



Lezioni da genitori per mamma e papà

UN COACH IN FAMIGLIA La psicoterapeuta Roberta Mariotti: “Non è per incapacità. Ci si mette in discussione”



Roberta Mariotti, psicologa e psicoterapeuta che allena i genitori alla genitorialità

Ci sono genitori che per fare meglio i genitori si rivolgono ad un coach, un allenatore. “Non per incapacità. Prima di tutto in generale oggi c’è una maggiore attenzione ai propri figli sotto il profilo psicologico. Contemporaneamente madri e padri sono bombardati da una molteplicità d’informazioni, a volte nemmeno tanto corrette. Poi magari capita che ci si metta di mezzo anche qualche nonno, che rimprovera alcune scelte. Facile finire per entrare in confusione. Ci si mette in discussione. A volte anche troppo”. E’ un’esperienza ormai ventennale quella di **Roberta Mariotti**, coach, psicologa e psicoterapeuta. Un’esperienza che comincia con alcuni incontri informativi nelle scuole. Nel frattempo c’è chi l’avvicina per chiederle incontri individualizzati. Ma emerge anche la necessità di un approfondimento all’interno di un confronto, di un gruppo. Perché si sa, purtroppo è così, mal comune è mezzo gaudio.

Sono mamme, papà (a volte in coppia), ma anche educatori a farsi avanti, a cercarla. Pronti ad arruolarla (riconoscendole ovviamente un compenso) per la consulenza. E’ nata così - nel 2008 - l’idea di un vero e proprio seminario (aperto a 10-12 persone, non di più) per aiutare a sviluppare le capacità genitoriali ed educative (il prossimo partirà proprio questo venerdì).

“Uno dei problemi ricorrenti è quello di non sapere bene come gestire e affrontare le emozioni dei nostri figli. In particolare la rabbia, che il bambino inizia a saper gestire solo attraverso un percorso che richiede tempo. Ma questo spesso i genitori non lo fanno”, chiosa la psicoterapeuta. Ma madri e padri si rivolgono a lei anche per problemi piuttosto importanti, dal panico che scatta quando è

“Problema ricorrente è quello di non saper gestire le emozioni”



il momento di andare a scuola a episodi di bullismo. “Ecco questo è un percorso per fornire a genitori insegnanti alcuni concreti punti di riferimento. Ma il fine ultimo è che bam-

bini e ragazzi possano crescere sicuri, rafforzando le loro naturali abilità e potenzialità”. Perché un adulto che sappia assumersi un ruolo di guida “forte e sicuro”, che sappia fornire risposte adeguate di fronte agli svariati problemi della vita quotidiana, non può che essere un bene per lo sviluppo e l’apprendimento da parte dei giovani.

Valeria De Tommaso