



A.I.C.C.e F.
Associazione Italiana
Consulenti Coniugali
e Familiari
Fondata nel 1977

LA CONSULENZA SOCIO EDUCATIVA ALLA FAMIGLIA

Domenica 26 ottobre 2026

BOLOGNA



LABORATORIO

“La famiglia in consulenza: come gestire le emozioni”

A cura di :

PAOLA BRIGNOLI e STEFANIA SINIGAGLIA

**«La famiglia in consulenza:
come gestire le emozioni»**

*Ogni famiglia porta
con sé storie uniche
ed emozioni diverse*

***La famiglia è un sistema:
se cambia un membro, cambiano tutti***



La famiglia funziona come un sistema unico, in cui il disagio di un membro è vissuto come espressione di una sofferenza più ampia.

Le emozioni più frequenti

RABBIA



ANSIA



SENSO DI
COLPA

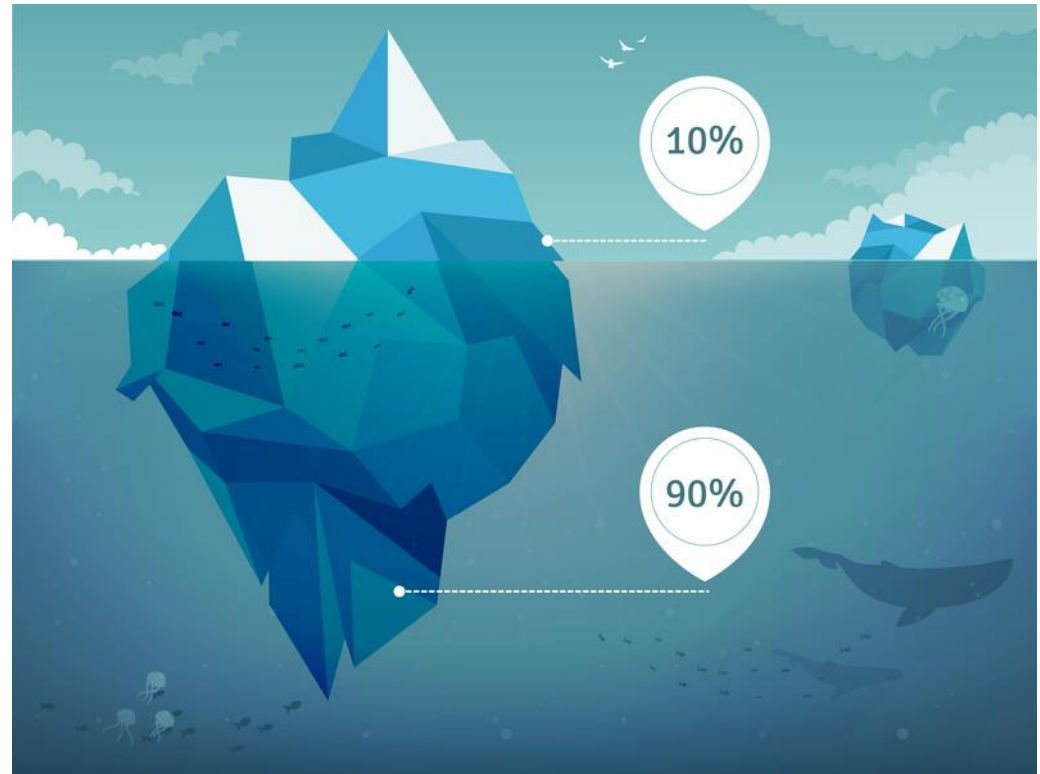
TRISTEZZA



**Le emozioni
guidano e
condizionano le
scelte, spesso più
delle parole**

Emozioni espresse e nascoste

*Non tutto ciò che
conta si vede in
superficie*



Strumenti/Metodologia del consulente familiare

Ascoltare, riformulare,
aiutare a dare un nome
alle emozioni



COSA FA IL CONSULENTE NEL SETTING CON LA FAMIGLIA ?



**VADEMECUM del
Consulente Familiare**

Crea uno spazio sicuro in cui i familiari possono esprimere sentimenti e opinioni, favorendo l'ascolto e la comprensione reciproca.

Incoraggia l'ascolto, l'espressione dei bisogni e delle emozioni di ciascuno

Evidenzia le risorse e i punti di forza già presenti all'interno della famiglia.

Migliora la comunicazione, favorisce l'emersione di soluzioni autonomamente

Crea un ambiente sicuro e di supporto

Genera uno spazio in cui tutti si sentano liberi di esprimersi (*senza giudizio*), anche quando le emozioni sono intense.

