



La bottega di Esperì

ESperienze PERcorsi Incontri

IL SABATO DEI GENITORI: GENITORI SI DIVENTA

4° INCONTRO 25 MAGGIO 2019

"PARLA A TUO FIGLIO IN MODO CONSAPEVOLE"

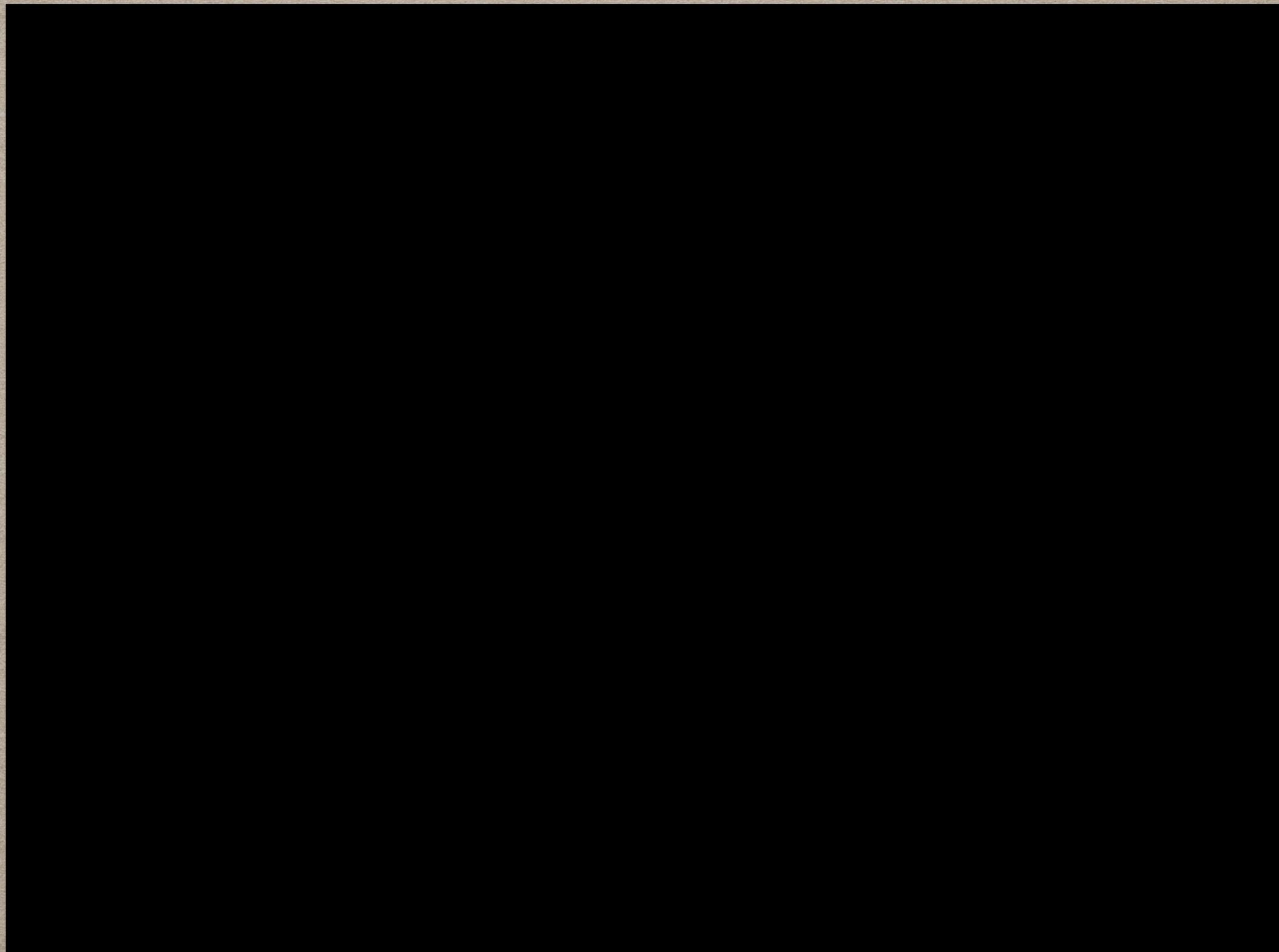
Facilitatori:

