

FORMAZIONE SCUOLE, GENITORI, FAMIGLIE, COPPIE E INDIVIDUI

Seminari e Workshop

In collaborazione con *sorriso psicologia*

Contatti:

Mail: segreteria@counselis.it

PER LA SCUOLA: INSEGNANTI STUDENTI E GENITORI

1) FORMAZIONE SU DISTURBI SPECIFICI DELL'APPRENDIMENTO TEORICO/PRATICA DEL CORPO DOCENTE DELLA SCUOLA PRIMARIA	4
2) FORMAZIONE SU ADHD TEORICO/PRATICA DEL CORPO DOCENTE DELLA SCUOLA PRIMARIA	4
3) COME GESTIRE IL BAMBINO OPPOSITIVO-PROVOCATORIO	5
4) BULLISMO E CIBER-BULLISMO	5
5) COMUNICAZIONE EFFICACE TRA SCUOLA E FAMIGLIA	6
6) LABORATORI META-COGNITIVI: IL METODO DI STUDIO	6
7) LABORATORIO "SEGNAMOCI": LA LINGUA DEI SEGNI NELLE SCUOLE	7
8) IL BURN-OUT: COME RICONOSCERLO E PREVENIRLO	7
9) GRUPPI DI SOSTEGNO PER LA GESTIONE DELLO STRESS AL CORPO INSEGNANTI	8
10) COME GESTIRE IN CLASSE I "NO", LE REGOLE E LE OPPOSIZIONI	8
11) LE EMOZIONI: COME RICONOSCERLE E GESTIRLE	9

PER GENITORI E FAMIGLIE

1) GLI STILI GENITORIALI	10
2) IL SONNO DEI BAMBINI	10
3) CIUCCIO E PANNOLINO: ISTRUZIONI PER L'USO	11
4) COME GESTIRE I CAPRICCI	11
5) LA NASCITA DEL FRATELLINO O DELLA SORELLINA	12
6) L'INSERIMENTO A SCUOLA	12
7) "NO", LE REGOLE E LE OPPOSIZIONI	13
8) FIGLI ADOLESCENTI: COME AFFRONTARE QUESTA DELICATA FASE DI CRESCITA	13
9) FAMIGLIE OMOGENITORIALI: POSSIBILITA' E CRESCITA	14

PER LE COPPIE

1) DALL'AMORE AL CONFLITTO DI COPPIA	15
2) DALLA COPPIA CONIUGALE A QUELLA GENITORIALE, COME SI CAMBIA	15

3) LA DIPENDENZA E L'INDIPENDENZA AFFETTIVA NELLA COPPIA	16
--	----

PER L' INDIVIDUO

1) L'INSONNIA: "DORMO POCO E MI SVEGLIO STANCO": COME FARE	17
2) "NON CONTROLLO L'ANSIA": GLI ATTACCHI DI PANICO	17
3) "SEMBRA CHE HO PAURA DI TUTTO". DALLA PAURA ALLA FOBIA: QUALE LA LINEA DI CONFINE	18

ORIENTAMENTO SESSUALE E IDENTITA' DI GENERE

1) SVILUPPO DELL'IDENTITA' DI GENERE NELL'ADOLESCENZA	19
2) OMOSESSUALITA' IN ADOLESCENZA, COME AFFRONTARLA	19
3) COMING OUT E OUTING IN FAMIGLIA E SVILUPPO DELL'IDENTITA'	20
4) TRANSESSUALISMO E TRANSGENDERISMO: FRA IDENTITA' E ORIENTAMENTO SESSUALE	20
5) INTERSESSUALITA'	21

SORDITA'

1) FAMIGLIE UDENTI E FIGLI SORDI COME AFFRONTARLA	22
2) LA SORDITA', SVILUPPO E IDENTITA'	22
3) GENITORI SORDI E FIGLI UDENTI	23

PER LA SCUOLA: INSEGNANTI STUDENTI E GENITORI

1) FORMAZIONE SU DISTURBI SPECIFICI DELL'APPRENDIMENTO TEORICO/PRATICA DEL CORPO DOCENTE DELLA SCUOLA PRIMARIA

La finalità è di ampliare la conoscenza dei disturbi specifici dell'apprendimento al fine di stabilire percorsi didattici di potenziamento individualizzati, dando strategie di intervento volte all'inclusione scolastica, tra cui mappe concettuali e strumenti compensativi e dispensativi. Sarà inoltre spiegata la modalità più idonea per stilare il PEI sottolineando la necessità di coinvolgere tutta la rete sociale che orbita intorno al bambino a rischio (scuola, famiglia e operatori sanitari).

Il corso sarà strutturato secondo una modalità teorico-pratica anche grazie all'utilizzo degli strumenti valutativi attualmente maggiormente accreditati per la rilevazione di possibili difficoltà scolastiche degli alunni, non solo DSA.

Modalità: Quattro incontri da tre ore ciascuno.

