

PIANETA FAMIGLIA

Proposte per la prevenzione e l'intervento in Età Evolutiva



"Tutti i grandi sono stati bambini una volta, ma pochi di essi se ne ricordano."

Antoine de Saint Exupéry

STUDIO ARMONIA Psicologia e Ben-Essere



INDICE

1.	BAMBINI, ADOLESCENTI E GENITORI DEL III MILLENNIO	pag. 3
2.	STUDIO ARMONIA Psicologia & Ben-Essere: chi siamo e cosa facciamo	pag. 8
3.	COSA POSSIAMO FARE PER I PICCOLI PAZIENTI: orientamento e supporto, prevenzione ed intervento, psico-educazione e sostegno alla genitorialità pag. 9	
	3.1 Le nostre consulenze3.2 Le nostre attività educative e di salute e ben-Essere	pag. 10 pag. 12
4.	I BAMBINI IMPARANO QUELLO CHE VIVONO	pag. 15



1.

BAMBINI, ADOLESCENTI E GENITORI DEL III MILLENNIO

I bambini e gli adolescenti **per crescere**, e per farlo felici e sicuri, **hanno bisogni e caratteristiche che gli adulti spesso non ricordano più**.

Come è scritto nel Piccolo Principe "Siamo stati bambini, ma pochi se lo ricordano".

Ciò ha, come conseguenza, l'osservarli e l'interpretarli secondo un'ottica adulto-centrica, che, a volte, rende difficile trovare il modo giusto per educare e intervenire, soprattutto in presenza di un disagio.



Gli adulti sono in grado e possono chiedere ciò di cui hanno bisogno per stare bene.

I BAMBINI no; o, meglio, non apertamente.

Lo fanno, talvolta, attraverso **sintomi fisici** (mal di pancia, mal di testa, insonnia, difficoltà alimentari, etc.), o attraverso **comportamenti di-sfunzionali** (comportamenti oppositivi, autolesionisti, difficoltà di linguaggio, rifiuto della scuola,



difficoltà d'apprendimento, problemi socio-relazionali, isolamento, apatia, depressione, etc.).

Il mondo in cui crescono, oggi, i bambini è molto diverso, almeno qui in Occidente, da quello in cui crescevano i bambini mezzo secolo fa.

È un mondo iper-stimolante, super-tecnologico, iper-veloce, fatto di tanta materialità in più rispetto ai tempi trascorsi.

Ma se l'atmosfera e gli stimoli in cui sono immersi i bambini contemporanei sono diversi da quelli in cui erano immersi i bambini del passato, **per quanto riguarda i bisogni di base, i bambini di oggi non sono cambiati affatto.**

Bisogna, anzi, stare attenti a non considerarli più competenti o più maturi di quanto non siano in realtà.

Si può essere intelligenti - come di fatto lo sono i bambini che imparano una quantità immensa di cose in pochi anni - senza, tuttavia, essere maturi.

La maturità non è soltanto frutto dell'intelligenza, è anche e, soprattutto, frutto dell'esperienza, della riflessione e, non di rado, anche dell'insuccesso e della sofferenza.

Lo stesso vale per **gli ADOLESCENTI** e la fase tumultuosa che vivono, una fase fisiologica e necessaria del ciclo di vita.





È una fase tumultuosa, perché caratterizzata da un'infinità di cambiamenti (ormonali, corporei, emotivi, relazionali, cognitivi) che trova i ragazzi impreparati, e che è portatrice di tantissimi bisogni, il cui soddisfacimento è fondamentale per uno sviluppo sano ed equilibrato.

In questa fase, il primo a star male è proprio il ragazzo/a, che non sa più chi sia e di cosa abbia bisogno.

Spesso, non sapendo chiedere aiuto, manifesta il suo disagio con modalità disfunzionali come l'abbandono scolastico, le difficoltà alimentari, la depressione, l'isolamento, i comportamenti borderline, l'uso di droghe, la dipendenza dal web, il gioco d'azzardo, l'aggressività, i malesseri fisici, l'imitazione di modelli pericolosi e/o autolesionistici.



I secondi a vivere il disagio e la difficoltà di questo momento evolutivo sono i GENITORI che, per la maggior parte del tempo, sperimentano nei confronti di questo "estraneo" in cui si è trasformato loro figlio, paura, impotenza, rabbia, solitudine. La fragilità che avvertono può amplificare il loro disagio e quello dei loro figli.

