



PERSONE AL CENTRO

INFORMAZIONI, ATTIVITÀ, SPUNTI DI RIFLESSIONE
PER IL SINGOLO, LA COPPIA, LA FAMIGLIA

PERIODICO MENSILE del Centro di Consulenza familiare "Santa Costanza" (Roma)



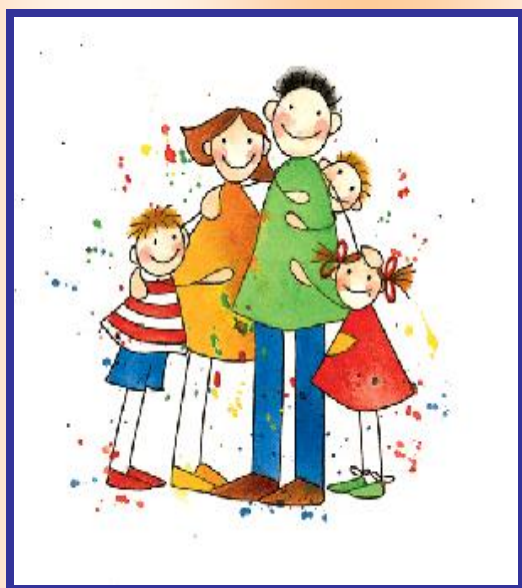
Affiliato **Aiccef** e UCIPeM, membro del Forum Associazioni Familiari del Lazio

N.3 - settembre 2017

Realizzazione e cura di Fabiana Cerquetelli

QUESTO MESE PARLIAMO DI...

FAMIGLIA



*"La famiglia è lo specchio in cui Dio si guarda,
e vede i due miracoli più belli che ha fatto:
donare la vita e donare l'amore"*

(San Giovanni Paolo II)

Nel mio lavoro di consulente familiare, oggi e sempre più spesso, mi trovo ad ascoltare genitori che vivono un disagio con il proprio figlio con cui non riescono più a comunicare, a rapportarsi e spesso mi chiedono "cosa devo fare?", "come bisogna

comportarsi?“, “cosa è giusto?“, “cosa è sbagliato?“, nella speranza che esista un modello ideale di genitore, che si possa apprendere, al quale conformarsi per avere la garanzia che il proprio figlio diventi quell’adulto “perfetto” tanto desiderato e, magari, per sentirsi anche dei genitori “perfetti”.

È importante precisare che il “genitore perfetto” non esiste! Il genitore è una persona che si è impegnata il più possibile in questo “*mestiere*” e che ha fatto tutto ciò che ha potuto per essere efficace nei suoi intenti educativi.

Essere genitori significa considerare il proprio figlio come una persona “distinta e separata”, con la propria personalità, identità, con il proprio mondo, i propri bisogni e pensieri.

Ecco perché è importante accompagnare, seguire e sostenere con amore la crescita del proprio figlio senza sostituirsi a lui ma lasciandolo libero di crescere e maturare autonomamente fino a divenire adulto.

Un buon genitore è colui che sa ascoltare, aspettare, che sa amare il proprio figlio e coglierlo nella sua diversità anche se non corrisponde alle sue aspettative, ai suoi desideri.

La famiglia pur essendo formata da più individui e tutti con la propria specifica e distinta personalità, è al tempo stesso unità inscindibile, è un insieme in cui le capacità del singolo — e quindi la sua personalità irripetibile — sono fondamentali, ma devono contribuire alla riuscita di un risultato comune.

La famiglia è il luogo dei sentimenti e il risultato risiede nello stare bene insieme, avere una sana relazione.

Può capitare che proprio i genitori *neghino una relazione come modalità per punire*: la mamma quando il figlio piccolo non ubbidisce gli distoglie lo sguardo, non lo ascolta, non gli parla *interrompendo così la relazione*.

È proprio nella relazione invece che il ragazzo si confronta, s’identifica, conosce, apprende, impara osservando. Don Bosco diceva *“Non basta che amiate i ragazzi, occorre che si sentano amati”*.

Non è possibile educare i figli se prima non si crea una relazione con loro e una relazione si stabilisce solo quando si conosce l’altro e si conosce l’altro solo quando lo si ascolta, lo si comprende. **L’uomo è un essere relazionale.**

Egli di fatto nasce, cresce e si sviluppa solo se è in relazione, è una dimensione indispensabile che permette all’uomo di mettersi in rapporto con sé, con gli altri, con il mondo e con Dio.

Si può dire che la famiglia sia uno spazio relazionale vitale e fondamentale per l’essere umano. Nella crescita di un bambino sano, ciò che conta è la qualità del rapporto che i genitori hanno con lui, *la centralità è la relazione fra le figure genitoriali ed il bambino che cresce.*

Dottorssa Angela Sgambati

Direttore Responsabile del Centro di Consulenza familiare “Santa Costanza” (Roma)

APPUNTAMENTI E SPUNTI DI RIFELSSIONE

- ✚ **"Stare insieme... perché?"** - Il nostro Centro di Consulenza familiare sta organizzando a partire dal prossimo mese di ottobre un "Seminario sulla coppia" che si articolerà in tre sessioni. **La prima** sessione sarà intitolata "Non guardarmi, non ti sento" e sarà costituita da tre incontri con i seguenti titoli:
1. Il "dire" come espressione di sé;
 2. Il "sentire" come accoglienza dell'altro;
 3. "l'ascolto reciproco" come incontro profondo nella coppia.

