



ITACA COOPERATIVA  
SOCIALE ONLUS

Vicolo R. Selvatico, 16  
33170 Pordenone

Tel 0434 504000  
Fax 0434 504100  
www.itaca.coopsoc.it  
itaca@itaca.coopsoc.it  
coopitaca@pec.it

Iscr. Reg. Imprese CCAA Pordenone

C.F. e P.IVA n° 01220590937

R.E.A. n° 51044

Iscr. al Reg. Regionale Cooperative al n° A117040

Sez. coop.ve a mutualità prevalente di diritto

Iscr. Albo Reg.le Coop.ve Sociali n° 38 Sez. A

## CON-TRA-STO!

### PERCORSO DI FORMAZIONE PER GENITORI

L'adolescenza è una fase di vita significativa e fondamentale per il passaggio nell'età adulta. Una fase caratterizzata da grandi cambiamenti e contrasti che possono mettere alla prova l'adulto nella sua funzione di sostegno e di guida. Riuscire a stare nella relazione in modo adeguato e rispettoso di tutti non è facile. Incontrare altri genitori in un percorso comune potrebbe essere una delle strategie da adottare per trovare conforto nella condivisione, per conoscere approcci differenti, per assumere punti di vista diversi che aprano a nuove consapevolezze e modalità che aiutino i genitori nel loro compito.

Il percorso **CON-TRA-STO!** Intende creare un'occasione di incontro e di formazione rivolta ai genitori di ragazzi di 11-13 anni, frequentanti la SS1°. È un percorso formativo e interattivo per conoscere i propri figli ed individuare delle strategie per vivere (e non sopravvivere) con un adolescente in famiglia.

Cosa faremo?

**7 incontri online di 1 ora e mezza a cadenza settimanale**

Insieme ad altri genitori con figli della stessa età e facilitati da una coppia di conduttori esperti (un educatore ed uno psicoterapeuta) per *esplorare* le caratteristiche di questa fase di vita sia in termini di funzionamento che di compiti di sviluppo, per *condividere* esperienze e domande, per *trovare* strategie efficaci, per *sostenersi* reciprocamente.

#### Temi

Ogni incontro affronterà un aspetto specifico sulle tematiche fondamentali che riguardano la relazione tra genitori e figli preadolescenti e adolescenti:

#Comprendere i propri figli e se stessi

#Le emozioni: conoscerle, riconoscerle e nominarle per gestirle al meglio.

#L'incoraggiamento e la motivazione.

#La comunicazione e le strategie di risoluzione di problemi.





#L'importanza delle regole e della disciplina.

#Il riconoscimento e la prevenzione di comportamenti a rischio

### **Metodologia**

I gruppi verranno condotti attraverso il metodo maieutico, a partire da situazioni stimolo si attiveranno i partecipanti sul tema dell'incontro, e le domande che emergeranno dal gruppo saranno il motore per promuovere il confronto e lo scambio di diversi punti di vista. Un percorso che permetterà ai genitori di sintonizzarsi con le proprie risorse, trovando nella matrice sociale del gruppo e nel fare esperienza insieme, lo stimolo per nuovi apprendimenti.

Il percorso permetterà di acquisire informazioni, suscitare interrogativi, condividere esperienze e individuare strategie pratiche ed operative!

### **Riferimenti**

Cecilia Zuppini

[c.zuppini@itaca.coopsoc.it](mailto:c.zuppini@itaca.coopsoc.it)

3371490311

*Perché alla fine, crescere è un grande lavoro di squadra!*

Il team di CONtraSTO!

Treviso, aprile 2022