Costo: € 600

2) FORMAZIONE SU ADHD TEORICO/PRATICA DEL CORPO DOCENTE DELLA SCUOLA PRIMARIA

Il confine tra personalità vivace e comportamento problematico è piuttosto labile e soggetto a fraintendimenti. Il risultato è che spesso si considerano affetti da disturbo, bimbi la cui natura è quella di essere semplicemente vivaci.

La vivacità è una caratteristica positiva nei bambini in quanto li rende attivi e curiosi nei confronti delle esperienze circostanti. I bambini vivaci sono quelli che attraversano particolari fasi del loro sviluppo con atteggiamenti di dinamismo e vivacità comuni in età infantile e indice di uno sviluppo sano, rientrando nella normale esuberanza infantile.

Tuttavia, quando tale vivacità diventa eccessiva e si accompagna a caratteristiche quali impulsività, disattenzione e carenza nell'autocontrollo, può trattarsi di una vera e propria patologia che richiede una diagnosi specialistica e una terapia mirata.

La finalità del corso è di dare delle linee guida agli insegnanti per capire quando si può parlare di sindrome e quando di vivacità, e strumenti per gestire il comportamento di quei bambini affetti da ADHD.

Modalità: Quattro incontri da tre ore ciascuno.

Costo: € 600

3) COME GESTIRE IL BAMBINO OPPOSITIVO-PROVOCATORIO E IL DISTURBO DELLA CONDOTTA

Secondo il DSM IV (Manuale Diagnostico e Statistico dei disturbi mentali) il Disturbo Oppositivo Provocatorio è caratterizzato da una modalità di comportamento negativistico, ostile e provocatorio che dura da almeno 6 mesi, causa compromissione significativa nel funzionamento sociale, scolastico o lavorativo. La finalità del corso è quella di fare chiarezza sulle specificità del disturbo, sulle sue possibili cause e sulle modalità di interazione più funzionali al contenimento e la gestione dei bambini DOP allo scopo di far emergere tutte le loro potenzialità e farli crescere nel modo più idoneo.

Modalità: Due incontri da tre ore ciascuno.

Costo: € 300

4) BULLISMO E CIBER-BULLISMO

Il termine bullismo è la traduzione italiana dell'inglese "*bullying*" e viene definito come un'oppressione, psicologica o fisica, ripetuta e continuata nel tempo, perpetuata da una persona più potente nei confronti di un'altra percepita come più debole (Farrington, 1993). Il fenomeno del bullismo include sia i comportamenti del persecutore sia quelli della vittima, sia quelli di coloro che guardano e che, con il loro atteggiamento, possono rinforzare o, al contrario, scoraggiare l'episodio di bullismo. Il bullismo si manifesta in tre forme principali: E' diretto quando si manifesta con attacchi sia fisici sia verbali nei confronti della vittima; è indiretto quando si consuma più sul piano psicologico, ad esempio, con l'isolamento sociale e intenzionale di un minore dal gruppo; è elettronico, quando dal piano reale si sposta su quello digitale, con la diffusione di sms, e-mail, messaggi in chat, immagini, mms, video che sono offensivi o non rispettosi della riservatezza e della dignità altrui. In quest'ultimo caso, si parla di cyberbullismo, fenomeno che rispetto al bullismo tradizionale si distingue per alcune peculiarità: la difficoltà per la vittima di risalire al molestatore; l'indebolimento delle remore morali, agevolato dalla possibilità di celarsi dietro un nickname; l'assenza di limiti spazio temporali nel senso che il cyberbullismo investe la vittima ogni volta che questa si collega alla Rete.

Lo scopo di questo corso è quello di definire le varie tipologie di bullismo, condividere i dati della ricerca e dare delle strategie agli adulti di riferimento dei ragazzi, per poter contrastare o quantomeno contenere tale fenomeno.

Modalità: Quattro incontri da tre ore ciascuno.

Costo: € 600

5) COMUNICAZIONE EFFICACE TRA SCUOLA E FAMIGLIA

Crescere è qualcosa di così complesso, che il bambino ha bisogno di una rete educativa che lo segui e sostenga in questo difficile processo, e che sia soprattutto disposta a cooperare, a lavorare in maniera comune e sinergica per lo stesso obiettivo.

Questo è ancora più vero se siamo di fronte ad un bambino con una crescita difficoltosa in qualche ambito o alle prese con una situazione problematica.

Scuola e famiglia, due importantissimi agenti educativi e di crescita, si capiscono poco, mal si riconoscono e a volte sembrano in conflitto fra loro. Questo corso, pertanto si propone di fornire delle strategie per migliorare la comunicazione in modo tale da divenire efficace e funzionale al benessere del bambino.

Modalità: Un incontro da tre ore.

Costo: € 200

6) LABORATORI META-COGNITIVI: IL METODO DI STUDIO

Lo scopo di tali laboratori è quello di supportare l'acquisizione di un corretto metodo di studio, imparare ad usare le mappe concettuali, potenziare le abilità di anticipazione dei contenuti del testo, l'utilizzo degli indici extra-testuali, l'individuazione delle informazioni rilevanti e la loro organizzazione in schemi visivi, imparare tecniche di memorizzazione ed implementazione della consapevolezza dei processi cognitivi e mnestici.