Dà riconoscimento a tutte le emozioni (rabbia, tristezza, paura, ecc.), evitando di sminuirle o negarle.

Fa percepire comprensione e vicinanza autentiche, soprattutto se si è sopraffatti dalle emozioni.



Promuovere la consapevolezza e la verbalizzazione delle emozioni

Accompagna e sostiene nel dare un nome ai sentimenti

Conduce alla condivisione emotiva per facilitare la sintonizzazione tra i membri del nucleo familiare

Utilizza strumenti creativi per favorire il riconoscimento delle emozioni e ampliare il vocabolario emotivo



Accompagna nella gestione delle emozioni

Sviluppare strategie di regolazione emotiva

Aiutare a porsi domande che aprono a nuove soluzioni e modi di vedere le cose

Stare insieme all'altro nel *"tunnel delle emozioni"*, cercando la migliore via d'uscita

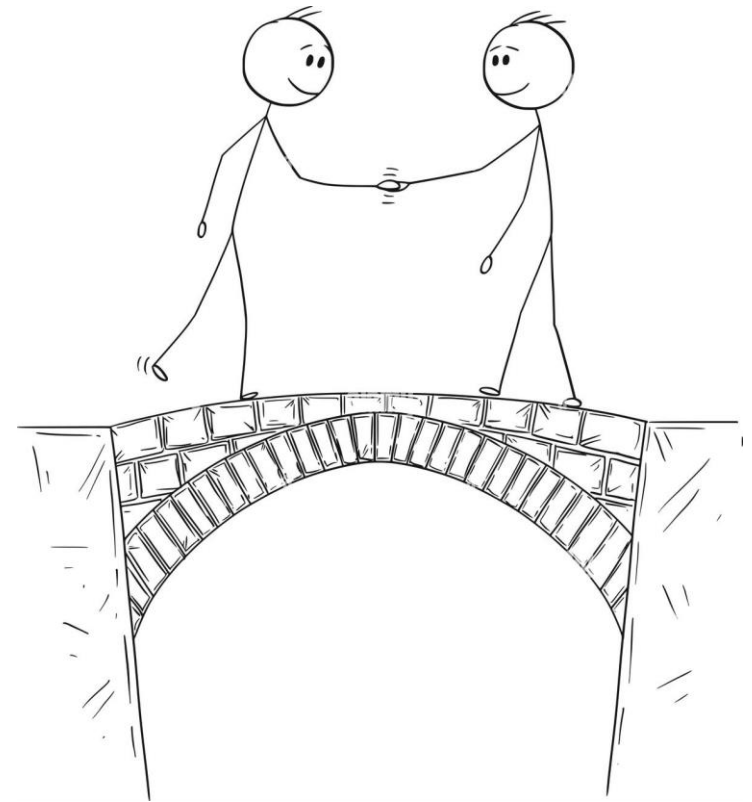
Sviluppare autoascolto e autoriflessione .

Osservare il proprio modo di vivere e gestire le emozioni per capire come i propri schemi possono influenzare i figli.



Mediazione dei conflitti

Il consulente non prende parti ma **costruisce ponti**



*Parola d'ordine
EQUIDISTANZA!*

Sostiene nello stabilire confini chiari

Permette ai membri della famiglia di differenziare i propri bisogni, desideri e identità, da quelli degli altri.

Aiuta a prevenire e gestire i conflitti, riducendo l'intrusione emotiva e la tendenza a reagire in modo eccessivo.

In una famiglia con confini sani, ogni membro ha il permesso di sviluppare la propria identità, autonomia e resilienza



L'autoregolazione del consulente

AUTOASCOLTO

**CONSAPEVOLEZZA
DELLE RISONANZE
EMOTIVE**

**RIFLESSIVITA' E
SUPERVISIONE**



CURA DI SE'

**MODULARE LE
PROPRIE EMOZIONI**

**RISPETTO DEI
CONFINI DEL SETTING**

*Per accogliere gli altri è
necessario riconoscere se
stessi*

ROLE-PLAY



...Si impara facendo esperienza...

DEBRIEFING



*Ogni emozione riconosciuta
diventa risorsa*



**Creare uno spazio sicuro
significa
Accogliere la famiglia
nella sua totalità**

A heart-shaped floral wreath composed of various flowers, including white and pink roses, and smaller purple and yellow blossoms. The word "Grazie" is written in a red, cursive script across the center of the heart.

Grazie

da PAOLA & STEFANIA