Il mestiere del Genitore è forse il più gratificante e allo stesso tempo il più difficile che possa esserci, ed è molto importante che, nello svolgerlo e viverlo, i Genitori possano avere a loro disposizione un sostegno, un



professionista che dia loro indicazioni, informazioni, la possibilità di uno "sfogo" emotivo, rassicurazioni e spiegazioni.

Genitori in fondo non si nasce, si diventa: un buon genitore non è quello che non sbaglia mai, ma quello che si mette in discussione, si fa delle domande e trova un modo per darsi delle risposte, anche chiedendo aiuto.

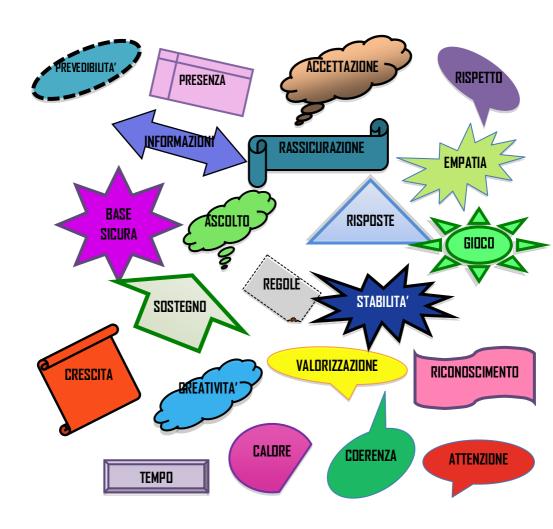
La nostra esperienza di professionisti dell'età evolutiva è che, oggi, sempre più spesso, e sempre più genitori, sono impauriti di fronte ad insuccessi e sofferenze dei propri figli.

La consapevolezza, da parte dei genitori, della propria modalità comunicativa, la capacità di ascolto rispetto ai bisogni del figlio, l'apertura al dialogo e la capacità di trovare alternative nell'esercitare il proprio ruolo, sono risorse fondamentali nell'esercizio di una genitorialità adeguata.

Allo stesso tempo, il soggetto in età evolutiva, per poter costruire e sviluppare in maniera equilibrata la propria personalità, deve avere la percezione che i suoi bisogni siano ascoltati, riconosciuti e accolti, in primis dai genitori.

Per "BISOGNO" si intende una condizione di carenza che necessita di essere in qualche modo soddisfatta, e indipendentemente dalle differenze individuali, ci sono dei bisogni comuni che caratterizzano le diverse fasce di età, e che, prima degli altri devono trovare attenzione.





STUDIO ARMONIA e le nostre attività rappresentano una proposta per crescere Bambini e Adolescenti sereni e felici.



2.

STUDIO ARMONIA PSICOLOGIA E BEN-ESSERE: chi siamo e cosa facciamo

Nasciamo ad Aprilia nel Settembre del 2012.

Siamo un centro nel quale si muovono e collaborano tra loro molteplici professionisti (operanti da anni nella Prevenzione e Cura del disagio), la cui comune mission è la promozione del Ben-Essere dell'individuo e del gruppo.

Ognuno di noi, con la propria esperienza professionale e nel proprio ambito, offre la possibilità di un miglioramento della qualità della vita a chiunque, **adulto o bambino**, ne senta la necessità.

Oltre ad interventi professionali specifici, destinati ad operare su problematiche più importanti dal punto di vista sia psicologico che emotivo, abbiamo proposte destinate a chiunque voglia regalarsi la possibilità di sentirsi meglio, più leggero e più in armonia con se stesso e il mondo.

A STUDIO ARMONIA lavoriamo nella doppia ottica, PREVENZIONE E INTERVENTO, attraverso:

- CONSULENZE PROFESSIONALI
- ATTIVITÀ EDUCATIVE, DI SALUTE E BEN-ESSERE
- SERVIZI



3.

COSA POSSIAMO FARE PER I PICCOLI

PAZIENTI: orientamento e supporto, prevenzione ed intervento, psico-educazione e sostegno alla genitorialità

Le nostre consulenze e le nostre proposte educative sono improntate alla prevenzione e alla cura del disagio e, più in generale, al miglioramento della qualità della vita non solo di bambini e adolescenti, ma dell'intero sistema familiare in cui essi vivono.