Modalità: Quattro incontri da tre ore ciascuno, che si svolgeranno nelle classi interessate con la partecipazione degli studenti e degli insegnanti, che saranno entrambi parti attive dei laboratori.

Costo: € 600

7) LABORATORIO "SEGNAMOCI": LA LINGUA DEI SEGNI NELLE SCUOLE

La Lingua dei Segni italiana (LIS) è la lingua usata dalle persone sorde, piccole e grandi, molto spesso emarginate nei contesti formativi, sociali e culturali.

La Lingua dei Segni è un bene prezioso e la possibilità di approcciarsi a questa è un'ottima opportunità per i bambini, per i ragazzi e per tutto il corpo scolastico.

In un ottica di prevenzione, intervento e recupero dei BES, tale laboratorio ha come obiettivo principale di sensibilizzare ed insegnare le basi di lingua dei segni e conoscere la cultura Sorda attraverso il gioco, l'interazione ed il corpo.

Obiettivi:

- Stimolare le abilità comunicative al di fuori della parola, usando il corpo e le espressioni facciali.
- Esprimere la propria creatività attraverso la meta comunicazione e i gesti
- Incentivare la cooperazione e il gruppo grazie al circle time e alle esperienze collettive
- Integrazione con studenti coetanei sordi
- Imparare le basi di Lingua dei Segni
- Sensibilizzare ed avvicinare il corpo docente e i genitori alla Lingua dei Segni e alla Cultura Sorda.

Modalità: Dieci incontri da due ore ciascuno, che si svolgeranno nelle classi interessate con la partecipazione degli studenti e degli insegnanti, che saranno entrambi parti attive dei laboratori.

Costo: € 900

8) IL BURN-OUT: COME RICONOSCERLO E PREVENIRLO

La sindrome del burn-out è un fenomeno noto in letteratura come una risposta alla fatica lavorativa che fa sentire le persone stanche, esaurite, spente, prive di entusiasmo, di voglia di lavorare e di motivazione. Le professioni d'aiuto, in cui le abilità personali contano a volte di più di quelle tecnico – professionali, poiché il rapporto con se stessi e con gli altri rappresenta una competenza dell'identità professionale, sono un terreno fertile per questo tipo di sindrome. Il burn-out appare come processo dinamico, di accomodamento che, se ben gestito, può rivelarsi come un'occasione per migliorare la performance lavorativa. Viceversa, se sottovalutato, diventa motivo di profonda sofferenza e rende possibile lo sviluppo di quadri psicopatologici di maggiore gravità, difficili da gestire, con un conseguente danno per l'individuo, la famiglia e l'organizzazione in cui lavora.

Scopo del corso è quello di definire le cause e i sintomi di tale sindrome e i vari percorsi di intervento per gestirlo e prevenirlo.

Modalità: Due incontri da tre ore.

Costo: € 300

9) GRUPPI DI SOSTEGNO PER LA GESTIONE DELLO STRESS AL CORPO INSEGNANTI

Approfondire situazioni problematiche anche allargando la possibilità di confronto con i colleghi all'interno di un gruppo di lavoro, coordinato da un esperto, dove la competenza di ciascuno possa diventare un patrimonio condiviso a cui attingere per contribuire alla promozione del benessere all'interno della comunità scolastica. La metodologia usata nei gruppi sarà quella di unire l'aspetto partecipativo ed esperienziale degli insegnanti con il sostegno sociale e psicologico attraverso il brainstorming, il problem solving, le simulazioni, la discussione di gruppo e l'esercitazione su casi specifici. La possibilità di uno spazio di ascolto può ridurre notevolmente il rischio di Burn Out e alzare la qualità del lavoro.

Modalità: il gruppo di sostegno è funzionale al corpo docente se si ha una continuità durante tutto l'anno scolastico. Pertanto si prevede un incontro a cadenza mensile della durata di 3 ore, per un massimo di 15 insegnanti a gruppo.

Costo: € 1000 per ogni gruppo di sostegno.

10) COME GESTIRE IN CLASSE I "NO", LE REGOLE E LE OPPOSIZIONI

L'idea delle regole da dare ai bambini si è modificata radicalmente nel corso degli anni. In passato era consuetudine sovrapporre il concetto di regola a quello di punizione, come se fosse la conseguenza più giusta rispetto ad un comportamento non corretto da parte del bambino. Inoltre, l'insegnante "della vecchia guardia" era propenso a pensare che i limiti ed i paletti da dare ai propri studenti dovessero essere imposti dall'alto, senza alcuna condivisione con i propri alunni. Oggi fortunatamente le cose sono molto cambiate e gli insegnanti hanno strumenti maggiori per approcciarsi alla classe in modo condiviso.

La finalità di questo corso è quella di dare delle strategie concrete su come dare le regole, come essere coerenti e chiari sulle conseguenze rispetto ai comportamenti dei propri alunni.

