

**DIVENIRE GENITORI
CONSAPEVOLI E
«SUFFICIENTEMENTE BUONI»**

CRISTINA GRAFFEO

CONSULENTE FAMILIARE E PEDAGOGISTA

ROMA, 30 aprile 2023



MI PRESENTO



QUALCHE DOMANDA ...
VI VA DI FARE UNA PICCOLA
STATISTICA FRA DI NOI?

Per alzata di mano

Quanti qui dentro sono genitori?

Quanti genitori almeno una volta nella vita si sono fatti la domanda «ho fatto bene o ho fatto male» rispetto a delle decisioni prese che riguardavano i propri figli?

Quanti si sono fatti la stessa domanda almeno un centinaio di volte?

Quanti genitori qui dentro hanno pensato «è proprio come me»?

Quanti hanno pensato «è proprio come sua madre/suo padre»?

Quanti genitori farebbero di tutto per vedere felici i propri figli?





UNA PREMESSA SUI
GENITORI DI OGGI

EDUCARE



- **EDUCARE =**
AIUTARE L'ALTRO A DIVENTARE IL
MIGLIOR SÉ STESSO POSSIBILE
- **EDUCARE E' DIFFICILE!**
Da soli si perde
insieme è possibile

I GENITORI



- HO FATTO BENE O HO FATTO MALE?
- E ADESSO QUALI TRAUMI GLI HO PROCURATO?

IL «MITO DEL BUON GENITORE» Tuggia



- DALLE CAPACITÀ DEL GENITORE DIPENDONO IN MANIERA ESCLUSIVA LE SORTI DEL BAMBINO, COME FOSSE CRETA DA PLASMARE
- DA QUESTO MITO **FARDELLO TROPPO PESANTE** PER I GENITORI
- I GENITORI SEMPRE PIÙ INCAPACI DI SCEGLIERE SPESSO SI AFFIDANO A CONSIGLI DI ESPERTI PSICOLOGI CHE NELLA STESSA EPOCA DICONO COSE OPPOSITE

IL «MITO DEL BUON GENITORE»

- «BUONI GENITORI PRODUCONO BUONI FIGLI E BUONI FIGLI SONO IL PRODOTTO DI BUONI GENITORI»
- MA ANCHE «CATTIVI GENITORI PRODUCONO CATTIVI FIGLI E CATTIVI FIGLI SONO IL PRODOTTO DI CATTIVI GENITORI»



IL «MITO DEL BUON GENITORE»



- SE MIO FIGLIO NON DIMOSTRA DI ESSERE UN BUON FIGLIO ALLORA DIMOSTRA CHE IO NON SONO UN BUON GENITORE E DI CONSEGUENZA NON SONO UNA BRAVA PERSONA.
- STIAMO LEGANDO LA NOSTRA **IDENTITÀ** DI ADULTI E DI GENITORI AL BENESSERE E AL SUCCESSO DEI NOSTRI FIGLI

IL «MITO DEL BUON GENITORE», CONSEGUENZE

- GENITORI DELLA PSYCOLOGIC GENERATION DAGLI ANNI '70 SONO IMBOTTITI SPESSO DI NOZIONI, MA APPAIONO **FRAGILI E INCERTI**
- SCHIACCIATI SPESSO DAL **SENSO DI COLPA**
- I PRIMI DUBBI E LE PRIME INCERTEZZE NASCONO ANCORA PRIMA CHE NASCA IL FIGLIO



FAMIGLIA

- **PROBLEMA DI OGGI:**
L'azione genitoriale è percepita
come esclusivamente individuale



PER «EDUCARE
BENE» UN
BAMBINO

sono necessari tre soggetti:

- **IL BAMBINO STESSO**, la sua capacità di interagire sin dalla nascita, il suo temperamento...
- **I SUOI GENITORI**
- **IL MONDO VITALE**, ossia l'ambiente in cui il bambino vive con i suoi genitori (gli altri adulti: insegnanti... e gli altri bambini)

