

Servizio di psicologia della salute e del benessere

"Genitori oggi"

... l'avventura dell'educare!

a.s 2021-22

Corso “Genitori oggi”

... l'avventura dell'educare!

Il corso “*Essere Genitori oggi*” è estratto dai corsi di Thomas Gordon che dal 1975 promuove le idee di orientamento umanistico - esistenziale di Carl Rogers traducendole in operazioni concrete che, segmentate in un percorso graduale di apprendimento, costituiscono i contenuti di brevi training sulle abilità di comunicazione e di risoluzione di problemi e conflitti, rendendo accessibili anche ai non professionisti concetti e competenze utilizzate dai professionisti delle relazioni d'aiuto.

I corsi ideati da Gordon sono specifici per genitori, insegnanti e giovani e promuovono le prassi per creare quel clima di autentica fiducia e libertà che può permettere alle persone di seguire, tra le varie strade possibili, quella più positiva e costruttiva. In Italia il corso rivolto ai genitori è intitolato “Genitori efficaci” e mira ad insegnare ai genitori come coniugare libertà e disciplina facendo riferimento al paradigma di una profonda accettazione del diritto di ogni individuo a seguire la propria tendenza formativa verso l'autorealizzazione

Il corso “*Essere Genitori efficaci*” integra a tali tematiche proposte da Gordon, l'approfondimento di una serie di argomenti che possono permetterci di comprendere più profondamente il panorama socio-culturale in cui i ragazzi vivono e gli esiti tipici che tali input hanno sulla loro crescita sociale-culturale e psicologica, fornendo anche la capacità di discriminare quando alcuni comportamenti rientrano nel naturale processo evolutivo del figlio o quando testimoniano fattori di rischio a cui porre maggiore attenzione.

Dialogo, ascolto, attenzione, sono solo alcuni degli elementi che stanno alla base di una sana **relazione genitori-figli**.

Per far ciò è fondamentale creare una **comunicazione efficace** partendo da una dimensione di ascolto, prestando attenzione all'espressione di sentimenti, emozioni, idee e opinioni; è questa una forma di comunicazione che va costruita quotidianamente con pazienza e attenzione.

Molte famiglie vanno “in crisi” durante il periodo adolescenziale dei figli, perché questa è una fase di sviluppo e modificazione sia dei figli che dell'intero “**sistema Famiglia**”, che mette a dura prova gli uni e gli altri, impegnati a gestire l'alta **conflittualità** fra bisogno di protezione e di autonomia.

Importante è rispettare, in modo costruttivo, le esigenze e le capacità di entrambi.

Momenti di crisi si possono avere in tutti quei **periodi di cambiamento** e di **crescita** che implicano un riassetto degli equilibri presenti all'interno della famiglia, come il periodo adolescenziale, l'ingresso a scuola, l'arrivo di un nuovo figlio, ecc.

Il ruolo del genitore è fondamentale e complesso e l'**intervento psicologico**, visto come sostegno alla genitorialità, è molto importante, in quanto offre la possibilità di discutere e riflettere sulle modalità e problematiche psicologiche legate alla crescita dei figli e al **ruolo dei genitori**, aiutare i genitori ad essere più comprensivi con se stessi e a svolgere con meno ansie e con piacere la funzione di genitore, pur mantenendo la propria individualità e personalità, rispettando le proprie esigenze e bisogni, ricordandosi che il genitore, non è un super eroe ma una persona.

Destinatari

Il corso di *parent training* è proposto per i **genitori degli studenti del biennio** e sarà realizzato con un minimo di 5/6 partecipanti ed un massimo di 18/20.

Metodologia e interventi

Il corso proposto si sviluppa in 3 incontri di gruppo di due ore l'uno tenuti dalla Dott.ssa De Chicchis, psicologa esperta di psicologia dell'età evolutiva e psicologia scolastica. In questi incontri vengono trasmessi i concetti e le conoscenze specifiche per sostenere i genitori nella relazione con i figli. Attraverso moduli teorici, esercitazioni, dibattiti con l'esperta e tra i genitori, verranno trasmesse le competenze ed alcune strategie per una genitorialità efficace.

Ogni incontro si articola su due livelli: uno teorico/didattico, l'altro più di carattere esperienziale, attraverso l'uso di esercitazioni e la stimolazione al dibattito tra i partecipanti, in gruppi di **massimo 18/20 persone (minimo 6/8)**.

Argomenti trattati nel CORSO:

❖ L'ADOLESCENZA:

- caratteristiche dell'adolescente;
- le difese adottate in adolescenza;
- di chi è il problema?

❖ MUTAMENTI NELLA COMUNICAZIONE GENITORI-FIGLI:

- rapporto con la famiglia e gruppo dei pari;
- rapporto scuola-famiglia;
- ascolto attivo (prima parte);

❖ LA COMUNICAZIONE EFFICACE :

- l'ascolto attivo (seconda parte)
- strategie comunicative;
- i messaggi in prima persona.

Per informazioni e prenotazioni contattateci alla mail dello sportello psicologico: ema.dechicchis@gmail.com

Le date del corso genitori sono:

17 febbraio ore 1630-1830

17 marzo ore 16,30-1830

14 aprile ore 16,30-18,30