Modalità: Un incontro da 4 ore ciascuno.

Costo: € 250

11) LE EMOZIONI: COME RICONOSCERLE E GESTIRLE

Il bambino nei suoi primi anni di vita non riesce a definire e descrivere le proprie emozioni, che lo invadono spesso in modo contrastante. Compito dei genitori e degli adulti di riferimento, è quello di diventare allenatori emotivi per aiutare i bambini a riconoscere, verbalizzare e gestire le proprie emozioni. Nella prima parte del corso si affronterà la nascita e lo sviluppo fisiologico delle emozioni, le varie teorie di riferimento, le differenze culturali e quelle tra comunicazione verbale e non verbale. La seconda parte avrà uno snodo di tipo pratico con l'illustrazione di diversi giochi finalizzati al riconoscimento delle emozioni nonché verranno fatte delle simulate al fine di fornire strategie per contattare la propria parte emotiva e quella dei bambini.

Modalità: Due incontri da tre ore.

Costo: € 300

PER GENITORI E FAMIGLIE

1) GLI STILI GENITORIALI

Fare il genitore è un mestiere difficile e spesso ci si affida o ci si discosta dallo stile genitoriale utilizzato dai propri genitori. Riconoscere lo stile genitoriale che si sta mettendo in atto con il proprio figlio permette anche di aprire alla possibilità a nuove strategie più funzionali al sano sviluppo psico-fisico dei propri figli. Nella prima parte del workshop si esamineranno i principali modelli di attaccamento delle teorie cliniche, mentre nella seconda parte esperienziale, attraverso delle simulate, si evidenzieranno i lati positivi e negativi dei vari stili genitoriali, mettendo in luce i vari sottosistemi familiari, come quello genitoriale, coniugale e dei fratelli/sorelle.

Modalità: Due incontri da 3 ore.

Costo: € 20 a partecipante, con un minimo di 15 partecipanti.

2) IL SONNO DEI BAMBINI

Il sonno del neonato ha a che fare con la regolazione dei suoi stati fisiologici e di quelli emotivi, è strettamente legato all'allattamento e al suo stato di attivazione generale. Il neonato nei primi giorni e settimane di vita sperimenta uno stato di transizione tra l'utero materno e il mondo esterno ed è fondamentale appagare il suo bisogno di contatto, contenimento e nutrimento, che nella pancia della mamma era continuo. Con lo sviluppo psicofisico cambia sia il pianto che il ritmo sonno veglia dei bambini. Scopo di questo corso è, pertanto, quello di spiegare il ciclo sonno veglia dei bambini nelle varie tappe del suo sviluppo, ma soprattutto quello di fornire delle strategie concrete per facilitare il sonno sereno del bambino e quindi anche dei suoi genitori.

Modalità: Un incontro da quattro ore.

Costo: € 20 a partecipante, con un minimo di 15 partecipanti.

3) CIUCCIO E PANNOLINO: ISTRUZIONI PER L'USO

Tra i tanti momenti delicati e tra le imprese più ardue che una mamma e un papà si trovano ad affrontare durante la crescita del proprio bambino, c'è sicuramente quella relativa all'eliminazione del pannolino. L'inizio di questa fase, coincide con la capacità del bambino di controllare gli sfinteri; capacità che il piccolo acquisisce tra i 18 ed i 30 mesi. Ovviamente i riferimenti temporali sono assolutamente indicativi, in quanto ogni bambino è diverso dall'altro sia a livello di "tempi" personali sia come storia evolutiva e di vita. Il raggiungimento del controllo sfinterico è una fase estremamente delicata e complessa dello sviluppo infantile e per tale motivo può capitare che intervengano problemi che lo rendono difficoltoso. Lo stesso vale per il ciuccio, che ha anche un significato simbolico rilevante. Il corso ha la finalità di dare delle strategie concrete ai genitori su come accompagnare i propri bambini in questa delicata fase di passaggio, in modo da fare chiarezza su cosa si può fare e cosa no.

Modalità: Un incontro da quattro ore.

Costo: € 20 a partecipante, con un minimo di 15 partecipanti.

4) COME GESTIRE I CAPRICCI

Ogni genitore sa cosa sono i capricci. Pianti, urla, impuntature, rifiuti, musci lunghi, che snervano e mettono a dura prova l'equilibrio psichico di mamme e papà e spossano anche il bambino. Situazioni nelle quali in genere si pensa che il bambino diventi un tiranno prepotente, che stia cercando di imporre la sua volontà, di fare di testa sua. Per questo sembra necessario che l'adulto mostri fermezza e autorevolezza. Ma cos'è il capriccio? Scopo di questo corso è quello di capire da dove nascono i capricci e cosa c'è dietro ad un comportamento disturbante ed irritante, ed anche quello di fornire strategie efficaci per prevenire o contenere tali atteggiamenti.

Modalità: Un incontro da quattro ore.

