



ASSOCIAZIONE ASPIC per la SCUOLA

FORMAZIONE COUNSELING SERVIZI

COUNSELING PER LA GENITORIALITÀ

A cura di Enrichetta Spalletta e Marco Chimenti

GENITORI POSITIVI, FIGLI "RESILIENTI"

La resilienza o capacità di recupero, è la capacità di raggiungere un buon livello di adattamento nonostante le avversità, i traumi, le minacce e altre fonti significative di stress, tra cui i problemi familiari e relazionali, problemi di salute, difficoltà di lavoro o finanziarie. La resilienza non è legata a un'unica condizione esistenziale, ma è influenzata da più fattori che, interagendo, creano le condizioni favorevoli al recupero.

Si tratta di forze che, in base al contesto, permettono di resistere (passivamente) o di fronteggiare (attivamente) le avversità. Gli studi sulla resilienza, mettono in evidenza come, a livello familiare, entrino in gioco una serie di fattori connessi: alle competenze relazionali (sviluppo dei comportamenti di accudimento responsivi e sensibili; pattern di attaccamento prevedibili e coerenti, capaci di procurare protezione e sicurezza); all'efficacia comunicativa (interazioni verbali e non verbali propositive, proattive piuttosto che impositive e reattive); alla corretta gestione di ruoli e confini; alla validazione dell'espressione emotiva condivisa. Lo studio della resilienza è basato sui concetti di "indicatori di rischio" (circostanze psicosociali o biologiche che aumentano la probabilità di esiti negativi dello sviluppo), "fattori di vulnerabilità" (particolari suscettibilità degli individui di fronte agli indicatori di rischio) e "variabili di protezione". Questo quadro di riferimento ci è utile per comprendere i differenti esiti di condizioni familiari, ambientali pressoché simili. Per esempio solo una parte di bambini che

Continua

I genitori di oggi sembrano avere maggiori difficoltà rispetto a quelli di un tempo nel gestire il proprio sano potere che deriva dal ruolo stesso e mantenere linee educative che facciano salva la propria autorità e ristabiliscano i confini generazionali in modo chiaro e prevedibile, in un contesto relazionale di protezione, amore e cura. Sempre più spesso la paura di entrare in un conflitto, il timore di poter essere meno amati se si mettono limiti e regole al comportamento dei figli, la fatica del mestiere di genitore produce sempre più bambini che rifiutano a priori l'autorità e si ribellano nei confronti di doveri elementari.

Allo sviluppo soddisfacente dell'equilibrio del bambino concorre in buona parte la capacità genitoriale di porre e mantenere con fermezza dei limiti, senza colpevolizzazioni, ricatti o rimproveri né ostilità, disprezzo e rifiuto. La sensazione di assoluta impotenza si rinforza con l'incapacità di vedere un altro modo per vincere fino a mettere in dubbio la legittimità delle proprie richieste.

L'ESPERIENZA (E ANCOR PIÙ IL MODO IN CUI CE LA RAPPRESENTIAMO) FA DI NOI CIÒ CHE SIAMO: INDIVIDUARE GLI ERRORI DA NON RIPETERE

Un genitore che nell'arco della propria infanzia si sia confrontato con rifiuti sistematici dei genitori a ogni sua richiesta, esigenza o bisogno, o che abbia avuto un'educazione eccessivamente repressiva, di fronte alla risposta contrappositiva del figlio avrà difficoltà a dare una risposta libera da sovrapposizioni di immagini antiche, da identificazioni controproducenti. Il figlio realizza inconsapevolmente una ribellione che il genitore non ha potuto esprimere, il genitore si sente un tiranno.

Per evitare sensazioni sgradevoli emergono reazioni di rinuncia o esplosioni di rabbia che vanno a connettersi non più con i comportamenti "insostenibili" del bambino ma con l'insostenibilità del proprio passato (Siegel D.J., Hartzell M. 2003).

È nel confronto, nello scontro e nel riconoscimento di queste emozioni, che danno significato e consistenza al parlato, che il bambino procede nella costruzione del proprio essere.