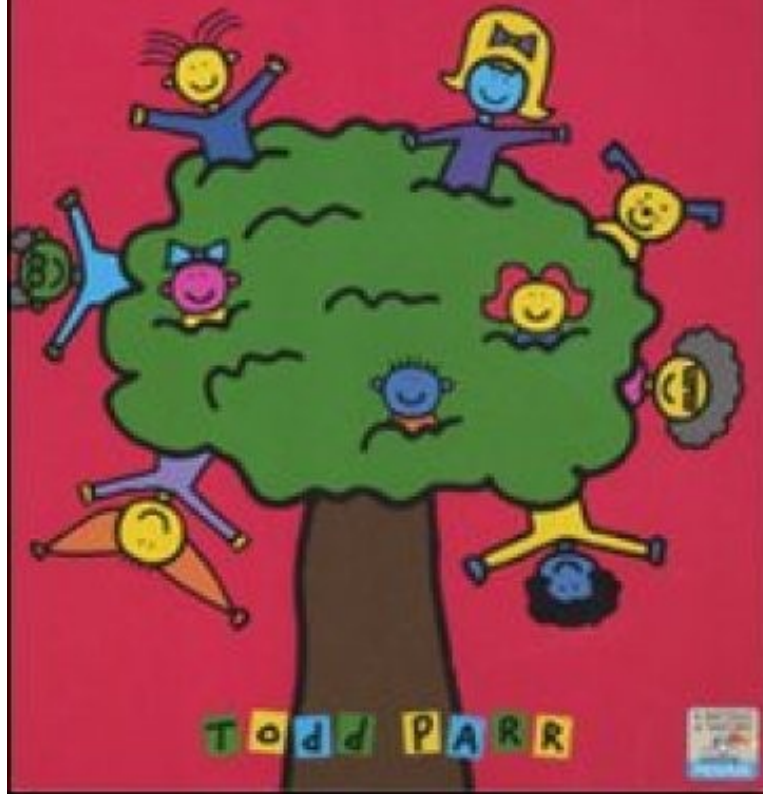


LA MAGIA DELL'EDUCAZIONE

- «è il meraviglioso e misterioso gioco dell'incontro-scontro tra anime, la magia dell'educazione»
TUGGIA M.



IL LIBRO DELLE FAMIGLIE



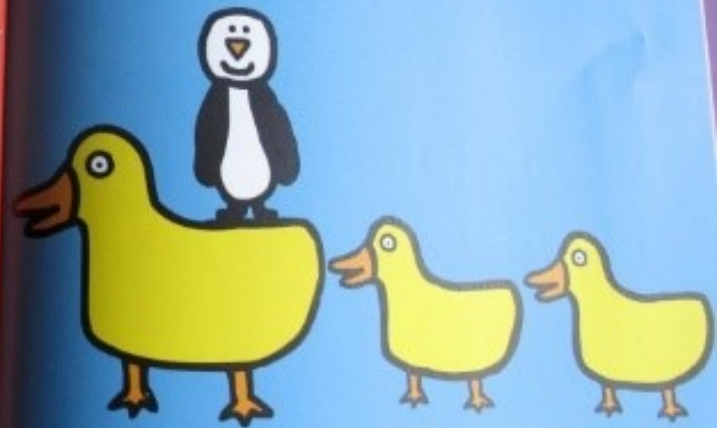
DALLA FAMIGLIA
ALLE «FAMIGLIE»