Costo: € 20 a partecipante, con un minimo di 15 partecipanti.

5) LA NASCITA DEL FRATELLINO O DELLA SORELLINA

La nascita di un bimbo è un momento molto delicato e complesso nella vita di una famiglia poiché le dinamiche e gli equilibri al suo interno si modificheranno inevitabilmente ed è ancor più difficile da affrontare per il suo fratellino che si trova a fare i conti con molte paure e sentimenti ambivalenti. Molti genitori si preoccupano delle possibili reazioni emotive e comportamentali del loro figlio all'arrivo di un fratellino. La nascita del secondo bambino rappresenta la forma di gelosia più comune che possa manifestarsi in una famiglia. Essa è inevitabile, non si può pensare di poterla prevenire del tutto. Tuttavia, è di fondamentale importanza cercare di comprenderne le caratteristiche distintive ed evitare le situazioni che potrebbero peggiorarla. Capire cosa succede e a cosa va incontro una famiglia in questa particolare fase del ciclo vitale e fornire delle tecniche per far vivere al primo genito questa fase di squilibrio in modo contenitivo è lo scopo di questo corso.

Modalità: Un incontro da quattro ore.

Costo: € 20 a partecipante, con un minimo di 15 partecipanti.

6) L'INSERIMENTO A SCUOLA

L'obiettivo di questo corso è quello di accompagnare i genitori in un percorso interno che permetta loro di accettare e gestire le prime separazioni dai figli, perché crescano sicuri, in modo da saper sostenere il loro pianto e rassicurarli sapendo di lasciarli in un posto caldo ed accogliente. Per raggiungere tale scopo si lascerà molto spazio all'ascolto dei loro vissuti in modo da lasciare in questo incontro, i propri timori e le proprie emozioni così da non riversarli inconsapevolmente sui bambini al momento della separazione.

Modalità: Un incontro da quattro ore.

Costo: € 20 a partecipante, con un minimo di 15 partecipanti.

7) “NO”, LE REGOLE E LE OPPOSIZIONI

L'idea delle regole da dare ai propri bambini si è modificata radicalmente nel corso degli anni. In passato era consuetudine sovrapporre il concetto di regola a quello di punizione, come se fosse la conseguenza più giusta rispetto ad un comportamento non corretto da parte del bambino. Inoltre, “il genitore di ieri” era propenso a pensare che i limiti ed i paletti da dare ai propri figli dovessero essere imposti dall'alto, senza alcuna condivisione con i propri figli. Oggi fortunatamente le cose sono molto cambiate, il papà e la mamma sono più attenti ai bisogni dei propri figli ed hanno anche strumenti maggiori per approcciarsi ai loro bambini in modo condiviso.

La finalità di questo corso è quella di dare delle strategie concrete su come dare le regole, come essere coerenti e chiari sulle conseguenze rispetto ai comportamenti dei propri bambini.

Modalità: Un incontro da quattro ore.

Costo: € 20 a partecipante, con un minimo di 15 partecipanti.

8) FIGLI ADOLESCENTI: COME AFFRONTARE QUESTA DELICATA FASE DI CRESCITA

L'adolescenza è l'età in cui la forza creativa e di espressione è elevata. La trasgressione di norme accettate per obbedienza può comportare scontri e conflittualità e i conflitti rappresentano eventi naturali ed evolutivi. Se l'adolescenza dei genitori è stata difficile e dolorosa, queste esperienze emotive si ripresenteranno. Per comprendere le trasgressioni adolescenziali dei figli è molto utile ricordare le nostre, ripensarle e rivalutarle alla luce dell'esperienza acquisita. Da un punto di vista evolutivo l'adolescenza dei figli permette il completamento dello sviluppo della personalità e del ciclo vitale dei genitori e li “costringe” al cambiamento in quanto modifica gli equilibri familiari e di coppia.

La finalità di questo corso è di accompagnare i genitori in questo difficile momento di cambiamento del ciclo vitale della famiglia e dare strategie funzionali al superamento di tale periodo.

Modalità: Un incontro da quattro ore.

Costo: € 20 a partecipante, con un minimo di 15 partecipanti.

9) FAMIGLIE OMOGENITORIALI: POSSIBILITA' E CRESCITA

Le famiglie omogenitoriali costituiscono oggi una realtà spesso disconosciuta e stigmatizzata, rappresentando una realtà sempre più in crescita che si deve fidare della possibilità di essere genitori e affidare al tessuto sociale per garantire sicurezza e stabilità ai propri figli. Questo incontro avrà l'obiettivo di comprendere le fasi dello sviluppo del nucleo omo-genitoriale e del sottosistema filiale, come esso si rafforza, quali sono i punti di debolezza e le criticità rispetto l'inserimento scolastico ed il gruppo dei pari.

Modalità: Un incontro da quattro ore.

Costo: € 20 a partecipante, con un minimo di 15 partecipanti.

