  
aculei** (= stimoli)

**L'INNEGABILE POTERE EMOZIONALE  
DEL LINGUAGGIO DEL CONTATTO FISICO  
CON LE PERSONE CHE AMIAMO**

Marianna, 15 anni: «**Il mio papà non mi abbraccia più come una volta. Non so se lui pensi che io adesso non ne abbia più bisogno. Però i suoi abbracci mi mancano**».

Fotografie e immagini non firmate sono dell'Archivio SDB. Le foto sono di repertorio e non si riferiscono alle persone di cui si parla.

Il contatto fisico con le persone che amiamo ha un innegabile potere emozionale. È questo il motivo per cui i genitori sono incoraggiati a coccolare i bambini, baciarli e accarezzarli.

**Il contatto fisico è un modo per comunicare a livello emozionale anche all'altro capo della vita.** Nessuno ha difficoltà ad abbracciare teneramente i nonni. Chi non ha visto anziani in carrozzella tendere una mano che desidera essere toccata? E naturalmente, i coniugi si abbracciano e si baciano.

- ✓ Che dire degli adolescenti?
- ✓ Sono diversi?
- ✓ Il contatto fisico è un modo per comunicare con loro a livello emozionale?

Dipende da quando, dove e come si tocca l'adolescente. Per esempio,

- ✓ un abbraccio in presenza di coetanei può provocare imbarazzo e indurre l'adolescente a respingere il genitore; *invece*, massaggiargli i muscoli delle spalle, quando torna a casa dopo una partita, può comunicare profondo amore a livello emozionale;
- ✓ cercare di toccare un adolescente mentre è in un momento di "umore antisociale", lo infastidisce; *invece*, il contatto fisico dopo una giornata deludente a scuola sarà accolto come una manifestazione d'amore.

È importante ricordare che anche l'adolescente ha disperatamente bisogno di sentire l'amore dei genitori.

**Il linguaggio del contatto fisico, parlato al momento giusto e nella sede adatta, arriva in profondità.** Il contatto fisico dice: «*Ti riconosco come persona importante. Mi stai a cuore. Ti voglio bene*». Tutti gli adolescenti hanno bisogno di sentire il linguaggio del contatto fisico. Se non lo sentono dai ge-

**Jessica, 17 anni: «So che a volte è difficile vivere con me. I miei genitori devono adattarsi ai miei vari stati d'animo... ma quando mi abbracciano o mi mettono anche solo una mano su un braccio, mi sembra che tutto vada bene».**

nitori, lo cercheranno altrove.

**I papà dei nostri tempi tendono a evitare il contatto fisico con le figlie adolescenti.** È importante invece che essi continuino a parlare il linguaggio d'amore del contatto fisico alle figlie che entrano nell'età dell'adolescenza.

**Le adolescenti ne hanno bisogno** mentre sviluppano la loro indipendenza e l'identità individuale di donne.

**I genitori degli adolescenti devono imparare l'arte dei momenti adatti.** Quest'arte è difficile per due motivi:

- ✓ in primo luogo, il momento adatto è ampiamente determinato dallo stato d'animo dell'adolescente;
- ✓ in secondo luogo, lo stato d'animo del *teen-ager* non è sempre evidente.

I genitori saggi cercano di capire i loro figli. Una madre disse: «*Riesco a stabilire se mio figlio desidera essere toccato dal modo in cui chiude la porta quando entra in casa. Se sbatte la porta, è come se dicesse: "Non toccatemi"*».

Un'altra madre affermò: «*Riesco a stabilire se mia figlia desidera essere toccata dalla distanza che mantiene da me quando mi parla. Se rimane dall'altra parte della stanza, capisco che non desidera essere toccata. Se invece si sistema accanto a me...*».

**Gli adolescenti manifestano il loro stato d'animo con il linguaggio del corpo:** con la distanza che mantengono dai genitori o se tengono le braccia conserte, ad esempio. Non è necessario comprendere il motivo per cui un adolescente in un dato momento non desidera essere toccato. **È importante individuare quei momenti e rispettarli.**

CHE  
COSA  
FARE?

**È quasi sempre inopportuno cercare di toccare un adolescente quando è irritato.** Per un adolescente agitato, il contatto fisico sembra un tentativo di controllo. Limita il bisogno di indipendenza dell'adolescente.

**LE OCCASIONI MIGLIORI SONO QUELLE APPARENTEMENTE OPPOSTE.** Una vittoria sportiva, un

**successo in una recita, un saggio di danza compiuto molto bene, un lavoro ben fatto per la scuola,** ecc. sono le circostanze in cui normalmente gli adolescenti sono disponibili a ricevere un affettuoso contatto



**I genitori saggi cercano di capire i loro figli.**