Oggi esistono molteplici
strutture familiari

In alcune famiglie
i fratelli hanno
mamme o papà diversi



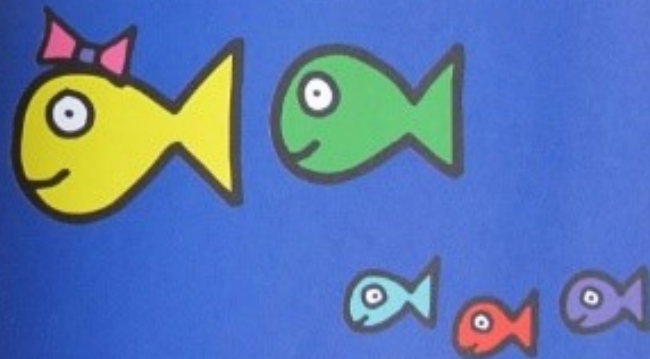
Alcune famiglie
adottano
dei bambini



Alcune famiglie
sono dello
stesso colore



Altre sono
di colori diversi

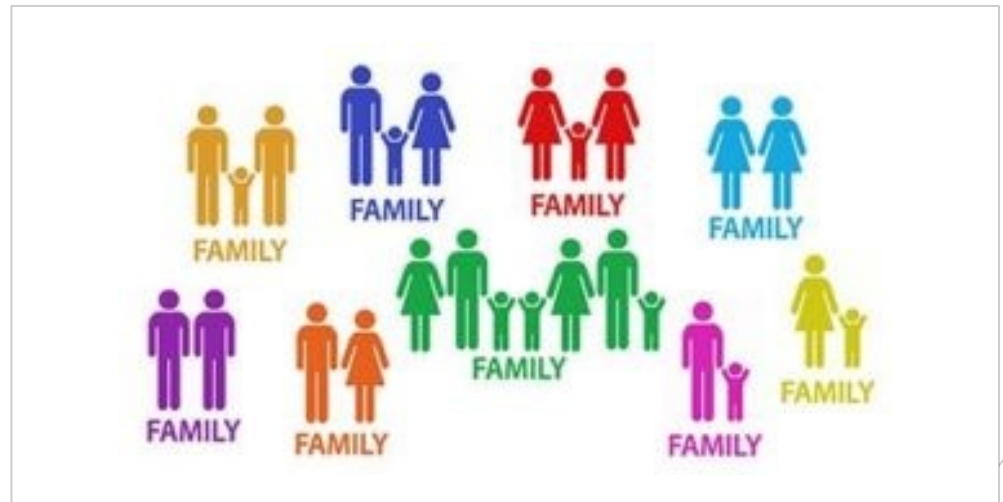




indipendentemente dalla struttura, dalla forma di convivenza e dal sesso dei componenti

LE FAMIGLIE POSSONO COSTITUIRE DEI CONTESTI DI SVILUPPO ADEGUATI SE AL LORO INTERNO SI PRODUCONO **RELAZIONI ORIENTATE ALLA PROTEZIONE, AL SOSTEGNO E ALLA CURA CHE INCORAGGIANO L'INDIVIDUAZIONE PERSONALE**

FAMIGLIA



IL FIGLIO

- non è più vissuto come progetto generativo che ha le sue radici nelle generazioni precedenti ed è proteso verso quelle future, ma unicamente come **INVESTIMENTO EMOTIVO DEI GENITORI...IL FIGLIO SOVRANO-IDOLO** (Charmet-Marcelli)





LA CONSULENZA AI GENITORI



STUDIO LA CRISALIDE

OBIETTIVI

- AIUTARE I GENITORI A **DEFINIRE IL PROBLEMA** E IMPARARE A GESTIRLO, ASSUMENDOSI LA RESPONSABILITÀ DELLE SCELTE COMPIUTE
- AUMENTARE LA **CONOSCENZA DI SÉ E L'AUTOCONSAPEVOLEZZA** DA PARTE DEI GENITORI
- SVILUPPARE LE **RISORSE PERSONALI** DEI GENITORI
- PROMUOVERE LA CRESCITA PERSONALE E SAPER RILEVARE ADEGUATAMENTE I **COMPITI EVOLUTIVI** CHE IL SOGGETTO, LA COPPIA O LA FAMIGLIA SI TROVANO AD AFFRONTARE IN QUEL PRECISO STADIO DEL PROPRIO CICLO DI VITA



