

DOVE

Gli incontri della
“PALESTRA PER GENITORI”
si svolgono a Firenze,
in presenza e online.
Su richiesta possono essere
organizzati cicli di incontri
presso scuole, biblioteche,
associazioni e fondazioni
pubbliche e private anche
fuori del territorio comunale.

PER INFORMAZIONI:

Dott.ssa M. Claudia La Volpe
Tel. 338.7668376
mclavolpe@gmail.com
www.relazionipiuefficaci.it

CHI SONO



**DOTT.SSA MARIA CLAUDIA
LA VOLPE**

Formatore Gordon
Counselor professionista
Mediatore Familiare
Conduttore di Gruppi di Parola
per figli di genitori separati.
Iscritta ad AssoCounseling al n.
A0298 e all'Associazione Italiana
Mediatori Familiari al n. 2117

PALESTRA PER GENITORI



Incontri e percorsi
formativi per
rendere più facile
e appagante il
mestiere più difficile
del mondo!



Didascalìa

TEMATICHE DEGLI INCONTRI

- Ascolto attivo e passivo
- Autonomia e responsabilità
- Autostima e Resilienza
- Bisogni, desideri, frustrazione
- Comunicazione assertiva
- Conflitti di bisogni e di valori
- Gestione del conflitto
- Gestione delle emozioni
- Regole, limiti e disciplina

PERCHE' FREQUENTARE LA PALESTRA PER GENITORI?

La "Palestra per genitori" è uno spazio accogliente e rilassante dove i genitori possono apprendere in modo piacevole e stimolante nuove competenze relazionali, condividere dubbi ed esperienze con altri genitori, approfondire tematiche legate alla genitorialità e allenarsi all'uso delle abilità apprese ai corsi Gordon.

I GENITORI DEVONO PRENDERSI CURA DEI FIGLI, MA CHI SI PRENDE CURA DEI GENITORI?

Il mestiere del genitore è un "lavoro" complicato e faticoso: periodi piacevoli, allegri e pieni di soddisfazione si alternano a fasi difficili e stressanti, in cui incomprensioni e conflitti possono rendere il clima familiare pesante sia per i genitori che per i figli.

In questi momenti è normale provare un senso di frustrazione che può farci dubitare delle nostre capacità genitoriali e spingerci alla ricerca di informazioni e strategie nuove.

La "Palestra per genitori" è nata per rispondere a questa esigenza ed è diventata una piacevole occasione di incontro e confronto tra genitori, su problematiche di vita quotidiana, con l'aiuto di relatori esperti.

Gli incontri prevedono una breve introduzione teorica seguita da laboratori individuali e condivisioni di gruppo.