Lo scopo è quello di aiutare a comprendere meglio le dinamiche relazionali che sono alla base di un sano rapporto. Il seminario si attiverà **con un minimo di cinque adesioni** e per motivi organizzativi sarà indispensabile la prenotazione tramite e-mail al seguente indirizzo di posta elettronica: santacostanza@libero.it oppure telefonando al numero 06 86219532 oppure 3476132861.

- ✚ **Resilienza** – Resilienza è un termine che si usa in psicologia e in fisica (rapportato ad alcuni metalli o altri materiali) e che in questi ultimi anni è entrato nell'uso del linguaggio comune. Si usa per definire un modo particolare di affrontare momenti difficili della vita in cui sembra proprio di non farcela. Resilienza significa **"piegarsi ma non spezzarsi"**, vuol dire essere capaci di affrontare e superare positivamente un evento traumatico senza farsi abbattere, così come succede ad alcuni materiali che riescono ad assorbire un urto senza rompersi. Resilienza significa anche **ribaltare le situazioni trasformando le difficoltà in nuove opportunità.** Ogni persona sana può e deve essere resiliente.

- ✚ **In bocca al lupo!** ai tanti bambini e ragazzi, ma anche insegnanti, che in questi giorni stanno tornando a scuola; l'auspicio per tutti loro è che il carico di energia che hanno fatto con le vacanze estive li accompagni per tutto l'anno scolastico, aiutandoli ad affrontare con la giusta grinta, impegno e curiosità le nuove lezioni e i compiti a casa. Agli insegnanti diciamo: fate del dialogo con i vostri alunni lo spazio creativo e formativo delle nuove generazioni.



Infine, un augurio di buona ripresa lo rivolgiamo anche a chi dopo le ferie sta tornando al proprio posto di lavoro. Un pensiero particolare è poi rivolto a chi purtroppo non riesce a trovare un lavoro o addirittura lo aveva e lo ha perso. A questi ultimi diciamo con tutto il cuore: **non lasciatevi abbattere e in ogni occasione siate sempre resilienti!**

I SERVIZI DEL CENTRO DI CONSULENZA "SANTA COSTANZA"
PREVIO APPUNTAMENTO TELEFONANDO Ai NUMERi 0686219532 - 3476132861

- ✚ **Consulenza familiare** – è un servizio che si rivolge al singolo (nel caso di difficoltà di adattamento, disarmonie della personalità, conflitti adolescenziali, etc.), alla coppia o al nucleo familiare che in un determinato momento della propria vita si trovi a che fare con problematiche che appaiono insormontabili o difficili da gestire. Il Consulente, tenendo in considerazione che ogni individuo o coppia oltre ad avere una storia personale è inserito in una storia familiare e in un determinato sistema sociale, aiutando il cliente ad "esplorare" la difficoltà che sta vivendo e facendo emergere emozioni e sentimenti, lo aiuterà a riscoprire le proprie risorse e sentirsi più sicuro, inoltre in alcuni casi riattivando la comunicazione, come nelle problematiche di coppia, oltre ad una diminuzione della rabbia e della sofferenza, si può arrivare ad un a risoluzione dei conflitti o delle incomprensioni.
- ✚ **Mediazione Familiare** - è un servizio per tutte quelle coppie che in procinto di separarsi o di divorziare, richiedano il supporto di una figura altamente qualificata. La coppia che vuole usufruire del servizio di mediazione familiare desidera regolare in maniera costruttiva i rapporti riguardanti i figli (turni di cura, visite, festività). Lo scopo principale della mediazione è quindi la creazione di un accordo finale, voluto dalla stessa coppia, con la facilitazione del mediatore familiare. Al servizio di mediazione familiare possono accedere tutte le coppie senza nessuna distinzione: sposate, separate, divorziate, di fatto, con e senza figli.
- ✚ **Consulenza psicologica** attraverso la consulenza psicologica si cerca di elaborare le strategie d'intervento più idonee nel facilitare il cambiamento, la crescita e la realizzazione personale dell'individuo. Il servizio è orientato alla comprensione e alla definizione del problema e alla ricerca di eventuali strategie di trattamento adeguate, qualora il problema che il soggetto sta vivendo sia ascrivibile a problemi inconsci non risolti, legati alla propria storia personale e familiare.

La tua privacy è importante per noi. Ci auguriamo che questo servizio sia di tuo gradimento. Se non desideri ricevere ulteriori e-mail ce lo puoi comunicare e noi provvederemo a cancellarti