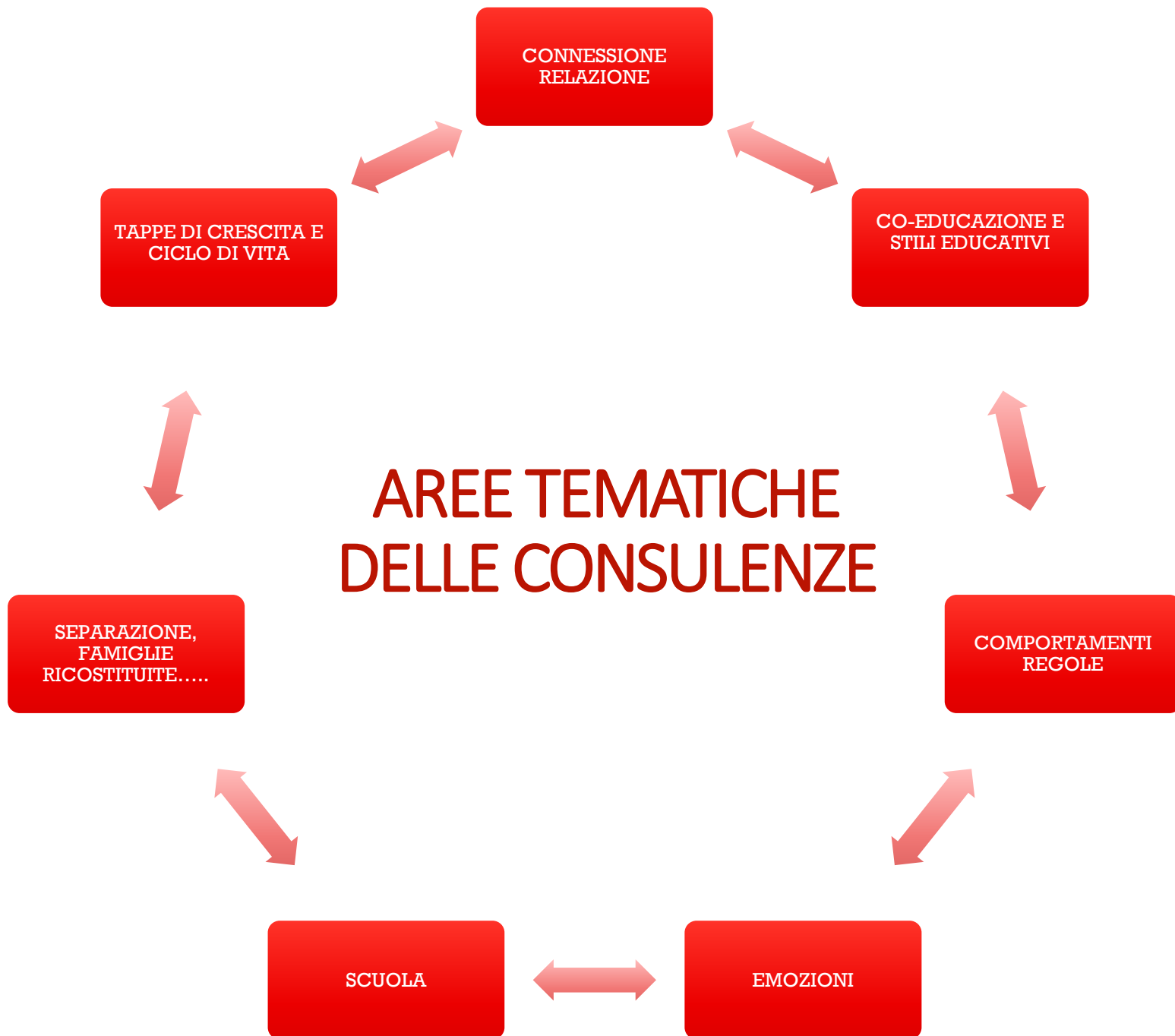
OBIETTIVI

- AIUTARE I GENITORI AD AFFRONTARE I MOMENTI DI CRISI E DI DIFFICOLTÀ, SOSTENENDOLI NEL SUPERAMENTO DI ANTICHI EQUILIBRI E NELLA RIORGANIZZAZIONE FUNZIONALE DI **NUOVI ASSETTI RELAZIONALI**
- FAVORIRE **L'AUTONOMIA** E L'AUTODETERMINAZIONE DELLE PERSONE
- INCREMENTARE **COMPETENZE PROGETTUALI E DECISIONALI**, CHE CONSENTONO AI GENITORI DI ESSERE ARTEFICI E PROTAGONISTI DEL PROPRIO FUTURO (DOMENICO SIMEONE)



LA CONSULENZA AI GENITORI

- **COME ARRIVANO I GENITORI**
passaparola, formazione a genitori, formazione a educatori e insegnanti, massaggio del bambino, sito, facebook
- **PRIMO CONTATTO**
telefonata, mail, messaggi whatsapp, messenger, richiesta diretta a voce
- **CHI CONTATTA**
madre o padre indistintamente
- **CHI VIENE**
proposto il percorso ad entrambi i genitori
Vengono insieme, a volte continua uno dei due o ricontatta per altri motivi
- **DURATA DEL PERCORSO** di consulenza medio-breve; a volte alcune coppie o singoli genitori ritornano con nuove richieste; durano di più i percorsi genitoriali singoli
- **MOTIVO DELLE RICHIESTE**



RELAZIONE E CONNESSIONE

- Riuscire a connettersi con il proprio figlio/a (in seguito ad una gravidanza-parto-allattamento-primi periodo di vita del bambino complicati)
- Migliorare il rapporto con il proprio figlio/a
- Come fare quando non si riesce a capire e a relazionarsi con un figlio (ad esempio per la sua stravaganza)
- Vissuto passato del genitore



SEPARAZIONE,
AFFIDAMENTO
ESCLUSIVO,
VEDOVANZA,
ADOZIONE...



- Essere aiutati nel loro compito educativo quando hanno deciso di separarsi (comunicazione ai figli, scelte educative...)
- Accompagnare una madre o un padre nel compito educativo durante alcuni periodi, quando l'altro genitore è assente (separazioni conflittuali, visite protette, affidamento esclusivo, vedovanza, venir meno della presenza di uno dei genitori...)
- Come gestire gli equilibri in una famiglia ricostituita
- Essere aiutati rispetto al figlio adottivo
- Gestione del figlio quando il genitore è malato (es. tumore)

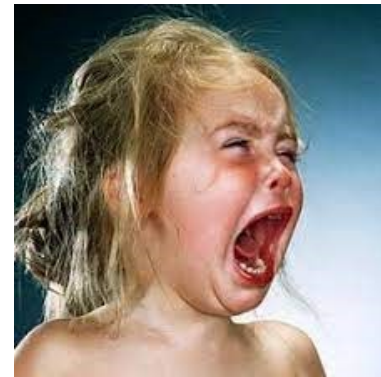
SCUOLA

- Come agire quando il figlio ha problemi a scuola (problemi nell'apprendimento, conflitti o diverse vedute sul figlio delle insegnanti legate al tema della certificazione, problemi di relazioni fra compagni, problemi di relazione con l'insegnante)