Il riconoscimento dei diritti dell'infanzia ed il conferimento di soggettività al bambino sono conquiste recenti e di immenso valore della nostra società, ma bambino è pur sempre un bambino, che deve ricevere un'educazione dai propri adulti di riferimento: essere un soggetto non significa infatti essere un adulto e soprattutto non coincide col possesso pieno di tutti i diritti. Quando l'adulto pone una regola fornendo chiare spiegazioni al bambino assolve al proprio compito riportandolo al suo posto ovvero quello di un bambino in rapporto con un adulto, che garantisce delle regole.

Tale compito per quanto faticoso ha l'effetto di rassicurare il bambino e di liberarlo dall'angoscia di non avere nessuno "abbastanza forte e affidabile" che lo possa proteggere.

Se una cosa non deve essere fatta da un bambino questa deve necessariamente rappresentare un limite anche per l'adulto: ciò significa che a volte per trasmettere l'inammissibilità di un comportamento, l'adulto è chiamato a rifiutarlo con tutto il suo essere oltre che attraverso le sole parole: questo scopo può essere raggiunto attraverso l'espressione e non la repressione delle proprie emozioni. Il comportamento di un bambino non è mai soltanto colpa sua, ma è il risultato di una situazione familiare dove ciascuno è parte in causa.

Quando la situazione sembra essere insostenibile o peggiora e la vita del bambino, come quella dei genitori, diventa invivibile a causa dei continui conflitti, è utile valutare il ricorso ad un supporto professionale.

PROMUOVERE LA RESILIENZA

significa fondare ogni intervento educativo sullo sviluppo di:
Competenza: sentirsi capace di raggiungere i propri obiettivi
Appartenenza: sentirsi valorizzato nei propri gruppi/comunità
Utilità: sentirsi utile alla vita della propria comunità/società/tempo
Potere: sentirsi rafforzato nelle proprie attività/scelte/decisioni
Ottimismo: capacità di ironizzare benevolmente su di sé, sentirsi incoraggiato e fiducioso verso il proprio futuro

La resilienza passa attraverso l'educazione alle **life skills** ovvero competenze psicosociali che si possono acquisire attraverso l'insegnamento e la pratica: l'apprendimento delle life skills si verifica quando, si arriva a "**sapere che cosa fare e come farlo**", e, soprattutto, a "**essere consapevole di saperlo fare**" (Johnson, 2000).

LIFE SKILLS FONDAMENTALI/TRASVERSALI

problem solving: affrontare e risolvere in modo costruttivo i problemi
pensiero critico: analizzare la situazione in modo analitico, esplorando le possibili alternative e trovando soluzioni
pensiero creativo: capacità di lasciare libero il fluire delle idee per produrre soluzioni originali
comunicazione efficace: esprimersi in modo appropriato alla situazione e all'interlocutore a livello verbale e non verbale
empatia: riconoscere, discriminare e condividere le emozioni degli altri
regolazione degli affetti, gestione delle emozioni dello stress: riconoscere e regolare i propri stati affettivi, le proprie emozioni e gli stati di tensione
strategie di coping e senso di autodeterminazione
efficacia personale: convinzione di poter organizzare efficacemente una serie di azioni necessarie a fronteggiare nuove situazioni, prove e sfide progressivamente più complesse (comprende il sentirsi pronti, fidarsi delle proprie risorse, intenzionalità, impegno, perseveranza);
efficacia collettiva: l'insieme di convinzioni condivise da un gruppo circa la capacità di realizzare obiettivi comuni, grazie alla combinazione di risorse tecnico-professionali e senso d'appartenenza.

DIPLOMA IN COUNSELING SKILL

MASTER ESPERIENZIALE IN COUNSELING PER L'ETÀ EVOLUTIVA

Formazione e Aggiornamento nelle Applicazioni del Modello Pluralistico Integrato

Destinatari

Tutti coloro che interagiscono professionalmente con bambini, adolescenti, giovani e famiglie.

Obiettivi e finalità

Delineare un professionista esperto sul piano relazionale, educativo e riabilitativo, capace di agire nei sistemi socio-educativi e affettivo-relazionali per di produrre interventi di sviluppo dell'individuo e della comunità.