Nell'ottica della **PREVENZIONE**, tutte le proposte aiutano a creare un ambiente in cui i bambini ed i ragazzi possano scoprire i propri potenziali, le proprie emozioni, e le proprie capacità relazionali ed affettive, al fine di creare le basi per un individuo felice, dal punto di vista sia individuale che sociale.

Nell'ottica dell'**INTERVENTO**, tutte le proposte sono a supporto di Bambini e Ragazzi che:

- sono aggressivi verso gli altri o al contrario troppo timidi,
- hanno bisogno di prendere fiducia nelle proprie capacità,
- stanno vivendo momenti difficili (ad es. separazioni, lutti, nascita di fratelli),
- hanno difficoltà nell'affrontare i passaggi legati alla crescita (quali ad es. il passaggio alla scuola materna o dalla materna alla scuola primaria),



- si relazionano con i genitori in modo conflittuale, con manifestazioni quali capricci, bugie, apatia o scarsa curiosità,
- hanno difficoltà di relazione e/o comunicazione,
- hanno difficoltà dovute a quadri sindromici o legati a disturbi,
- hanno difficoltà motorie e/o di linguaggio.

L'approccio multidisciplinare e la spiccata integrazione professionale, ci consentono di offrire un intervento completo a Bambini, Adolescenti e Genitori, per la prevenzione, l'individuazione precoce e il trattamento di tutte le problematiche dell'età evolutiva.

3.1 - LE NOSTRE CONSULENZE

PSICOLOGIA DELLO SVILUPPO E DELL' ETÀ EVOLUTIVA

La Psicologia dello sviluppo e dell'età evolutiva è il settore della psicologia che studia il processo di sviluppo, cambiamento, maturazione e, dunque, di organizzazione del comportamento delle persone nel loro ambiente sociale, durante il periodo che va dalla nascita fino all'età della maturazione sessuale, e la piena integrazione nell'ambiente sociale da adulto.

Possedere queste conoscenze consente allo psicologo di intervenire con informazioni, supporto, rieducazione e terapia in tutti quei percorsi di sviluppo che si "discostano" dalla norma per aiutare l'intero sistema famiglia.



NEUROPSICOMOTRICITA'

L'intervento neuro psicomotorio è rivolto a bambini che presentano: Disturbi specifici di linguaggio, Disturbi generalizzati dello sviluppo (disturbi dello spettro autistico), Disturbi neuromotori (PCI, malattie neuromuscolari, ritardo motorio, ritardo psicomotorio), Disabilità intellettive, Disturbi specifici dell'apprendimento (dislessia, discalculia, disgrafia, disortografia), Disturbi della coordinazione motoria, Disprassia evolutiva.

MEDIAZIONE FAMILIARE

La mediazione familiare è uno strumento per la riorganizzazione delle relazioni familiari in vista o in seguito a situazioni di separazione e di divorzio, in cui i coniugi siano in conflitto tra di loro, in particolar modo relativamente alla gestione della genitorialità. Ha, come obiettivo, quello di sostenere e agevolare la coppia nella risoluzione dei conflitti, nel miglioramento della comunicazione nell'ambito delle relazioni familiari, nel mantenimento di una genitorialità condivisa, nel raggiungimento di accordi nell'interesse dei figli.

MUSICOTERAPIA

La musicoterapia è una modalità di intervento che mira a sviluppare le funzioni potenziali e/o residue dell'individuo. Il musicoterapista utilizza, per lo più, una comunicazione di tipo non verbale e questo, spesso, può favorire il raggiungimento degli obiettivi proprio perché si tratta di una comunicazione diretta e spontanea, dove il linguaggio (se difficoltoso) può invece costituire un ostacolo (vedi ad es. disturbi autistici, ritardi mentali, ecc..). La musicoterapia



permette di attuare sia interventi di tipo preventivo che riabilitativo e terapeutico per: **sindromi** (Down, George, Williams, Tourette, ecc...), **disturbi** (balbuzie, disturbi della condotta, delle capacità motorie, di coordinazione, attenzione e iperattività, autismo, ecc..), **ritardi mentali, deficit visivi, ipoacusie, demotivazione, ansie/fobie.**

PARENT COACHING

Il "Parent Coaching" è una tecnica innovativa svolta da uno psicologo per aiutare i genitori ad affrontare e superare le difficoltà connesse all'educazione dei figli o per la gestione di altre criticità. E' una metodologia che cerca di potenziare le risorse personali e le capacità dei genitori e di massimizzarne la consapevolezza e la responsabilità.

