



Genitori e figli:
legami da svelare.

Quali strumenti
a disposizione dei genitori?

L'AUTOSTIMA DEL BAMBINO: I MATTONI DELL'IDENTITA' L'Associazione GenitoriChe organizza tre incontri a Milano per i genitori

L'autostima del bambino: tre incontri dedicati ai genitori perché un'alta autostima, ossia una buona fiducia in se stessi e nel proprio valore, è una componente importante del benessere psicologico del bambino, ed è fondamentale per la costruzione della propria identità.

L'Associazione GenitoriChe da il via, a Milano, al secondo ciclo di seminari "Genitori e figli. Legami da svelare", dopo il successo del primo ciclo realizzato a Roma nel 2009.

Il tema di questi tre nuovi incontri milanesi è proprio *l'autostima*: **Anna Laura Boldorini, psicologa, psicoterapeuta e formatrice**, tiene corsi di autostima dal 1995, è autrice di testi scientifici di psicoterapia e volumi dedicati al tema dell'autostima: l'obiettivo dei seminari è dunque quello di fornire conoscenze e strumenti ai genitori e agli educatori per accompagnare i bambini nel loro processo di crescita, incoraggiandoli a coltivare le loro potenzialità e le loro inclinazioni, senza condizionamenti e imposizioni.

Il primo appuntamento è per **venerdì 15 gennaio, alle 17.30 presso l'Istituto comprensivo Narcisi – Plesso Anemoni – in via degli Anemoni 8: la partecipazione è ovviamente libera e gratuita**. Questo primo incontro di due ore ha l'obiettivo di **fornire la base di conoscenza dell'autostima**: cosa è, come si costruisce, cosa fare per favorirne lo sviluppo, cosa succede quando il livello di autostima è basso, o - viceversa - alto.

La seconda giornata è prevista **venerdì 12 febbraio, h, 17.30**, stesso luogo, ed analizza più in profondità le **conseguenze di una bassa autostima e individua le azioni positive** per creare o rafforzare una buona autostima.

Il terzo ed ultimo incontro, che avrà luogo **venerdì 12 marzo, sempre alle 17.30**, sarà invece dedicato alle **domande dei genitori**, al racconto di esperienze personali, alle richieste di confronto o di consigli sui comportamenti più adatti per tradurre in pratica e riproporre nella relazione con i figli quello che si è appreso nel corso delle due giornate precedenti.

La formazione dell'autostima è un processo nel quale entra in gioco fortemente l'influenza della famiglia. Per un lungo periodo sono gli adulti di riferimento a fare da specchio al bambino, rimandandogli immagini più o meno positive di sé. Per questo motivo l'Associazione GenitoriChe ritiene che sia importante fornire ai genitori degli utili strumenti per "svelare e decifrare" le emozioni dei figli ed aiutarli nel loro processo di crescita. Nel 2009 GenitoriChe ha organizzato a Roma un primo ciclo di incontri dedicato proprio alle emozioni dei bambini.

GenitoriChe (www.genitoriche.org) è un'Associazione senza fini di lucro che nasce nel 2006 da un gruppo di genitori. GenitoriChe promuove una cultura dell'infanzia nelle famiglie e nella società realizzando progetti formativi e informativi, culturali e/o sociali, momenti di incontro e scambio tra genitori, prodotti editoriali e divulgativi, e attraverso il proprio sito di informazione www.genitoriche.org. **Per informazioni: genitoriche@genitoriche.org**.

Milano, 14 gennaio 2010

Ufficio stampa GenitoriChe
Cristina Ruscito 335.8430795



Genitori e figli:
legami da svelare.

Quali strumenti
a disposizione dei genitori?

SCHEDA

- **PRIMO INCONTRO: Venerdì 15 gennaio - 17.30/19.30**

La prima giornata ha l'obiettivo di fornire la base di conoscenza dell'autostima: cosa è, come si costruisce, cosa fare per favorirne lo sviluppo, cosa succede quando il livello di autostima è basso, o - viceversa - alto. La formazione dell'autostima è un processo nel quale entra in gioco fortemente l'influenza della famiglia. Per un lungo periodo sono gli adulti di riferimento a fare da specchio al bambino, rimandandogli immagini più o meno positive di sé. Ciò costituisce una sorta di primo bagaglio con cui il bambino poi entrerà in società; se la fiducia nelle proprie capacità e nel proprio valore è stata interiorizzata, non sarà più in balia dei rimandi del mondo esterno. Se qualcosa non funziona, invece, si possono avere due tipi di atteggiamento: quello rinunciatario - in apparenza docile e remissivo, che in realtà sottende una forte rabbia verso gli altri - o quello competitivo, che si presenta con un eccesso di sicurezza che sconfina a volte nell'arroganza e nel disprezzo dell'altro, ma nasconde un costante bisogno di conferme.

- **SECONDO INCONTRO: Venerdì 12 febbraio - dalle 17.30/19.30**

La seconda giornata analizza più in profondità le conseguenze di una bassa autostima e individua le azioni positive per creare o rafforzare una buona autostima. Un atteggiamento frequente è quello, per esempio, di cercare di adattare il proprio comportamento in base a quello che si pensa gli altri si aspettino da noi. Anche i bambini cercano allo stesso modo di compiacere gli adulti, è importante invece che i comportamenti che mettono in atto gli appartengano davvero e non siano dettati dalla paura di essere rifiutati. Favorire una buona autostima non significa evitare la critica, intesa come segnalazione di comportamenti da correggere, è tuttavia importante comprendere non solo quando sia opportuno utilizzarla, ma soprattutto come: imparando a scegliere una modalità di comunicazione più corretta, più costruttiva, che consenta di trasmettere al bambino che l'errore è normale, comprensibile, rimediabile, e che il nostro intento non è di tipo punitivo o dispregiativo.

- **TERZO INCONTRO: Venerdì 12 marzo – 17.30/19.30**

Questo ultimo incontro sarà dedicato alle domande dei genitori, al racconto di esperienze personali, alle richieste di confronto o di consigli sui comportamenti più adatti per tradurre in pratica e riversare nella relazione con i figli quello che si è appreso nel corso delle due giornate precedenti.

I seminari sono tutti a cura della **dottorssa Anna Laura Boldorini** psicologa, psicoterapeuta, formatrice. Tiene corsi di autostima dal 1995, è autrice di testi scientifici di psicoterapia e volumi dedicati al tema dell'autostima.

L'intero ciclo di incontri ha sede presso l'Istituto **comprensivo Narcisi Plesso Anemoni in Via degli Anemoni 8 a Milano**. La partecipazione agli incontri è **libera e gratuita**.