



Anoressia, Bulimia e Disagio Giovanile - Formazione, Prevenzione, Intervento

CORSO DI FORMAZIONE RISERVATO AI GENITORI

GENITORI EFFICACI

Il corso valorizza la sensibilità e la naturale tendenza formativa degli individui, facilitando l'acquisizione delle competenze necessarie per risolvere i numerosi e complessi problemi di relazione e di comunicazione che insorgono quotidianamente nel contesto di ogni famiglia.

Tali abilità, una volta acquisite, facilitano realmente la soluzione dei problemi e progressivamente contribuiscono alla creazione di un clima familiare salutare, soddisfacente e produttivo per genitori e figli. Un ulteriore vantaggio è nella possibilità di trasferire tali capacità relazionali in altri contesti come la scuola, il lavoro, le amicizie.

Obbiettivi e durata del Corso

Il corso, in ***sei incontri da due ore*** ciascuno, si prefigge come obiettivo generale quello di migliorare il rapporto genitori figli e in complesso le loro competenze relazionali:

- **Imparare a leggere il comportamento dell'altro.**
- **Riconoscere situazioni problematiche e capire "di chi è il problema".**
- **Apprendere l'ascolto empatico.**
- **Utilizzare in modo efficace il confronto e l'assertività.**
- **Imparare ad usare un metodo democratico di "Problem Solving".**
- **Imparare a promuovere la consapevolezza dei valori.**

Il processo di apprendimento seguirà un metodo che si sviluppa in quattro fasi:

Strutturare le varie attività: si tratta di una breve presentazione dei contenuti e degli obiettivi di ogni modulo, con l'uso di sussidi audiovisivi.

Interessare i partecipanti con **l'uso di role-play**, di ricordo guidato di importanti esperienze, di riflessioni scritte, di esercizi, di casi esemplari, di laboratori esperienziali effettuati in coppie, triadi, piccoli gruppi.

Discutere quanto appreso condividendo in piccoli e grandi gruppi le intuizioni e le nuove tecniche apprese.

Applicare quanto imparato e sperimentato nella famiglia, ma anche nei rapporti personali e di lavoro, facendo esercizi e cominciando a pianificare l'uso costante delle abilità apprese.

NB I partecipanti utilizzeranno un quaderno di lavoro (workbook) appositamente predisposto e utilizzeranno altro materiale per esercitazioni, role play ecc.

In collaborazione con:

Cooperativa Sociale Metamorfofi

