

CON-TRA-STO!

PERCORSO DI FORMAZIONE PER GENITORI

L'adolescenza è una fase di vita significativa e fondamentale per il passaggio nell'età adulta. Una fase caratterizzata da grandi cambiamenti e contrasti che possono mettere alla prova l'adulto nella sua funzione di sostegno e di guida. Riuscire a stare nella relazione in modo adeguato e rispettoso di tutti non è facile. Incontrare altri genitori in un percorso comune potrebbe essere una delle strategie da adottare per trovare conforto nella condivisione, per conoscere approcci differenti, per assumere punti di vista diversi che aprano a nuove consapevolezze e modalità che aiutino i genitori nel loro compito.

Il percorso **CON-TRA-STO!** Intende creare un'occasione di incontro e di formazione rivolta ai genitori di ragazzi di 11-13 anni, frequentati la scuola secondaria di primo grado. E' un percorso formativo e interattivo per conoscere i propri figli ed individuare delle strategie per vivere (e non sopravvivere) con un adolescente in famiglia.

COSA FAREMO?

9 incontri online di 1 ora e mezza a cadenza settimanale

Insieme ad altri genitori con figli della stessa età e facilitati da una coppia di conduttori esperti (un educatore ed uno psicoterapeuta) per esplorare le caratteristiche di questa fase di vita sia in termini di funzionamento che di compiti di sviluppo, per condividere esperienze e domande, per trovare strategie efficaci, per sostenersi reciprocamente.

TEMI

Ogni incontro affronterà un aspetto specifico sulle tematiche fondamentali che riguardano la relazione tra genitori e figli preadolescenti e adolescenti:

- Comprendere i propri figli e se stessi
- Le emozioni: conoscerle, riconoscerle e nominarle per gestirle al meglio
- L'incoraggiamento e la motivazione
- La comunicazione e le strategie di risoluzione di problemi
- L'importanza delle regole e della disciplina
- Il riconoscimento e la prevenzione di comportamenti a rischio

METODOLOGIA

I gruppi verranno condotti attraverso il metodo maieutico, a partire da situazioni stimolo si attiveranno i partecipanti sul tema dell'incontro, e le domande che emergeranno dal gruppo saranno il motore per promuovere il confronto e lo scambio di diversi punti di vista. Un percorso che permetterà ai genitori di sintonizzarsi con le proprie risorse, trovando nella matrice sociale del gruppo e nel fare esperienza insieme, lo stimolo per nuovi apprendimenti.

Il percorso permetterà di acquisire informazioni, suscitare interrogativi, condividere esperienze e individuare strategie pratiche ed operative!

Perché alla fine, crescere è un grande lavoro di squadra!

