

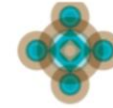


La bottega di Esperì

ESperienze PERcorsi Incontri



Comune di Bologna
Quartiere Porto-Saragozza



Collaborare
è Bologna



Genitori si diventa

Cosa sentono e provano i bambini?

Facilitatori:

Dott.ssa Chiara Aiello Psicoterapeuta

Dott.ssa Irene Centonze Pedagogista

COVID 19

EVENTO DI VITA per ADULTI e BAMBINI

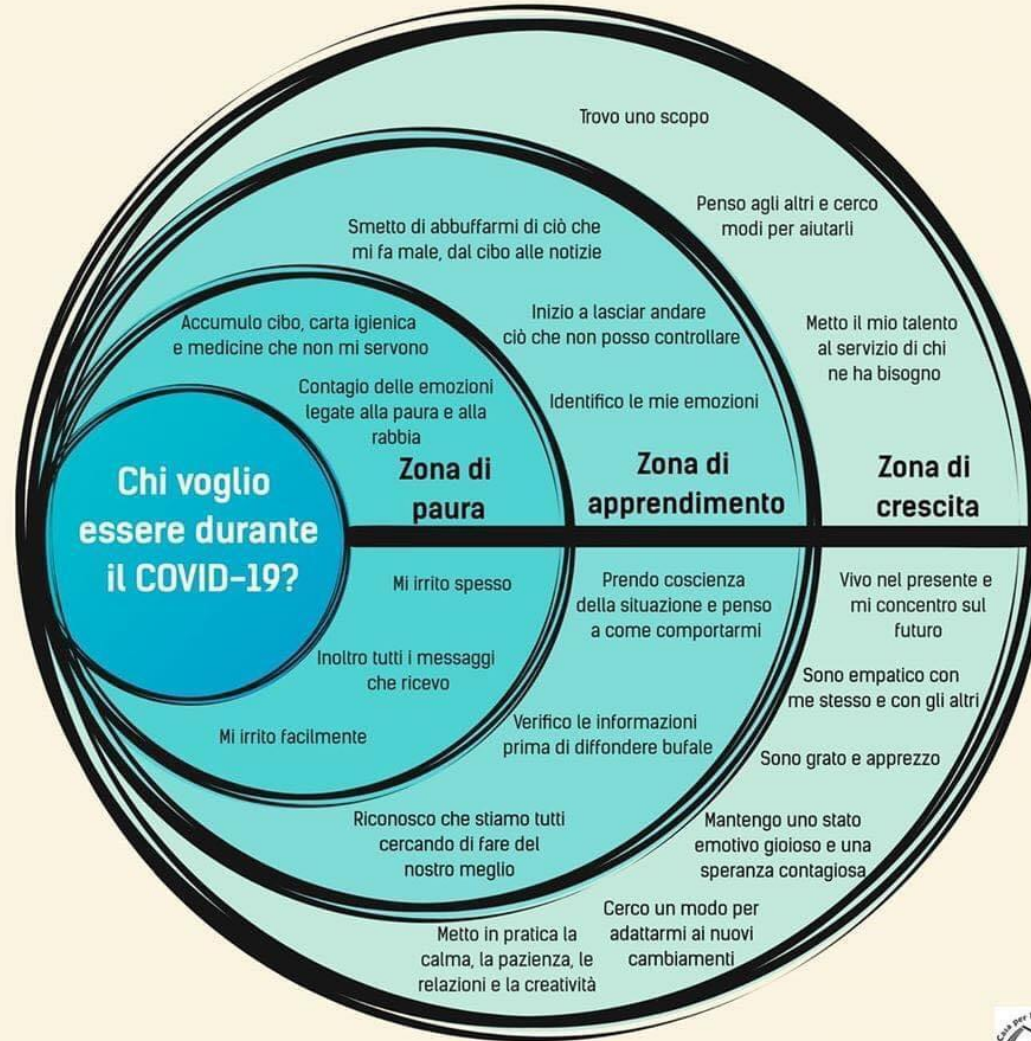
Gli *eventi di vita* sono definiti come esperienze che interrompono le normali attività di un individuo e che richiedono un sostanziale cambiamento e riaggiustamento degli equilibri e delle abitudini.



