

percorsi di sostegno alla genitorialità



UNO SPAZIO DI ASCOLTO

UN PERCORSO DINAMICO

PER AIUTARE IN MODO CREATIVO

I GENITORI CON I LORO FIGLI

laboratori di apprendimento al dialogo

esperienze di auto-aiuto emozionale

tecniche creative per la gestione dei conflitti

GENITORI INSIEME

Gruppo di sostegno alla genitorialità

Gli incontri si svolgeranno con frequenza mensile per la durata di circa 120 minuti

Nel corso del primo appuntamento verranno definite le date e gli orari degli incontri successivi tenendo conto delle esigenze dei partecipanti

Sede: Mozzecane, Via Salvo d'Acquisto 5/d *Su richiesta è possibile attivare percorsi di gruppo anche in sedi diverse*

data per il primo incontro: **MARTEDI' 14 OTTOBRE 2014 dalle ore 20.00 alle ore 22.00**

- informazioni/prenotazioni^[1]

il difficile "mestiere" di genitori ...



Non camminare davanti a me,
potrei non essere capace di seguirti.
Non camminare dietro di me,
potrei non essere capace di guidarti.
Cammina al mio fianco, e sii mio amico

Albert Camus

La famiglia come sistema

Quello familiare si configura come un **sistema in costante trasformazione**, e ciò che più lo caratterizza è il tema del *cambiamento*.

Pensiamo a tutte le variabili che influenzano il percorso evolutivo di una famiglia, sia dall'interno che nel contesto esterno in cui si colloca - *la relazione coniugale, la rete sociale, la situazione lavorativa ed economica* - e agli eventi critici che caratterizzano il succedersi delle sue fasi di sviluppo, che ogni volta prospettano

nuovi compiti e richiedono soluzioni alternative.

Ci sono eventi attesi o quanto meno prevedibili — come *la nascita di un figlio, i passaggi scolastici, la sua adolescenza, l'emancipazione dal nucleo di origine* — che caratterizzano il *ciclo vitale* di una famiglia, e altri, non previsti, che intervengono invece ad interromperlo e possono creare disequilibrio: *malattie croniche, perdite premature, disabilità, separazioni conflittuali, gravi problemi economici e lavorativi*.

E' soprattutto in questi momenti di **crisi** che le abilità adattive del sistema familiare e delle persone che lo compongono rivestono la massima importanza: più numerosi e seri sono i fattori di stress, sia interni che esterni, maggiore è la rigidità strutturale del nucleo, e meno la famiglia sarà in grado di mettere in atto il processo di cambiamento necessario a superare il momento critico e a traghettare tutto il sistema verso un passaggio evolutivo creativo ed un equilibrio più funzionale.

Se una famiglia — *intendendo con questo termine tutte le configurazioni sociali che può assumere* — si viene a trovare in un momento delicato di transizione del proprio ciclo vitale o, ancor più, in un periodo particolarmente critico e inatteso, anche una temporanea difficoltà scolastica del figlio (per non parlare di problemi più seri), può scatenare un ciclo emotivo di sfiducia, sensi di colpa, rassegnazione e rifiuto, che renderanno sempre più difficile la comunicazione tra genitori e figli e degli stessi genitori con il “ **sistema scuola**”.

Un luogo per le emozioni “ scomode”

L'ansia di essere inadeguati, la preoccupazione di non possedere gli strumenti per educare al meglio il proprio figlio, la presenza di modelli educativi appresi e ora non più appropriati a causa del rapido mutare dei costumi, la paura di non aver saputo fare abbastanza, il timore del giudizio dei propri genitori e conoscenti e del personale della scuola , rendono difficile fermarsi, guardare in faccia il problema che è stato segnalato, parlarne, trovare soluzioni.

Spesso tutti questi stati d'animo dolorosi si accavallano uno sull'altro venendo a creare un “ingorgo” emozionale che diventa anche energetico, e spinge il genitore a sentirsi *sbagliato* e sulla difensiva, a chiudere le porte della comunicazione — con se stesso , prima di tutto — poi con il figlio che ha “ creato il problema” e in seguito con la scuola e con tutti gli ambiti sociali in cui questo problema si presenta.(asilo nido, gruppi sportivi, occasioni ricreative).

Per le **famiglie immigrate** è probabile che la situazione possa rivelarsi ancora più delicata, Non si può disconoscere l'importanza di *specifiche problematiche etno-psicologiche* che interessano sia la persona che emigra sia il suo ambiente e che si

riferiscono tanto alle motivazioni dell'emigrazione, quanto alle sue conseguenze. La *migrazione* è profondamente connessa all'*esperienza della perdita e del trauma*. Queste considerazioni risultano ancora più pregnanti quando incontriamo bambini e adolescenti immigrati di *seconda generazione* per i quali risultano fondamentali le tematiche dell'identità, del proprio ruolo e di quello dei genitori.

Obiettivi

Offrire uno **spazio di ascolto privo di giudizio** in cui il/i genitore/i possano sentirsi liberi di esprimere ed esplorare i propri vissuti più autentici in relazione al problema emerso e nei confronti di tutti i soggetti coinvolti, con un'attenzione particolare a quel doloroso "*sentimento di vergogna*" che tanto spesso causa sequenze comunicative ridondanti, e perciò frustranti e sterili, cioè incapaci di produrre il cambiamento desiderato.

Rivolgere un' **attenzione particolare** ai contenuti portati dalle **famiglie immigrate**, con l'intento di ampliare il più possibile la conoscenza, la valorizzazione e l'integrazione delle istanze culturali che li rappresentano e la comprensione dei vissuti specifici inerenti la loro condizione nella nostra realtà.

Il percorso di sostegno alla genitorialità si propone di :

- facilitare l'**acquisizione di una maggiore consapevolezza di sé**, dei propri schemi di risposta allo stress e alle sollecitazioni emotive esterne
- migliorare la **gestione dei propri vissuti emozionali** nell'ambito delle relazioni interpersonali e favorire una conoscenza più ampia e priva di pregiudizi delle proprie ed altrui modalità di comportamento
- acquisire **elementi nuovi di conoscenza** in merito al momento evolutivo che il nucleo sta attraversando e agli strumenti di cui già dispone per promuovere un cambiamento positivo
- acquisizione di **nuovi strumenti creativi di gestione dello stress e delle emozioni**
- promuovere nei genitori una maggiore consapevolezza della loro efficacia educativa e attivare un processo di **maggior comprensione del "problema figlio"**

Strumenti :

la proposta può essere articolata a più livelli:

- *consulenza alla coppia genitoriale*

- *colloqui individuali di orientamento* con il genitore o il familiare che avverte maggiormente il problema
- *gruppo di incontro con genitori*

Nel contesto di tale proposta di intervento, il **gruppo di incontro** offre uno spazio privilegiato protetto, dove il giudizio è sospeso, per la condivisione delle esperienze dei partecipanti e consente di avvalersi di tecniche più dinamiche di interazione interpersonale

La **metodologia** utilizzata facilita

- il *confronto* tra i partecipanti del gruppo
- la "rivisitazione" di situazioni relazionali vissute come problematiche attraverso *drammatizzazioni in gruppo*
- laboratori di *apprendimento all'ascolto e al dialogo*
- tecniche di *auto-aiuto emozionale*
- esplorazione di *tecniche espressive e di rilassamento*, per ampliare il proprio potenziale nell'analizzare, affrontare e risolvere creativamente situazioni di impasse

1. <http://spaziopsiche.altervista.org/contatti.html>