Metodologia e Struttura del Master

I contenuti teorici (35%) sono mediati e supportati da sperimentazioni pratiche e approfondimenti tecnici (65%). 10 incontri mensili di 13 ore nel weekend e un incontro intensivo di 20 ore (totale di 450 ore).

Primo modulo Teorie e tecniche di base del Counseling integrato
Secondo modulo Tecniche educative e motivazionali di gruppo e di comunità
Terzo modulo L'approccio Pluralistico Integrato nella pratica del Counseling

COUNSELING PER LA GENITORIALITÀ

GENITORI POSITIVI, FIGLI "RESILIENTI"

sperimenta il conflitto coniugale sembra risentirne in modo rilevante. Nello studio della resilienza il livello di conflittualità espressa o coperta della coppia, è un indicatore di rischio. L'ampiezza, la profondità e la pervasività del conflitto da un lato e le caratteristiche del bambino dall'altro, sono i meccanismi di rischio. Anche quando sia stato scelto e desiderato l'arrivo di un figlio, la conseguente assunzione delle funzioni genitoriali, comporta un riassetto della personalità dei partner e una ristrutturazione della relazione di coppia. Spesso a seguito del "lieto evento" si assiste ad un peggioramento della relazione coniugale e a un incremento della conflittualità. Dai dati di ricerca le variabili di protezione che vanno a contribuire a uno sviluppo resiliente, sembrano essere caratterizzate da aspetti individuali e ambientali. Fattori personali legati ad un buon esito dello sviluppo sono l'intelligenza, un temperamento "facile" accendiscendente, talenti specifici e la gradevolezza fisica, mentre quelli ambientali coincidono con la capacità di prendersi cura del bambino da parte dei genitori o altri *caregiver*, buone relazioni con i fratelli e con i pari, l'interesse mostrato dalla famiglia verso il contesto e la riuscita sociale la partecipazione ad attività sociali che offrano al bambino una sensazione di efficacia, di successo e di rinforzo.

Le variabili di protezione esercitano i loro effetti benefici secondo tre diverse modalità (Zaccagnini, Zavattini, 2005):

a) Interagendo con il fattore di rischio per ridurre gli esiti negativi (stile di coping attivo)

b) con un effetto diretto sull'adattamento del bambino a prescindere dal rischio (un efficace interessamento dei genitori all'educazione del bambino può essere un buon antidoto ai problemi che il conflitto genitoriale potrebbe indurre nella carriera scolastica del bambino)

c) come "auto-vaccino" predisponendolo a risposte vincenti, alla sfida del fattore di rischio (è importante identificare quale sia il livello del fattore di rischio che possa prepararlo rafforzando la sua resilienza).

In conclusione nonostante le ancora numerose domande senza risposta, la ricerca sui fattori di protezione è molto importante perché dimostra che, in qualsiasi condizione e a qualsiasi età, è possibile intervenire in modo riparativo.

SEMINARI INTENSIVI ESTIVI 2006

ATTACCAMENTI NEL CICLO DI VITA: IPOTESI TEORICHE E DI RICERCA

1-2 Luglio: SEMPRE SEPARATI E UNITI PER SEMPRE: LE ALCHIMIE DELLE RELAZIONI PRIMARIE E OLTRE. Applicazioni psicoeducative e pratica professionale basata sull'attaccamento

14-15-16 Luglio: INTERVENTI SPECIFICI PER ATTACCAMENTI COMPATIBILI. Lo sviluppo della complementarità sinergica collaborativa nelle interazioni operatore / clinico - cliente

COUNSELING PER L'ETA' EVOLUTIVA

15/16/17 Settembre: TECNICHE DI CONDUZIONE DI GRUPPO CON GLI ADOLESCENTI

15/16/17 Settembre: TECNICHE DI CONDUZIONE DI GRUPPO IN ETÀ EVOLUTIVA

29/30 Settembre - 1 Ottobre: TECNICHE ESPRESSIVE IN ETÀ EVOLUTIVA

TECNICHE DI AUTOSOSTEGNO

ADDESTRAMENTO ALL'USO DI STRATEGIE E COMPETENZE EFFICACI

PER OPERATORI DELLA RELAZIONE DI AIUTO

14-15 Ottobre: ILLUSIONI E DELUSIONI RELAZIONALI:

