



# Consultorio Familiare Ucipem Trento

## Formazione genitori

Sappiamo che spesso è difficile trovare un po' di tempo per pensare a come "siamo" genitori e dedicarci alla nostra formazione di educatori, sappiamo però anche quanto sia importante ritagliarsi uno spazio per riflettere sulle nostre scelte, sui nostri comportamenti: trovare questo tempo vuol dire migliorare la nostra capacità di fare quello che da tutti è chiamato il "difficile mestiere di genitore", vuol dire investire per i nostri figli e per la nostra famiglia.

Di seguito troverete varie proposte di condivisione e confronto sulle scelte educative. Al di là delle differenze etniche, culturali, ideologiche, l'obiettivo generale è quello di aiutare ogni genitore a "leggere" la sua esperienza familiare, capire le sue trasformazioni, trovare nuove strategie di intervento.

## I percorsi

### **IO, SPERIAMO CHE ME LA CAVO**

Come aiutare i genitori a vivere i momenti di cambiamento e di trasformazione dei propri figli e di tutta la famiglia. Quali sono le emozioni, i dubbi, le domande, i timori dei genitori rispetto a questa evoluzione? Come si modifica nel tempo la relazione genitore/figlio? Come ci si pone rispetto al proprio ruolo di genitore?

### **COME AIUTARE I FIGLI A DIVENTARE GRANDI**

Compito della famiglia è lo sviluppo del legame tra i suoi membri. Il modo di rapportarsi tra genitori e figli evolve nel tempo: ci si trova a rinegoziare la relazione al fine di consentire il processo di reciproca separazione.

Il percorso aiuta ad approfondire i reciproci bisogni, a porsi in ascolto dei figli, ad avere fiducia in se stessi; il genitore che ha fiducia nelle proprie capacità di educatore riesce a vincere anche le insicurezze del figlio.



# Consultorio Familiare Ucipem Trento

## **L'EDUCAZIONE DEI FIGLI? UNA QUESTIONE DI STILE!**

Gruppo discussione e formazione per genitori con figli di qualsiasi età. Sviluppa una riflessione sui diversi stili educativi e come questi si costruiscono nel tempo.

## **SI PUÒ ANCHE AVERE PAURA**

Gruppo discussione e formazione per genitori che intendono elaborare le paure e le ansie legate all'arrivo ed alla crescita di un figlio.

## **LE PAROLE CHE FANNO CRESCERE**

Gruppo discussione e formazione sullo sviluppo di competenze di comunicazione e di ascolto rivolto a coppie e genitori.



# Consultorio Familiare Ucipem Trento

## Formazione genitori/separazione

I percorsi vogliono aiutare chi partecipa ad acquisire maggiori capacità riflessive, comunicative e relazionali, a superare la fase più dolorosa della separazione, a migliorare la capacità di elaborare i vissuti e condividerli con altri nella stessa situazione; a sviluppare autostima e riattivare le proprie risorse; a mantenere e potenziare le capacità di essere genitori.

I progetti dell'area separazione sono organizzati e realizzati in collaborazione con l'Alfid (Associazione Laica Famiglie in Difficoltà) di Trento.

### I percorsi

#### **ESSERE GENITORI NELLA SEPARAZIONE**

Gruppo di formazione/discussione rivolto a persone separate o divorziate che vogliono affrontare i nuovi problemi e confrontarsi sulla gestione dei figli nella situazione di separazione.

#### **NONNI COME RISORSA QUANDO I FIGLI SI SEPARANO**

Gruppo di confronto e formazione per nonni, coinvolti nella separazione coniugale dei figli, che vogliono affrontare i nuovi problemi che la scelta crea nelle relazioni familiari e nelle vita quotidiana.

#### **GRUPPO DI PAROLA PER BAMBINI CON GENITORI CHE SI SEPARANO**

E' un'occasione di incontro e di condivisione per bambini (6-11 anni) che devono affrontare l'esperienza della separazione dei genitori. La proposta è nel quadro di interventi a sostegno della relazione genitori e figli.



**Consultorio  
Familiare  
Ucitem  
Trento**

## **Formazione genitori/figli preadolescenti ed adolescenti**

La preadolescenza e l'adolescenza rappresentano una fase della vita caratterizzata da numerosi cambiamenti e trasformazioni nei figli, che inevitabilmente "mettono alla prova" ed interrogano gli adulti impegnati nell'educare.

