
Ragazzi, come gestire l'ansia

Autore: Mariano Iavarone

Fonte: Città Nuova

Il conto alla rovescia per il Natale è oramai agli sgoccioli e si cercano regali utili ed originali. Per quanti hanno a cuore gli adolescenti un'idea potrebbe essere quella di regalare uno dei corsi di formazione agile di Città Nuova a loro dedicati. Stasera il quarto appuntamento.

Nel quarto seminario della seconda edizione del corso Pa.S.S. parlerò degli **atteggiamenti ansiosi dei ragazzi**, al fine di acquisire una migliore conoscenza di loro e di un fenomeno tanto frequente quanto doloroso a questa età che mette a dura prova genitori e educatori. Comprenderemo innanzitutto la **differenza tra ansia patologica e vissuto ansioso**: la prima è un vero e proprio disturbo che richiede interventi professionali clinici. Il vissuto è invece uno stato acuto passeggero o di più lunga durata che può comparire in determinate condizioni stressogene che mettono alla prova l'equilibrio psicofisico ed emozionali della persona riducendone la capacità di adattamento funzionale all'ambiente ed il comportamento di problema solving. Sebbene il vissuto ansioso sia una caratteristica molto frequente nell'età adolescenziale, nell'odierno contesto socio-culturale (caratterizzato da insicurezza sociale, imprevedibilità e crescente senso di precarietà) la carenza di "strutture" può aumentare questa risposta nei ragazzi e generare molta sofferenza. Nei casi di non patologia può essere di aiuto un'adeguata e competente risposta educativa, e a tale fine è necessario che gli adulti conoscano le dinamiche del comportamento ansioso e imparino tecniche di gestione. <http://www.cittanuova.it/genitori-prendersi-cura-prendersi-cura-dei-figli/?ms=004&se=012>

Nel webinar del 22 dicembre approfondirò questo tema, con l'intento di essere sempre meglio tutori di resilienza per i nostri ragazzi. Vi aspetto numerosi...e online! **Per abbonarsi** è necessario [cliccare qui](#), e procedere per l'acquisto come per un normale abbonamento. Tutti gli abbonati alla **formazione agile** riceveranno via email le istruzioni per accedere al percorso formativo scelto e avranno accesso in via riservata a tutta la **documentazione** relativa. Per info si può scrivere a rete@cittanuova.it o telefonare al **347. 6400459**. Ricordiamo che è possibile sottoscrivere un abbonamento anche primo corso sugli adolescenti svolto lo scorso anno, di cui è possibile scaricare le registrazioni e la documentazione. **Ricordiamo che per gli adolescenti** essendo cresciuta nel tempo l'esigenza di conoscere come amarli ed entrare in relazione con loro, Città Nuova ha proposto nel 2022 ben due corsi di formazione agile, complementari tra loro, curati da Mariano Iavarone. Qui i link per conoscerli, sia il [primo](#) che il [secondo](#). [Clicca qui oppure sulla foto per entrare nell'articolo che spiega le nostre proposte di Natale: formazione come regalo utile ed originale](#)

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