PER LE COPPIE

1) DALL'AMORE AL CONFLITTO DI COPPIA

Il rapporto di coppia è per sua natura caratterizzato da un'interazione dinamica e persistente tra due persone che comunicano sulla base di un'ipotetica conoscenza reciproca più o meno approfondita. Ed è proprio questo aspetto, cioè la conoscenza dell'altro, l'elemento più critico ed emblematico della vita a due, che sempre più spesso riserva ai componenti della coppia brutte sorprese. Inoltre il ciclo vitale della coppia passa da un primo momento di idealizzazione, ad una fase di delusione, in cui i partner si conoscono e si confrontano anche con le parti dell'altro non ancora viste, ad una di riequilibrio e accettazione dell'altro. Molto spesso però, la coppia si incastra nella fase della delusione e non riesce ad andare avanti e rimane in uno stato di conflitto perenne. Scopo di questo workshop è quello di definire le varie fasi del percorso di coppia e rimandare nuove possibilità di comportamento per superare i momenti di crisi.

Modalità: Un incontro da quattro ore.

Costo: € 20 a partecipante, con un minimo di 15 partecipanti.

2) DALLA COPPIA CONIUGALE A QUELLA GENITORIALE, COME SI CAMBIA

C'è una fondamentale differenza tra l'essere coppia coniugale e coppia genitoriale; si può smettere di essere coppia coniugale ma non genitori: la condizione genitoriale è irreversibile ed assoluta, caratteristiche non appartenenti alla condizione coniugale. Ciò implica la necessità di mantenere l'identità comune di genitori, cioè di adulti che continuano a rispettare e a farsi carico delle esigenze e dei bisogni dei figli lasciando loro la possibilità di crescere in una zona di tregua, neutrale con la possibilità di vivere la propria personale condizione di bambini che hanno sempre un papà ed una mamma. Il passaggio dal piano coniugale a quello puramente genitoriale non è sicuramente un passaggio facile, ma una buona realizzazione su questo piano costituisce uno dei presupposti fondamentali per la possibilità reale di un buon adattamento di tutti i soggetti coinvolti, a diverso titolo, nella riorganizzazione familiare. Ugualmente importante è mantenere un'identità di coppia coniugale e trovare degli spazi emotivi per questo in modo da poter integrare entrambi i ruoli.

Scopo di questo workshop è aiutare a comprendere le varie fasi della vita di coppia e fornire strategie per integrare i due ruoli, quello coniugale e genitoriale.

Modalità: Un incontro da quattro ore.

Costo: € 20 a partecipante, con un minimo di 15 partecipanti.

3) LA DIPENDENZA E L'INDIPENDENZA AFFETTIVA NELLA COPPIA

Il rapporto di coppia, il sentimento dell'amore e il voler condividere con l'altro parte importante della propria vita, dall'adolescenza in poi diventa pilastro fondamentale per la maggior parte delle persone. C'è chi cerca l'anima gemella, chi il principe azzurro, chi l'altra metà della mela ed ognuno vive l'amore in modo differente. Spesso ci ritroviamo nella coppia senza essere più soggetti individuali, caricando il partner di tutte le nostre aspettative, a volte si crea una costante assenza di reciprocità all'interno della relazione, in cui uno dei due (nel 99% dei casi la donna) riveste il ruolo di donatore d'amore a senso unico, e vede nel legame con l'altro, spesso problematico o sfuggente, l'unica ragione della propria esistenza. L'obiettivo di questo incontro è comprendere le motivazioni della dipendenza e trovare strategie per ritrovare se stessa\o senza perdere l'altro, facendo luce sulle caratteristiche dei vari tipi di rapporto di coppia e le peculiarità di un rapporto di coppia basato sulla dipendenza affettiva.

Modalità: Un incontro da quattro ore.

Costo: € 20 a partecipante, con un minimo di 15 partecipanti.

PER L'IDIVIDUO

1) L'INSONNIA: "DORMO POCO E MI SVEGLIO STANCO": COME FARE

L'importanza del sonno spesso viene sottovalutata pensando che il dormire rappresenti solo un momento di riposo per il corpo. Sono molti i disturbi legati all'addormentamento o al mantenimento del sonno, e la sensazione è quella di "svegliarsi stanca" o di "non sentirsi mai riposati". Questo incontro vuole far luce sulle diverse problematiche legate alla dimensione del sonno e alle strategie utilizzabili per trovare il giusto spazio e tempo per il riposo del corpo e della mente.

Modalità: Un incontro da quattro ore.

Costo: € 20 a partecipante, con un minimo di 15 partecipanti.

2) "NON CONTROLLO L'ANSIA": GLI ATTACCHI DI PANICO

L'ansia è una delle emozioni più sentite e diffuse, non è per sé una condizione patologica poiché può essere per noi un campanello di allarme. Le difficoltà arrivano quando abbiamo la percezione che l'ansia stia per prendere il sopravvento e non riusciamo a controllarla. Non si riesce a distinguere l'ansia dal panico, i brividi dallo smarrimento, il formicolio dal giramento di testa, e tutta la sintomatologia legata alla dimensione ansiogena si confonde creando ancor di più uno stato di agitazione. Comprendere dove "risiede" l'ansia nella nostra mente e perché inaspettatamente decide di fare "capolino" nella nostra vita è il primo passo per poterla gestire.

