

Come iniziare una conversazione con i nostri figli

di Giuseppe Falco

Per aiutare nostro figlio a cooperare con noi nella conversazione e ridurre possibili incomprensioni, è fondamentale:

Esporre chiaramente che tipo di conversazione vogliamo sostenere con lui o lei, e **verificare** se intende parteciparvi.

Infatti, più la conversazione è importante per noi, più è essenziale che nostro figlio sia a conoscenza del quadro generale nel quale essa va a collocarsi.

Se abbiamo bisogno di sostenere con nostro figlio una conversazione lunga, complessa e delicata dal punto di vista emotivo, il fatto di spiegargli/le brevemente l'obiettivo della nostra conversazione e renderci conto se lui/lei intendono parteciparvi potrà veramente fare la differenza in termini di efficacia comunicativa.

Perché spiegare? Alcune conversazioni richiedono molto più tempo, sforzo e coinvolgimento emotivo di altre. Se vogliamo quindi affrontare una conversazione che richiede molto impegno e sforzo, è bene che nostro figlio si renda conto di ciò e che acconsenta a prender parte alla conversazione.

Infatti, se nostro figlio acconsente a partecipare al dialogo, sarà più presente e attivo nello scambio e più propenso a soddisfare i nostri bisogni o a spiegare perché non è in grado di farlo – o forse, suggerire delle alternative alle quali non avevamo pensato.

Vediamo ora alcuni esempi pratici di un **efficace inizio** di conversazione:

“Ciao, Maria. Ho bisogno del tuo aiuto per risolvere un problema.. Hai un minuto per parlarne?”

“Ah, Antonio, hai un minuto di tempo adesso? Volevo parlarti ora del viaggio di luglio. Va bene?”

“Luigi, ti devo dire che non mi è piaciuto come ti sei comportato l'altra sera a casa di Stefania. Ne possiamo parlare per qualche minuto?”

(per telefono) *“Ciao, Luisa, sono la mamma. Come stai? Ti voglio parlare di Federico. E’ di nuovo in carcere. Va bene se ne parliamo adesso?”.*

Esporre il tipo di conversazione che vogliamo sostenere e verificare se nostro figlio è disposto in quel momento a prendervi parte offre quattro principali vantaggi:

Vantaggio # 1

Diamo ai nostri figli la possibilità di accettare o rifiutare il nostro invito. Sappiamo quindi che, se partecipano, lo faranno con maggiore motivazione.

Vantaggio # 2

Capire in anticipo l’obiettivo della nostra conversazione aiuta nostro figlio a comprenderla meglio, sia in termini di parole, sia in termini di linguaggio del corpo.

Vantaggio # 3

Diamo la possibilità a nostro figlio di prepararsi psicologicamente a ciò che verrà detto.

Vantaggio # 4

Aiutiamo nostro figlio a comprendere il ruolo che vogliamo assuma nella conversazione. Alcuni esempi di ruoli sono: risolutore di problemi, aiutante nelle faccende domestiche, persona che dà il suo supporto emotivo ecc... Si tratta, come si vede, di ruoli molto diversi da assumere. La nostra conversazione sarà ancora più efficace se chiediamo a nostro figlio di assumere un solo ruolo alla volta.



Giuseppe Falco è formatore ed autore di **“Comunicazione Positiva”**, metodo completo per migliorare la comunicazione interpersonale e raggiungere il successo nella propria vita affettiva e professionale.

Per ricevere **gratuitamente** la sua newsletter “Comunicazione Positiva” manda un’ e-mail in bianco a info@comunicazionepositiva.it o visita il sito www.comunicazionepositiva.it