COMPORAMENTI, REGOLE, LIMITI

- Come gestire il figlio/a con un carattere tosto che fatica a stare nelle regole
- Come far rispettare le regole, i limiti, i no e riconoscere la figura dell'adulto (anche su invio delle insegnanti)
- Recuperare il ruolo di adulto e a ognuno il suo posto
- Strategie da mettere in pratica
- Confusione nell'assumere il ruolo e riconoscersi come madre e padre



EMOZIONI

- Come gestire alcune reazioni emotive dei figli (ansia, aggressività e scatti/esplosioni di rabbia, disperazione, timidezza...)
- Come aiutare mio figlio con le sue emozioni
- Capire alcuni comportamenti o sintomi dei figli (poi legati ad esempio ad un disaccordo o ad una fase critica tra i genitori)
- Affrontare una malattia del figlio (perdita graduale della vista)
- Come crescere il figlio sicuro di sé



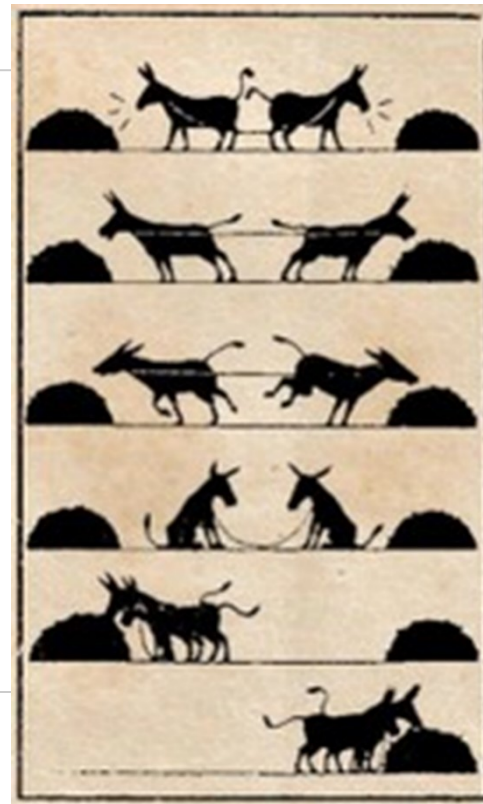
TAPPE DI CRESCITA E CICLO DI VITA



- Capire e gestire il proprio figlio in un particolare momento di crescita (preadolescenza, nascita del secondogenito...)
- Ristabilire un equilibrio perduto con il figlio (nella dinamica a tre dopo essersi riuniti in seguito ad un periodo di separazione)

STILI EDUCATIVI E CO-EDUCAZIONE

- Come trovare una linea comune, un nuovo accordo fra i genitori che si trovano ad avere stili educativi diversi (a volte depotenziamento di uno da parte dell'altro)
- Prendere delle decisioni (lettone...)
- Ritrovare l'armonia in famiglia



LA CURA DI TUTTE LE STANZE

- **Richiesta di prendersi cura della coppia**
- **Diventare una mamma e una donna veramente accogliente**
- **Sono molto critica con me stessa come mamma**





RACCONTO DI ALCUNI
PERCORSI DI CONSULENZA...

PIERO E ANNA

- FIGLIO DI **7 ANNI** «È UN PICCOLO DITATORE, A VOLTE NON RIUSCIAMO A TENERLO», SENSO DI FALLIMENTO TOTALE, EDUCATO IN MODO TRANQUILLO, MADRE TENDENZA A TRATTARLO DA ADULTO
- **2 INCONTRI**
- NON GIUDIZIO, ACCOGLIENZA DEL «BUONO» E RIDEFINIZIONE DELL'IMPORTANZA DEI **LIMITI** DATI CON **FERMEZZA RISPETTOSA**
- SODDISFATTI DI AVER **CAMBIATO IL LORO PUNTO DI VISTA**, AVENDO MESSO INSIEME **RISPETTO E DOLCEZZA CON I LIMITI E LE CONSEGUENZE** (NO RICATTI AUTORITARI, SCHEMA DEL PASSATO DELLA MADRE) E MIGLIOR CONTENIMENTO EMOTIVO DEL FIGLIO