Modalità: Un incontro da quattro ore.

Costo: € 20 a partecipante, con un minimo di 15 partecipanti.

3) “SEMBRA CHE HO PAURA DI TUTTO”. DALLA PAURA ALLA FOBIA: QUALE LA LINEA DI CONFINE

La paura è un’emozione di base che ci permette di fronteggiare gli ostacoli della vita. A volte però diventa invalidante trasformandosi in fobia e limitando in maniera oppressiva la nostra esistenza. Possono essere paure generalizzate, o fobie specifiche che ci possono chiudere dentro le quattro mura limitando così affetti e attività. Comprenderne la motivazione e l’origine ci aiuta a capire perché reagiamo in modo estremo di fronte alle situazioni della vita.

Modalità: Un incontro da quattro ore.

Costo: € 20 a partecipante, con un minimo di 15 partecipanti.

ORIENTAMENTO SESSUALE E IDENTITA' DI GENERE

1) SVILUPPO DELL'IDENTITA' DI GENERE NELL'ADOLESCENZA

La fase dell'adolescenza rappresenta uno dei periodi più critici della vita di un individuo poiché porta con sé innumerevoli cambiamenti fisici e relazionali. L'identità di genere rappresenta l'idea che l'adolescente ha di sé rispetto al corpo e alla propria percezione sessuale e identitaria, spesso essa è pensata in maniera confusa, ambivalente o vergognosa. Nonostante l'esistenza di internet e di molteplici canali informativi la pubertà a volte è sentita inappropriata e i rapidi cambiamenti corporei gettano l'adolescente in una ricerca dell'identità spesso confusa e subordinata ad una normalità sociale. Interrogarsi sull'identità sessuale significa porsi delle domande sull'essere maschio o essere femmina. Questo aspetto nell'adolescenza assume una varietà di caratteristiche soprattutto per gli adulti che vivono questo passaggio come una sorta di flash back del loro essere adolescenti. Questo incontro serve ai genitori e agli operatori dell'infanzia per chiarire e condividere le esperienze all'insegna di un sostegno efficace e duraturo verso i ragazzi e le ragazze.

Modalità: Due incontri da tre ore.

Costo: € 20 a partecipante, con un minimo di 15 partecipanti.

2) OMOSESSUALITA' IN ADOLESCENZA, COME AFFRONTARLA

Pensare al proprio figlio\o come gay o lesbica può rappresentare per i genitori una delusione delle aspettative, una colpa per essere stati manchevoli in qualcosa, una vergogna familiare. Spesso non ci si mette nei panni del proprio figlio e si prova a nascondere il segreto perché spaventati da ciò che significherebbe. L'adolescenza del figlio è la nostra adolescenza, con le sue paure, i suoi tabù le sue scelte e proibizioni. Considerare il ragazzo\o come altro da sé e riconoscere le sue paure e le sue necessità ci può aiutare a comprendere meglio cosa sta accadendo. Spesso si dice "è una fase di passaggio" relativamente alle dichiarazioni di un figlio, non fermandosi a pensare che ciò che ci sta comunicando è qualcosa per lui\lei di doloroso o spaventoso. Questo incontro serve a comprendere cosa accade nel corpo e nella mente di un adolescente che si sta scoprendo omosessuale.

Modalità: Un incontro da quattro ore.

Costo: € 20 a partecipante, con un minimo di 15 partecipanti.

3) **COMING OUT E OUTING IN FAMIGLIA E SVILUPPO DELL'IDENTITA'**

“Mamma sono lesbica”, “papà sono omosessuale”, a volte è una dichiarazione, altre volte ci si fa scoprire con un bigliettino o una mail lasciata aperta o un incontro osservato dalla finestra. Il coming out, la dichiarazione da parte dell'individuo, o l'outing, l'essere scoperto, è un passaggio fondamentale per la costruzione della propria identità. Ma come genitori o come educatori, come ci relazioniamo a questo evento che tanto ci spaventa? Quanto è importante “dichiararsi” oppure rimanere nel segreto? Cosa significa per la famiglia? A queste ed altre domande si proverà a rispondere in questo incontro.

Modalità: Un incontro da quattro ore.

Costo: € 20 a partecipante, con un minimo di 15 partecipanti.

