



ISTITUTO COMPRENSIVO FERMI GATTATICO - CAMPEGINE

in collaborazione con

COMUNE DI GATTATICO

Organizza

GIOVEDÌ 4 e 11 OTTOBRE

Dalle ore 20,30 alle ore 22,00

due incontri con i genitori

sulla comunicazione efficace in famiglia

“L’amore non basta”

OVVERO

***Come imparare a comunicare efficacemente
con i nostri figli per aiutarli a crescere
autonomi e responsabili.***

Come genitori comprendiamo presto di **avere bisogno di strumenti** che ci aiutino ad allevare i figli con consapevolezza ed efficacia. Se l'amore è il nutrimento fondamentale per le relazioni familiari, la **capacità di comunicare efficacemente** è lo strumento attraverso il quale noi genitori riusciamo a educare i nostri figli, a stare bene con loro e a **gestire i momenti di conflitto** che inevitabilmente si presentano nella vita

Gli incontri si propongono di far riflettere i genitori su quanto sia importante conoscere un diverso modo di comunicare con i figli, senza più bisogno di urlare, minacciare o di usare il potere, evitando modi di fare e di parlare ai figli che ‘bloccano’ la comunicazione e sono spesso la causa di conflitti in particolare proprio durante l’adolescenza dei nostri ragazzi e ragazze.

Questi conflitti spesso possono essere facilmente evitati se i genitori imparano a comunicare diversamente, instaurando una comunicazione profonda, basata sull’empatia, l’ascolto e la comprensione reciproca e la capacità “sentire” i loro bisogni, emozioni e sentimenti e facendo in questo modo capire ai figli che i loro sentimenti e bisogni sono considerati importanti.

Si parlerà di cosa sono **l’ascolto attivo** e i **messaggi in prima persona**, di come funzionano e di come e quando usarli, scoprendo l’efficacia di queste semplici, ma potenti tecniche che ci aiutano nella comunicazione con i nostri figli, in particolare con i ragazzi più grandi.



I CONTENUTI DEGLI INCONTRI

1) Giovedì 4 ottobre

LA CRESCITA E LE CONDIZIONI CHE FACILITANO IL CAMBIAMENTO.

Come in natura le piante hanno bisogno di luce, acqua e terra per la loro crescita, così i bambini hanno bisogno di particolari condizioni relazionali ed affettive per poter crescere nel modo più sano e opportuno. Rifletteremo insieme su cosa possiamo fare noi genitori per offrire ai nostri figli il “nutrimento” di cui hanno bisogno per il loro pieno sviluppo personale.

2) Giovedì 11 ottobre

LA COMUNICAZIONE EFFICACE IN FAMIGLIA

Alcune abilità comunicative ci permettono di svolgere con competenza e soddisfazione il nostro compito educativo e di instaurare con i nostri figli relazioni serene e armoniose. Saranno illustrate le tecniche della comunicazione che ci consentono di comprendere profondamente i nostri figli e di farci comprendere da loro, esprimendo i nostri bisogni, sentimenti, idee all'interno di una relazione personale che si accresce ogni giorno in rispetto, stima reciproca, armonia e intimità

Gli incontri si svolgeranno alle **ore 20,30** presso
l'atrio della scuola media “Fermi”
Praticello di Gattatico

e saranno condotti da **Giorgio Ghio**, facilitatore diplomato presso l'Istituto per L'Approccio Centrato sulla Persona (I.A.C.P.) di Roma, che conduce, da oltre 20 anni, corsi di formazione per genitori, insegnanti, educatori e operatori.

Per informazioni dott. Giorgio Ghio – 3402576161 e-mail giorgio.ghio@unimore.it

il corso
“L’AMORE NON BASTA”
Essere Genitori Efficaci

Gli incontri si propongono anche di illustrare il **corso di formazione “l’amore non basta – Essere Genitori Efficaci”**, che sarà attivato a **Gattatico** a partire dal mese di **marzo**.

Il corso, che si svolgerà successivamente alle due serate, è un **percorso di formazione** in 8 incontri settimanali che attraverso riflessioni di gruppo e attività ed esercitazioni pratiche, favorisce l'apprendimento di modalità comportamentali e comunicative volte alla risoluzione e alla prevenzione del conflitto fra i membri della famiglia.

Il corso si prefigge di aiutare i genitori ad affrontare molteplici situazioni della relazione educativa- in particolare:

Come ascoltare i nostri ragazzi in modo che si sentano capiti.

Come parlare ai nostri ragazzi in modo da farci capire.

Come concordare regole familiari e norme di comportamento con i nostri ragazzi.

Come evitare i comportamenti che bloccano la comunicazione tra noi e i nostri figli..

Come favorire la discussione e l'interazione con i nostri figli acquisendo attitudine all'ascolto.

Come contribuire a risolvere i conflitti in modo che tutte le parti in causa si sentano rispettate.

Come trattare problemi di autorità e di disciplina in modo da salvaguardare sia le nostre esigenze che l'autostima dei nostri figli.

Come evitare le conseguenze negative del permissivismo senza cadere in comportamenti autoritari.

Come aiutare i nostri figli più insicuri e dipendenti ad essere persone fiduciose ed autonome, sviluppando la loro autostima.

Come aiutare i nostri figli nelle scelte e nelle decisioni che riguardano la loro vita.

**Farò ogni sforzo per vedere chi sono veramente i miei figli e per ricordarmi di accettarli per come sono ad ogni età, invece che lasciarmi fuorviare dalle mie aspettative e paure...
E così potrò aiutarli a crescere e a realizzare il loro potenziale di esseri unici.**

JON KABAT ZINN