La bottega di Esperì

Esperienze PERcorsi Incontri

ESPERIENZE PERCORSI INCONTRI





La bottega di Esperì

ESperienze PERcorsi Incontri

ESPERIENZE PERCORSI INCONTRI

Le parole dei bimbi

Cosa vi raccontano i vostri bambini?

Quali domande vi fanno?

Quali comportamenti mettono in atto?

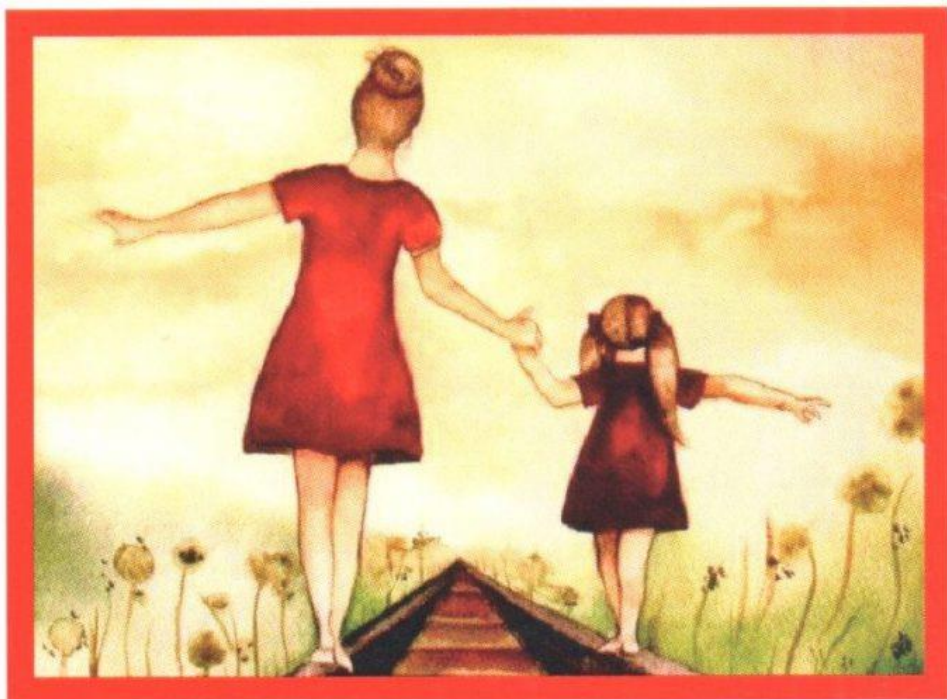


La bottega di Esperì

ESperienze PERcorsi Incontri

ESPERIENZE PERCORSI INCONTRI

Noi adulti



I bambini hanno bisogno di una rappresentazione di ciò che stanno vivendo e sentendo.

Quello che li circonda ha bisogno di essere mediato in base all'età.

Hanno bisogno di adulti che li aiutino a comprendere con **equilibrio**.



La bottega di Esperì

Esperienze PERcorsi Incontri

Esperienze PERcorsi Incontri

Autoregolare

I momenti più difficili da affrontare	Quale risorsa interiore mi può aiutare

Cosa mi rende felice?	Cosa mi rende infelice

Possibili reazioni emotive

AROUSAL



IPER-AROUSAL: Aumento delle sensazioni
Reattività emozionale elevata
Ipervigilanza
Disorganizzazione cognitiva

IPO-AROUSAL: Assenza relativa di sensazioni
Ottundimento emozionale
Ipovigilanza
Processo cognitivo ridotto