4) **TRANSESSUALISMO E TRANSGENDERISMO: FRA IDENTITA' E ORIENTAMENTO SESSUALE**

Spesso c'è molta confusione fra il concetto di identità di Genere e Orientamento Sessuale. Il transessualismo e il transgenderismo rappresentano due realtà spesso offuscate dai media e dai pregiudizi. Non solo nella fase adolescenziale ma anche in quella adulta si può avere ciò che i medici definiscono “disforia di genere” ovvero una discordanza fra il proprio sesso biologico e ciò che si pensa di essere. Le più recenti ricerche inglesi dimostrano come l'uso di beta-bloccanti nella fase della tarda adolescenza possa permettere al giovane di comprendere al meglio la sua identità e scegliere così la definizione o no del proprio corpo. Il transeussualismo viene ancora oggi definito dal DSM V una malattia mentale che porta con sé un lungo percorso psichiatrico e chirurgico. Spesso ci si nasconde dietro al travestitismo o alla non accettazione di sé. Potersi scoprire ed essere accompagnati in questo difficile percorso può essere una grande risorsa per l'individuo ma anche e soprattutto per le famiglie. Il seminario è aperto a giovani, individui famiglie e operatori e, a seconda delle esigenze, può essere articolato in modo più specifico su un ambito clinico, giuridico o informativo.

Modalità: Due incontri da tre ore.

Costo: € 20 a partecipante, con un minimo di 15 partecipanti.

5) INTERSESSUALITA'

Intersessualità è un termine usato per descrivere quelle persone i cui cromosomi sessuali, i genitali e/o i caratteri sessuali secondari non sono definibili come esclusivamente maschili o femminili. Un individuo intersessuale può presentare caratteristiche anatomo-fisiologiche sia maschili che femminili. Le cause di tali caratteristiche possono essere varie, sia congenite che acquisite (come nel caso di alcuni disturbi ormonali) e possono intervenire sia a livello cromosomico che ormonale che morfologico. Quando i caratteri sessuali alla nascita vengono riconosciuti “sotto la norma” si interviene chirurgicamente, mentre altre volte i bambini crescono accompagnati in modo violento da cure ormonali. Spesso le famiglie non sono pienamente consapevoli e dei bambini ormai diventati grandi non si sanno spiegare perché i loro caratteri sessuali primari o secondari non sono “esattamente” come tutti gli altri. Questo seminario è aperto a famiglie, individui e operatori e, a seconda delle esigenze, può essere declinato in modo informativo o come modello di approfondimento e o sostegno.

Modalità: Due incontri da quattro ore.

Costo: € 20 a partecipante, con un minimo di 15 partecipanti.

SORDITA'

1) GENITORI UDENTI E FIGLI SORDI COME AFFRONTARE LO SVILUPPO

La sordità rimane ancora oggi una esperienza di vita e sociale legata al pregiudizio e all'handicap. Spesso i genitori di fronte ad uno screening pre-natale o alla scoperta di una diagnosi di sordità non sanno bene cosa fare e l'apparato medico indirizza spesso in modo univoco ad una riabilitazione di tipo oralista. Le persone sorde possono far tutto fuorchè udire, e lo sviluppo delle capacità cognitive e sociali è legato in primis all'insegnamento e alla riabilitazione che la famiglia sceglie per il piccolo. Avere informazioni complete e corrette può aiutare a comprendere quale sia il miglior percorso per i bambini, e parallelamente come sostenere la genitorialità in modo funzionale. Diverse possono essere le problematiche relative a questa situazione. L'indipendenza del figlio, il canale comunicativo "privato" fra sé e la famiglia, l'allontanamento del giovane adulto dalla famiglia. Insieme proviamo a capire le tappe di sviluppo e gli eventi normativi e paranormativi che possono succedersi in una famiglia di questo tipo.

Modalità: Un incontro da quattro ore.

Costo: € 20 a partecipante, con un minimo di 15 partecipanti.

2) LA SORDITA', SVILUPPO E IDENTITA'

Sordità è spesso sinonimo di handicap o di incapacità. Studi ricerche e vissute ci dicono ben altro: uno sviluppo del linguaggio mediato e guidato dalla Lingua dei Segni, uno sviluppo sociale aiutato dall'interazione dei pari, una possibilità di crescita data dalla presenza di sordi adulti professionisti. Verranno affrontati i temi dell' Audismo e della sindrome di Gallaudet, ovvero dello stigma interiorizzato della comunità udente nei confronti della sordità e il significato di identità Sorda.

Modalità: Un incontro da quattro ore.

Costo: € 20 a partecipante, con un minimo di 15 partecipanti.

3) GENITORI SORDI E FIGLI UDENTI

Adulti sordi con la propria identità che vedono nascere dei piccoli udenti, come affrontarlo? Spesso un'adolescente udente in una famiglia di sordi si trova a prendersi una responsabilità maggiore rispetto a quella della sua età. Diventando un bambino adultizzato si può trovare a mediare la comunicazione fra i suoi genitori e la società o a nascondere ingiurie e offese che provengono dall'esterno. Diverse possono essere le problematiche relative a questa situazione. L'indipendenza del figlio, il canale comunicativo "privato" fra sé e la famiglia, l'allontanamento del giovane adulto dalla famiglia. Insieme proviamo a capire le tappe di sviluppo e gli eventi normativi e paranormativi che possono succedersi in una famiglia di questo tipo.

Modalità: Un incontro da quattro ore.

Costo: € 20 a partecipante, con un minimo di 15 partecipanti.