TAMARA E MARCO

- FIGLIO DI 3 ANNI CON **COMPORAMENTI CHE METTONO IN DIFFICOLTÀ I GENITORI** A TAVOLA, DI NOTTE, PAURE, AGGRESSIVITÀ ALLA SCUOLA DELL'INFANZIA, GESTIONE DEI NO E DELLE REGOLE. EMERGE UN EVENTO TRAGICO VISSUTO POCCHI MESI PRIMA: IL SUICIDIO DEL FRATELLO DEL PADRE
- **12 COLLOQUI**
- A TAVOLA CON VECCHI E NUOVI RICORDI; **COME E COSA DIRE AL BAMBINO DELLA MORTE** DELLO ZIO; RIEQUILIBRIO DEGLI **STILI EDUCATIVI** (LEI STIMOLATA AD UNA MAGGIORE MORBIDEZZA, LUI AD UNA MAGGIORE FERMEZZA)
- SI PORTANO VIA MAGGIORE **EQUILIBRIO** TRA I LORO STILI EDUCATIVI E DELLE **STRATEGIE EDUCATIVE**

MARIKA E LUCIO

- **SEPARATI** DA 7 ANNI
- FIGLIE DI 9 E 13 ANNI, QUELLA DI 9
MANIFESTAVA **PAURA AD
ADDORMENTARSI**
- DURATA **7 INCONTRI**
- **RICONOSCIMENTO** DEI BISOGNI
DELLA FIGLIA, TUTTI AL PROPRIO
POSTO, RISTABILITA LA **FIDUCIA** TRA I
GENITORI, **NON PIÙ CONFUSIONE**
PER MARIKA TRA IL PADRE DELLA
FIGLIA E IL PADRE DELLA MADRE

LA MIA
CASSETTA
DEGLI ATTREZZI
COME
CONSULENTE

- **INNANZITUTTO L'ASCOLTO, LA COMPrensIONE E IL NON GIUDIZIO**
- **LA MESSA IN CONDIVISIONE DELLA MOLTEPLICITÀ DEI PUNTI DI VISTA COME RICCHEZZA NON COME LIMITE**
- **STRATEGIE EDUCATIVE**
- **UTILIZZO DI ALCUNI STRUMENTI DI RIFLESSIONE E DI AUTO-ASCOLTO COME:**





DISEGNARE LE EMOZIONI

S. Boselli - M. Maura
R. Papetti - R. Roberto

VOLTALACARTA

Manuale per imparare a narrare e narrarsi con le carte



edizioni la meridiana
partenze

CARTE DI
VOLTA LA
CARTA

Lidia Piatti - Alberto Terzi

EMOZIONI IN GIOCO

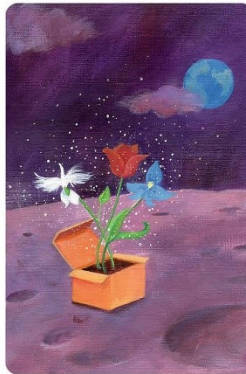
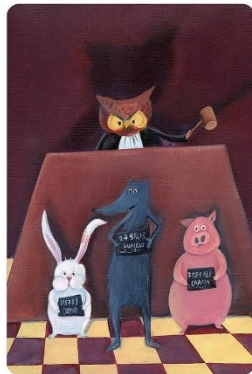
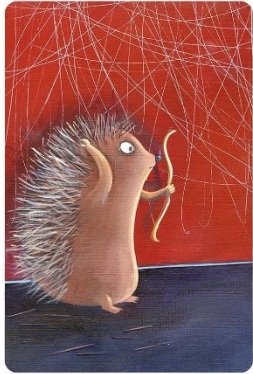
Carte per educare alle competenze emotive