Dott.ssa Chiara Aiello Psicoterapeuta

Dott.ssa Irene Centonze Pedagogista

Struttura del percorso

- 1° incontro 2 febbraio: "Essere genitori oggi"
- 2° incontro 2 Marzo: "Porre limiti senza drammi"
- 3° incontro 13 Aprile: "Come supportare le potenzialità del proprio bambino"
- **4° incontro 25 Maggio: "Parla a tuo figlio in modo consapevole"** ←
- 5° incontro 8 giugno: "Perchè il mio bambino...? risposte alle domande dei genitori"



- Quale stile comunicativo vi ha colpito di più?
- Quale sentite come familiare?
- vi ricordate un episodio personale in cui una di queste dinamiche è presente?



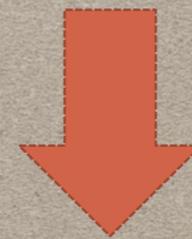
Il mittente, colui che esprime il messaggio, ha un'intenzione specifica, il destinatario, colui che riceve il messaggio, ne subisce un impatto particolare. È importante riconoscere questo impatto sia su se stesso, che sull'altro.

La relazione adulto - bambino

Ascolto
Empatia
Confini
Accoglienza
Contatto
Rispecchiamento



La comunicazione
verbale e non verbale



COMUNICAZIONE
EFFICACE

Le parole hanno importanza

**Ti aiuto, tu non sei
capace**

**Smettila, ormai sei
grande**

Sei un bambino cattivo

**Guarda Lucia com'è
brava**

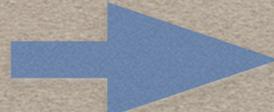
**Sei sempre l'ultimo,
sbrigati**

*Impariamo a **DESCRIVERE** i
comportamenti invece che
VALUTARLI*

Proviamo insieme...

*Mio figlio è sempre **DISORDINATO*** 

*Anna è spesso **DISTRATTA*** 

*Paolo è **PIGRO*** 

Predicare

Dirigere

Consigliare

Minacciare

LE BARRIERE

Indagare

ALLA

Discutere

Eludere

COMUNICAZIONE

Giudicare

Ridicolizzare

Elogiare

Analizzare

1) *Esprimere intenzionalità*

3) *Rimandare al figlio
ciò che avete compreso*

2) *Ascoltare i fatti e le emozioni*



4) *Esprimere empatia e
accettazione
per le emozioni*

4) *Aspettare che il figlio
confermi o corregga*

**"La gente non ascolta, aspetta solo il suo turno
per parlare.**

-Chuck Palahniuk

Per cosa è importante?

*Per cogliere il **VERO SENSO** del
messaggio inviato da vostro figlio*

Esempi....

Proviamo a riconoscere i sentimenti sottostanti ad ogni frase e a trovare una frase di risposta che esprima accettazione ed empatia per i sentimenti e le emozioni

1) *Perché nonna è morta? vorrei che fosse qui....*

...

2) *Quando ti arrabbi con me io voglio scappare*

...

3) *Vostra figlia di 6 anni porta via un giocattolo al fratello di 2 che viene strillando e indicando la sorella*

....

4) *Odio mio fratello. Vorrei che non fosse mai nato. Tu vuoi più bene a lui*

....