La presenza in famiglia di un adolescente riattiva facilmente problematiche non risolte nei genitori, che si trovano, per certi aspetti, "catapultati" all'indietro di venti o trent'anni alle prese con i fantasmi della propria adolescenza, ed al tempo stesso, sprovvisti di strumenti adeguati per far fronte alle esigenze educative di un figlio che assomiglia sempre meno al loro bambino di un tempo. Con un figlio adolescente il ruolo dei genitori come "facilitatori" dei rapporti con il mondo esterno – soprattutto quando questo è complesso e spesso sconosciuto come può essere in una situazione di recente cambiamento e di interculturalità - può essere ancora più impegnativo e la dimensione del gruppo può funzionare da soccorso, accogliendo le ansie ed i timori, permettendo il confronto e la condivisione. La dimensione del gruppo sembra particolarmente in sintonia non solo con le esigenze dell'adolescente ma anche con quelle dei genitori, impegnati, a loro volta, nella ricerca di una nuova identità genitoriale e di nuovi equilibri.

### **I percorsi**

#### **PREADOLESCENZA...QUESTA SCONOSCIUTA!**

Gruppo di discussione per genitori con particolare attenzione al momento evolutivo della preadolescenza (identificabile con il periodo di frequenza delle scuole medie), in cui i ragazzi perdono gradualmente le caratteristiche infantili per avvicinarsi a quelle adulte, in coincidenza con periodo di significativi cambiamenti fisici.

#### **COME SOPRAVVIVERE AD UN FIGLIO ADOLESCENTE**

Gruppo di discussione e formazione per genitori con figli preadolescenti ed adolescenti sulla gestione di questa fase di sviluppo e di cambiamento nei figli.

#### **LE RADICI E LE ALI ovvero come aiutare i figli a diventare grandi**

Per poter conservare l'infanzia bisogna saperle dire addio! L'adolescente per fare le prove di una nuova identità ha bisogno di separarsi dalla sua infanzia, dal bambino che è stato. Come genitori allora cogliamo i bisogni dei figli e accompagnamo la loro "partenza" accogliendo i sentimenti.

## **NON SONO D'ACCORDO! Ovvero la giusta definizione di spazi, regole e ruoli**

L'adolescenza dei figli può portare in famiglia una accentuazione della dimensione conflittuale, che conduce genitori e figli a ridefinire la loro relazione affettiva mettendo spesso in crisi i ruoli familiari, le regole precedentemente stabilite e funzionanti, l'uso degli spazi di casa.

Un percorso di scambio e confronto tra genitori per condividere emozioni, fatiche e soddisfazioni di una nuova fase della genitorialità.

## **GIOVANI ED INTERNET Come aiutare i genitori a conoscere i rischi e le opportunità della rete**

Il dilagante fenomeno Internet offre opportunità di crescita, ma pone gli adolescenti di fronte a rischi spesso sottovalutati. Scopo del percorso è riconoscere risorse e pericoli della Rete ed analizzare l'effetto che possono avere sui ragazzi, ponendo particolare attenzione alle dinamiche relazionali in ambienti virtuali.

## **IL BULLISMO: COME DIFENDERSI? Azioni efficaci da parte della famiglia**

Come riconoscere il fenomeno del bullismo ed aiutare i figli a combattere le prevaricazioni di gruppo. Il bullismo è infatti una sottocategoria dei comportamenti aggressivi.

Nel percorso di formazione, si propone un'analisi approfondita del fenomeno, dal particolare al generale: dal bullismo propriamente detto al tema generale della pulsione aggressiva.

## **REAZIONI A CATENA! Come gestire i propri stati emotivi nell'essere genitori**

L'adolescenza di un figlio è un grosso momento di cambiamento non solo per il figlio ma anche per la famiglia e per i genitori. L'entrata in adolescenza del figlio richiede a tutta la famiglia di saper cambiare e di riorganizzarsi, di trovare nuovi modi di stare insieme, di trovare nuove distanze. Il percorso intende offrire uno spazio di riflessione e di confronto sulle emozioni e sui vissuti dei genitori in questi momenti di transizione e di modificazione.



**Consultorio  
Familiare  
Ucipem  
Trento**

## **Formazione genitori/figli speciali**

I percorsi hanno l'obiettivo di migliorare le capacità riflessive, comunicative e relazionali dei partecipanti; intervengono sull'elaborazione dei vissuti e favoriscono la condivisione con chi vive una situazione simile; sviluppano autostima e riattivano le risorse personali.

### **I percorsi**

#### **NOSTRO FIGLIO È NATO CON HANDICAP**

Gruppo discussione e formazione per genitori che condividono quest'esperienza con la conduzione di un neuropsichiatra infantile e/o psicologo.

#### **HANDICAP E SESSUALITÀ**

Gruppo di discussione e formazione rivolto a famigliari che si interrogano sulla gestione di questa dimensione vitale del figlio; è condotto da uno neuropsichiatra e/o medico esperto sessuologo e/o psicologo.



Consultorio familiare U.C.I.P.E.M. - Onlus  
Via F. Ferruccio, 1 - 38100 Trento - Tel. 0461/233004