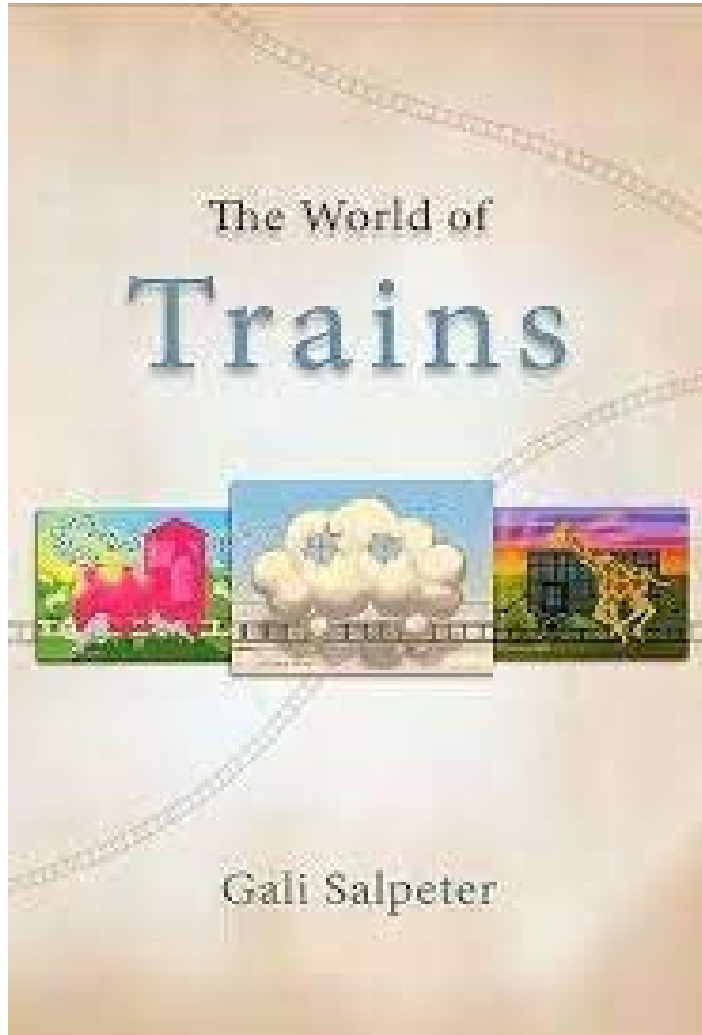
edizioni la meridiana
partenze... per



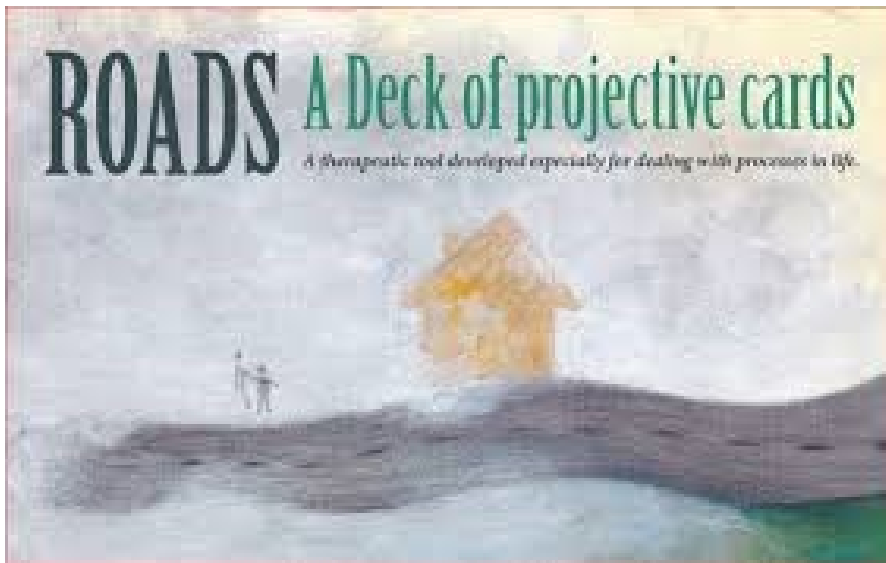
CARTE DI
EMOZIONI
IN GIOCO



CARTE DIXIT



CARTE TRENI



CARTE STRADE

THE RIVER



Gall Salpeter

CARTE FIUMI

IN CONSULENZA CI
SONO TRE BAMBINI



LA PAROLA AI GENITORI...

LE TRE DOMANDE + UNA PAROLA:

- **IN POCHE PAROLE COSA VI HA SPINTO A RIVOLGERVI ALLA CONSULENTE?**
- **CHE COSA AVETE APPREZZATO PARTICOLARMENTE DELLO STILE DELLA CONSULENTE? E COME VI SIETE SENTITI DURANTE I COLLOQUI?**
- **COSA AVETE APPRESO SULL'ESSERE GENITORI?**
- **DITE UNA PAROLA CHE DESCRIVA L'ESPERIENZA DI CONSULENZA.**







IL MODELLO DELLE 10 P

LE 10 P MODELLO- RICETTA- DECALOGO

- **Per facilitare il compito di sviluppare un sano, gustoso e buon rapporto (o meglio sufficientemente buono) genitori-figli**
- dieci ingredienti fondamentali, **dieci bisogni irrinunciabili di cui nutrire il rapporto** con i figli, i figli stessi...ma anche i genitori.
- Le 10 P hanno origine dalla formazione alla Consulenza Familiare, dove si parla delle 3 P del Consulente (Permessi Promozione Potere). Io ho trasferito questa idea al ruolo di genitori arricchendola di alcuni altri elementi



LE 10 P



POTERE

- Come sicurezza delle scelte che il genitore compie per crescere i propri figli



Fiore cerato

PERMESSI

- I sì. Esistono diversi permessi che come genitori dobbiamo dare ai figli...e prima a noi stessi. Il permesso di sentire è uno di questi



PROTEZIONE

- I no, le regole e i limiti che proteggono la salute fisica e psichica del figlio



PROMOZIONE

- Come attivazione delle risorse dei figli per progredire nel loro percorso di crescita



PRESENZA

■ L'esserci



PIACERE

- Il piacere di stare con i figli, di giocare con loro, di stare insieme a loro



PROSSIMITÀ



- La vicinanza, la connessione, il conoscere e il riconoscere il figlio reale, il pensarlo



POSTO

- Ognuno al proprio posto in famiglia



PAUSA

- Pausa per prendersi cura di sé e della coppia...di tutte le stanze della casa, perché la famiglia è come una casa, con diverse stanze



PATTO

- Alleanza tra genitori e con gli altri educatori





OLTRE E CON LA CONSULENZA...

