



## Monica Nobile pedagoga counselor formatrice

### **SCELTE MODE SFIZI... come rispondere alle continue richieste dei figli, da quella di maggior autonomia a quelle che comportano somme più o meno consistenti di denaro?**

Non sempre è facile distinguere tra bisogno e desiderio, non sempre ci sono chiari i tempi di attesa, gli equilibri, le modalità, le motivazioni. Saper dire no talvolta è molto faticoso ma si rende necessario in quanto atto educativo fondamentale.

Il percorso formativo prevede:

una prima parte dedicata ad illustrare le metodologie e le linee guida che ci aiutano a prendere decisioni importanti nella relazione e nella *contrattazione* con i figli.

una seconda parte in sottogruppi dedicata allo scambio, a simulazioni e a giochi di ruolo

una parte finale dedicata a domande, risposte, proposte, soluzioni

ORE PREVISTE: 4

### **DISINNESCARE LA BOMBA...affrontare le emozioni e gestire i conflitti**

Ogni persona reagisce alle situazioni quotidiane, in famiglia e al lavoro, portando con sé il proprio bagaglio emotivo. Ciascuno trae dalla propria emotività vantaggi e svantaggi, punti di forza e punti di debolezza nel rapporto con gli altri.

Il percorso formativo prevede:

una prima parte dedicata ad illustrare le principali teorie del metodo Gordon, ovvero le strategie che aiutano ad affrontare situazioni conflittuali attraverso una mediazione che porta ad una soluzione senza *né vincitori né vinti*

una seconda parte in sottogruppi dove vengono rappresentate situazioni concrete e viene chiesto a ciascun gruppo di trovare la soluzione al conflitto proposto

una parte finale dedicata a domande, risposte, proposte, soluzioni

ORE PREVISTE: 4

### **ALLA RICERCA DELL'EQUILIBRIO... tempi di lavoro tempi familiari tempi per sé stessi**

Conciliare il proprio tempo, distribuire le proprie energie, essere lavoratori, coniugi, figli, genitori responsabili può apparire un'impresa impossibile. Talvolta nel rispondere ai propri doveri si rischia di perdere di vista i propri bisogni

Il percorso formativo prevede:

una parte dedicata ad illustrare i principali concetti e principi relativi ad una genitorialità che non sacrifica il rapporto di coppia e la necessità di trovare uno spazio per se stessi anche per poter dare al lavoro e alla famiglia l'energia positiva e il giusto ottimismo.

Una seconda parte in sottogruppi dove si prova, concretamente, a realizzare una sorta di organigramma settimanale soffermandosi sui propri doveri e i propri bisogni

una parte finale dedicata a domande, risposte, proposte, soluzioni

ORE PREVISTE: 4