3.2 - LE NOSTRE ATTIVITÀ EDUCATIVE, E DI SALUTE E BEN-ESSERE

LABORATORI SOCIO-AFFETTIVI (3-13 anni)

I laboratori socio-affettivi, condotti da psicologhe dell'età evolutiva, sono percorsi che, attraverso la creatività e la dimensione del piccolo gruppo, favoriscono lo sviluppo di una buona autostima e di comportamenti pro-sociali.

Il modello teorico seguito è quello della socio-affettività. L'educazione socio-affettiva ha lo scopo di insegnare ai bambini e ai ragazzi a star bene con sé stessi e con gli altri, alfabetizzandoli emotivamente.



I laboratori sono organizzati secondo le diverse fasce d'età:

- Crescere...con il Sorriso! per età pre-scolare (3-5 anni)
- Crescere...con il Cuore! per età scolare (6-13 anni)

LABORATORI DI PSICOMOTRICITÀ (3-7 ANNI)

I laboratori di Psicomotricità offrono un'opportunità di crescita sul piano del linguaggio, dell'attenzione e delle competenze motorie in un ambiente non competitivo, attento alle relazioni tra pari e alla promozione del benessere bio-psico-sociale del bambino.

FIABILANDIA E I SUOI MUSICANTI

"Fiabilandia ed i suoi Musicanti" è un percorso psicoeducativo di counseling e musicoterapia che, attraverso attività che utilizzano diversi linguaggi espressivi, ha l'obiettivo di aiutare i bambini attraverso i temi e gli insegnamenti che si possono trarre dalla Fiaba.

YOGA per Bambini

Lo Yoga è un laboratorio per rilassarsi e concentrarsi giocando. Alterna giochi dinamici a giochi di rilassamento, creando interesse nel bambino e stimolandolo a partecipare attraverso diverse modalità sensoriali.

Si incentra su posizioni yoga ispirate agli animali, arricchite da massaggi, storie e rilassamenti adatti ai bambini.

A livello fisiologico, lo Yoga aiuta a migliorare la postura, rinforza la muscolatura, elasticizza le articolazioni. Il lavoro sul respiro favorisce lo sblocco e il potenziamento della muscolatura respiratoria ed insegna a percepire il respiro come un alleato nella gestione dello stress.



PARENT - TRAINING: gruppi per genitori

Il Parent Training (incontri mensili di gruppo) offre:

- **♥** Ascolto
- ♥ Incoraggiamento
- ♥ Orientamento verso metodi educativi efficaci
- ♥ Ampliamento delle possibilità di risposta di fronte alle problematiche connesse alla crescita e al rapporto genitori-figli.



I BAMBINI IMPARANO QUELLO CHE VIVONO

Se i bambini vivono con le critiche. imparano a condannare. Se i bambini vivono con l'ostilità, imparano a combattere. Se i bambini vivono con la paura, imparano ad essere apprensivi. Se i bambini vivono con la pietà, imparano a commiserarsi. Se i bambini vivono con il ridicolo. imparano ad essere timidi. Se i bambini vivono con la gelosia, imparano cosa sia l'invidia. Se i bambini vivono con la vergogna, imparano a sentirsi colpevoli. Se i bambini vivono con la tolleranza, imparano ad essere pazienti. Se i bambini vivono con l'incoraggiamento, imparano ad essere sicuri di se'. Se i bambini vivono con la lode. imparano ad apprezzare.





imparano a piacersi. Se i bambini vivono con l'accettazione, imparano a trovare amore nel mondo. Se i bambini vivono con il riconoscimento. imparano ad avere un obiettivo. Se i bambini vivono con la partecipazione, imparano ad essere generosi. Se i bambini vivono con l'onestà e la lealtà, imparano cosa sia verità e giustizia. Se i bambini vivono con la sicurezza. imparano ad avere fede in se stessi e in coloro che li circondano. Se i bambini vivono con l'amichevolezza, imparano che il mondo è un posto bello in cui vivere. Se i bambini vivono con la serenità,

imparano ad avere tranquillità di spirito. Con cosa vivono i vostri figli?

Se i bambini vivono con l'approvazione,

Dorothy L. Nolte