FORMAZIONE AI GENITORI
LABORATORI PER BAMBINI
LABORATORI IN NATURA PER FAMIGLIE

FORMAZIONE AI
GENITORI
I TEMI RICHIESTI

- COME FAR RISPETTARE LE **REGOLE**
- CAPIRE LE **EMOZIONI** DEI BAMBINI
- CRESCERE BAMBINI FELICI
(**AUTOSTIMA**)
- **STILI EDUCATIVI** GENITORIALI
- CRESCERE FIGLI **ADOLESCENTI**
- GRUPPO **MAMME ARRABBIATE**
- L'ARTE DEL **COMUNICARE**



LABORATORIO
CRESCERE IN...
CONSAPEVOLEZZA,
EMOZIONI,
AUTOSTIMA

- È UN PERCORSO DI CRESCITA
PER BAMBINI E BAMBINE DAI 4
AGLI 11 ANNI NELLA
**SCOPERTA DI SÉ, DELLE
PROPRIE ABILITÀ
RELAZIONALI ED EMOTIVE**



Prendere consapevolezza, esprimere e gestire le proprie emozioni attraverso la rielaborazione artistica



Prendere consapevolezza, esprimere e gestire le proprie emozioni attraverso la rielaborazione artistica



Prendere consapevolezza, esprimere e gestire le proprie emozioni attraverso la rielaborazione artistica



Prendere consapevolezza, esprimere e gestire le proprie emozioni attraverso il dialogo, il circle time



LABORATORI IN NATURA

- **PER ESPLORARE IL MONDO ESTERNO ED INTERNO**
attraverso momenti di **consapevolezza corporea, attività espressivo-creative** in natura e l'ascolto di **favole**



Un momento di consapevolezza corporea



L'ascolto di una favola





Mettersi in cammino insieme...genitori e figli



Raggiungere traguardi e ammirare il bello



La magia del fuoco facilita il racconto di sé






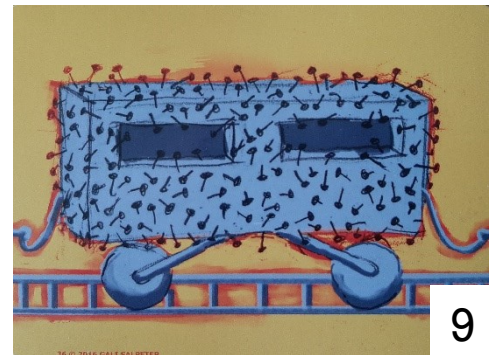
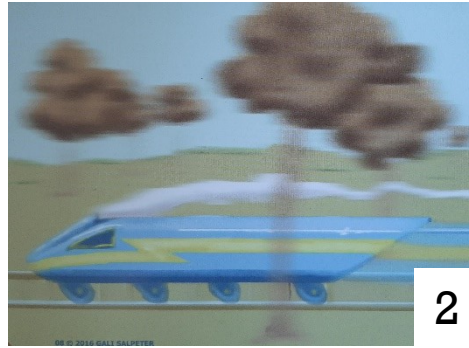
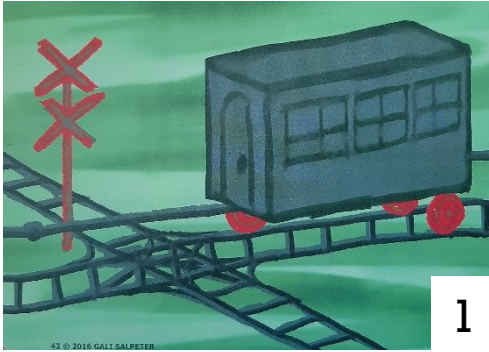
ANCORA LA PAROLA AI
GENITORI...



PER CONCLUDERE

SCEGLI UNA CARTA
PER ESPRIMERE
COME HAI VISSUTO
QUESTO MIO
INTERVENTO







Si educa con ciò che si dice, più ancora con
ciò che si fa e ancor di più con ciò che si è.



grazie per l'ascolto