PORTO SICURO

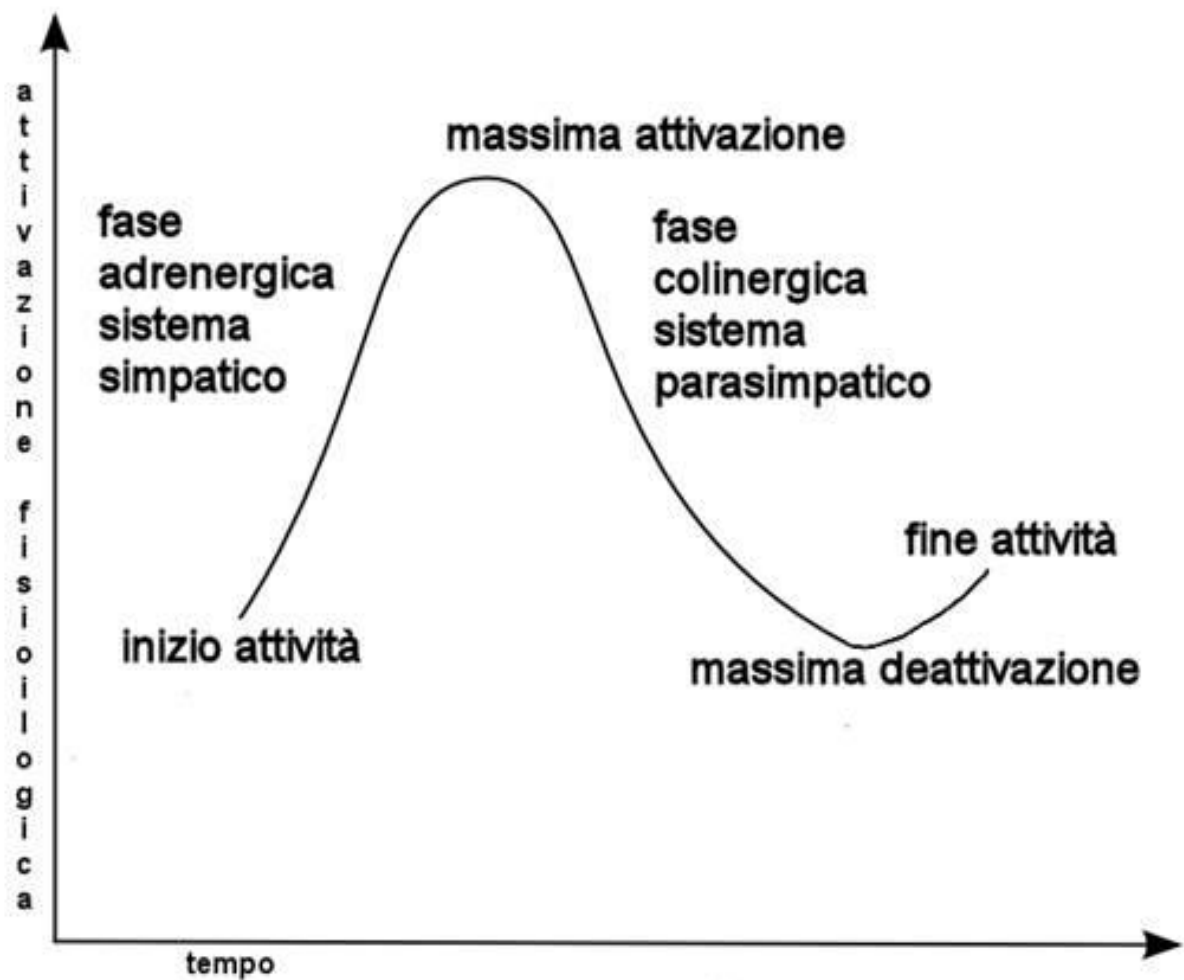
"Il genitore è un porto sicuro da cui il bambino parte per l'avventura di esplorare la stanza accanto e a cui ritorna per rifornirsi emotivamente"

Mahler, 1968





COME RIPRISTINARE L'EQUILIBRIO EMOTIVO





LE 7 REGOLE PER PORRE LIMITI SENZA DRAMMI

- PRESTO
- PRIMA
- SEMPRE
- CON COERENZA
- CON
TRANQUILLITA'
- CON FIDUCIA
- CON AFFETTO