COMPRENDERE IL PASSATO PER CREARE IL FUTURO DESIDERATO

ESSERE LEADER DI SE STESSI: I TALENTI DELLA PROPRIA VITA

IL COUNSELING DI SUPPORTO ALLA GENITORIALITÀ

Il *counseling* per la genitorialità può in tal caso offrire un contesto in cui analizzare e rielaborare il modo in cui si è arrivati alla situazione attuale e il perché e come questa situazione abbia degli echi nel passato di ciascun genitore (O'Leary, 1999).

Durante le fasi di costruzione della relazione, viene riservato un ampio spazio all'accoglienza e all'ascolto al fine di facilitare l'espressione di contenuti quali paure, incertezze, preoccupazioni, rabbia e si gettano le prime basi per lo sviluppo di nuove modalità. La stessa esperienza dell'ascolto, infatti, offrendo la possibilità di esprimere i propri vissuti e di sentirsi accolti in un ambiente non giudicante favorisce uno stato di benessere emozionale che incide sul piano dell'apertura e facilita i processi di auto comprensione, di ricerca e di individuazione di nuove strategie. Il *counseling* per la genitorialità non offre solo uno spazio di ascolto e di rielaborazione, ma mira allo sviluppo ed alla promozione di comportamenti maggiormente adattivi e funzionali per la coppia genitoriale in difficoltà: training per assertività, riconoscimento ed espressione delle proprie emozioni, sviluppo di nuove ed efficaci competenze comunicative sono solo alcune delle proposte attraverso le quali superare l'empasse e comprendere che amore ed educazione non sono assolutamente in opposizione ma coincidono con uno dei più importanti compiti di sviluppo con cui gli esseri umani sono chiamati a confrontarsi.



ASSOCIAZIONE ASPIC per la SCUOLA

Via A. Macinghi Strozzi, 42/A – 145 Roma
Tel. 06.51435434 - Fax 06.51882458

RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI

- Albani R. (2004), *Si fa come dico io: l'equilibrio del potere tra genitori e figli*, Pratiche Ed., Milano
Fabio R.A. (2003), *Genitori positivi, figli forti*, Erickson, Trento
Hersen M. (2006), *Clinician's handbook of child behavioral assessment*, Elsevier Academic Press, Burlington, MA
Johnson W. (2000), *Aligned, Relaxed, Resilient*, Shambhala, Boston
Mazzoleni C. (2004), *Empowerment familiare*, Erickson, Trento
O'Leary C. (1999), *Counseling alla coppia e alla famiglia*, Erickson, Trento
Rogge J.U. (1999), *Quando dire di no*, Pratiche Ed., Milano
Siegel D.J., Hartzell M. (2003), *Errori da non ripetere: come la conoscenza della propria storia aiuta a essere genitori*, Raffaello Cortina Ed., Milano
Zaccagnini C., Zavattini G.C. (2005), *Transizione alla genitorialità, conflitto coniugale e adattamento del bambino: le relazioni, i processi e le conseguenze*, *Psicologia e Clinica dello Sviluppo* 1-2005

CIBO PER VIVERE... VIVERE PER IL CIBO

Formazione in "Counseling & Cibo" 100 ore di training sui disturbi dell'alimentazione e sulle tecniche di sostegno e intervento integrato

Gruppi di auto-mutuo/aiuto: due incontri al mese il lunedì dalle 20 alle 22

Gruppi psicoeducativi: due incontri al mese il lunedì dalle 20 alle 22

**Incontri divulgativi aperti al pubblico
A partire dal 21 giugno 4 incontri alle ore 20**

Counseling, sostegno psicologico, psicoterapia, percorsi di educazione alimentare individuale e di gruppo

Per informazioni e iscrizioni

aspicperlascuola@genie.it

www.aspicperlascuola.it

www.aspic.it