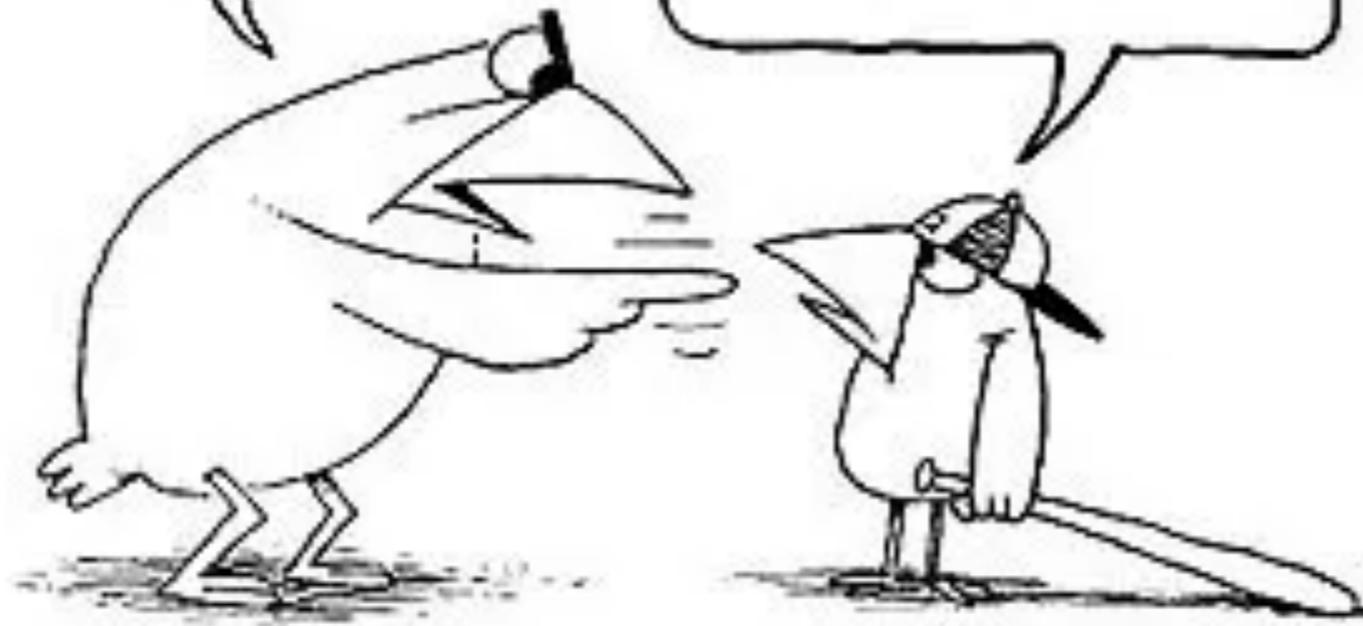
L'ascolto attivo va usato SEMPRE?



Non usate l'ascolto attivo se il comportamento di vostro figlio è
INACCETTABILE o VI FERISCE

TU NON METTERAI
QUESTO CAPPELLO
PER ANDARE
DALLA NONNA!

POTRESTI DIRM
QUELLO CHE VUOI,
SENZA DIRM
DOVE
SBAGLIO?



Rettangolo dei comportamenti

Comportamenti accettabili	Esprimono un problema per il figlio	Ascolto Attivo
Nessun problema	non esprimono né causano problemi a nessuno	
Comportamenti inaccettabili	Provocano un problema nel genitore	Tecnica del messaggio io

Non usate l'ascolto attivo se vostro figlio esprime il suo problema o i suoi sentimenti in modo così CHIARO da non aver bisogno di ulteriori integrazioni.

Non usate l'ascolto attivo se non avete il TEMPO e l'ATTENZIONE da dedicare a vostro figlio. In questo caso è meglio rimandare

“L’arte più difficile è questa:
creare un cerchio grande grande
mettersi ai margini
e mettere l’altro al centro.
Fargli posto e dargli spazio.
E ascoltare, ascoltare tutto quello che dice,
e ascoltarlo anche quando tace.
Soprattutto quando tace.”.

-Fabrizio Caramagna

GRAZIE!

Dott.ssa Chiara Aiello Psicoterapeuta Infantile

Dott.ssa Irene Centonze Pedagogista