



GRUPPO “GENITORI CHE URLANO”

L'OBIETTIVO GENERALE

Essere genitori è difficile.

La gestione del senso di inadeguatezza, del senso di colpa, della rabbia, dell'impotenza, dell'ansia, della stanchezza e delle pressioni sociali può essere complessa.

Il gruppo permette di approfondire modalità per migliorare la relazione con il proprio figlio ed accettare e comprendere le proprie difficoltà focalizzando l'attenzione su ciò che è più efficace nel rivestire questo ruolo.

DI COSA SI PARLERÀ?

Dopo aver esplorato i bisogni e le difficoltà dei partecipanti, verranno date indicazioni sulle modalità relazionali dei genitori più utili per il buono sviluppo psicosociale del proprio figlio.

Non essendo per nulla facile e scontato attuare sempre queste indicazioni teoriche, verranno insegnate delle abilità per riconoscere e regolare le proprie emozioni quando interferiscono e non permettono di agire in tale modo.

Saranno presentate anche modalità relazionali utili per fare richieste e rivolgersi ai propri figli preservando un buon rapporto con loro al fine di:

- aumentare la probabilità dei comportamenti desiderati
- diminuire quelli poco utili o distruttivi
- dare rilievo al vissuto del genitore nei confronti del ruolo genitoriale
- dare lettura del possibile vissuto del figlio nello scambio col genitore
- preservare il ruolo educativo e di limite del genitore nei confronti del figlio
- aumentare il senso di adeguatezza e di autoefficacia del genitore
- accettare e tollerare i momenti difficili

INFORMAZIONI PRATICHE

PERSONE PARTECIPANTI:

Da 8 a 12 genitori (escluse coppie dello stesso nucleo familiare nello stesso gruppo)

PERCHÉ IL GRUPPO?

Fa sentire meno soli nelle difficoltà incontrate nel gestire i propri figli.

Permette di conoscere altre modalità genitoriali attraverso l'esperienza condivisa dei partecipanti.

Permette di normalizzare i propri comportamenti e quelli dei figli.

Crea le condizioni favorevoli per apprendere ed esercitarsi sulle abilità genitoriali.

Permette di esporsi in assenza di giudizio.

DOVE

c/o Studi Cognitivi
Foro Buonaparte 57, Milano

QUANDO

Il giovedì alle ore 18.00 a partire dall'11 maggio.

Il gruppo sarà attivato al raggiungimento del numero minimo di partecipanti.

COSTO

840 euro totali – Pagabili a rate
(10 incontri settimanali + 2 incontri mensili)

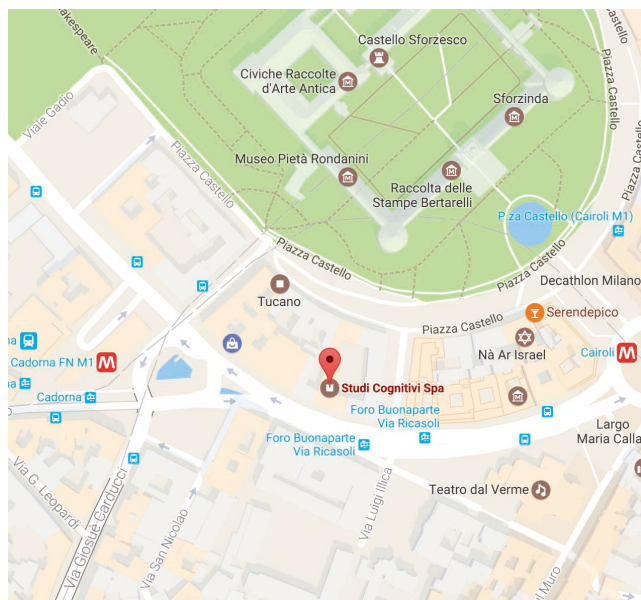
CONTATTI

- Dott. Centorame 339 8388933
- Dott.ssa Gervasoni 338 3176679



STUDI COGNITIVI

Società di terapeuti di formazione cognitivista e di didatti affiliati alla SITCC (Società Italiana di Terapia Cognitivo Comportamentale).



www.studicognitivi.it

Studi Cognitivi
Foro Buonaparte, 57
20121 Milano

Tel 02 4150998
areaclinica.milano@studicognitivi.net

Dott. Centorame 339 8388933
Dott.ssa Gervasoni 338 3176679



GENITORI CHE URLANO