

MARTEDI' 30 MAGGIO, ORE 20,30

**“Genitori in regola: aiutare i bambini a capire
e accettare limiti e regole ”**

Come dobbiamo comportarci in famiglia in merito alle regole? Perché è così difficile farle rispettare? In un periodo un po' traballante in tema di regole e disciplina, in cui la famiglia è sempre meno “normativa”, emerge con forza il bisogno di stabilire come nascono e si condividono le regole, senza le quali nessuna convivenza è possibile. Obiettivo dell'incontro è suggerire agli adulti come reagire ai problemi di disciplina in modo calmo, coerente ed efficace, aiutandoli a riflettere sul loro comportamento e a comprendere meglio il comportamento dei figli.

A cura della dott.ssa Annalisa Versari, psicologa e psicoterapeuta

L'accesso è gratuito e aperto a tutti i cittadini interessati (non è necessaria l'iscrizione)

Tutti gli incontri si terranno presso la Casa della Conoscenza, spazio la Virgola, via Porrettana n 360, dalle ore 20,00 alle ore 22,30

Gli incontri fanno parte dell'iniziativa “Primavera d'Informazione Psicologica 2017” – 3^a edizione

Il programma completo delle iniziative di Bologna e provincia è consultabile sul sito: www.primaverainformazionepsicologica.it

Per maggiori informazioni:
Associazione “Progetto Psicologia”:

Tel: 392.66.70.215

E-Mail: associazioneprogettopsicologia@gmail.com



COMUNE DI CASALECCHIO DI RENO



PRIMAVERA D' INFORMAZIONE PSICOLOGICA 2017 - 3^a edizione

**Conferenze sul benessere psicologico
a ingresso gratuito**



**Casa della Conoscenza
Casalecchio di Reno**

PROGRAMMA

MARTEDI' 2 MAGGIO, ORE 20,30

“Il “peso” delle emozioni nei Disturbi del Comportamento Alimentare: Il corpo che parla”

Quali emozioni e bisogni si nascondono dietro al rapporto disfunzionale con il cibo? Quale è il significato di un Disturbo del Comportamento Alimentare che esordisce in età adolescenziale? Quali sono le risorse che la famiglia può mettere in atto? Negli ultimi anni il Disturbo Alimentare si è configurato come uno dei disagi più frequenti per esprimere un malessere più profondo, che trova la sua manifestazione inconsapevole nel rapporto disfunzionale con il cibo. L'incontro affronterà il tema dei Disturbi del Comportamento Alimentare tenendo in considerazione gli aspetti psicologici legati al vissuto individuale della persona, e il modo in cui il sintomo induce l'intero nucleo familiare ad una riorganizzazione interna delle dinamiche relazionali.

A cura delle dott.sse Maddalena Corbo, Monica Farina, Lorenza Guerra, psicologhe

MARTEDI' 9 MAGGIO, ORE 20,30

“Le Resistenze al Cambiamento”

Ci sono tantissimi modi in cui la mente ci avverte che non possiamo più continuare come abbiamo fatto finora. Dalla semplice noia fino a forme gravi di attacchi di panico, passando per mille altri sintomi come insonnia, ansia, depressione e disfunzioni sessuali, solo per citare i più noti, ma l'obiettivo rimane sempre lo stesso: apportare un cambiamento. Ma spesso non basta cambiare qualcosa che siamo ben disposti a fare ma cambiare qualcos'altro che non abbiamo considerato si possa fare, qualcosa che non riteniamo di saper fare o qualcosa che non vorremmo mai fare.

A cura del dott. Paolo Pozzati, psicologo e psicoterapeuta

MARTEDI' 16 MAGGIO, ORE 20,30

“Dialogo in umanità” Mediazione con se stessi e con gli altri con la Comunicazione Empatica Nonviolenta

Ciascuno di noi sperimenta situazioni frustrante e dolorose di non-detti, fraintendimenti o conflitti che perdurano nel tempo creando atmosfere di vita quotidiana stressanti. Queste situazioni prendono energia e salute, portano con sé squilibrio, paura e insoddisfazione. La mediazione offre l'opportunità di cercare insieme comprensione e soluzioni per ripristinare e riappacificare la comunicazione. La possibilità di contattare, esprimere ed ascoltare i sentimenti e i bisogni dentro le parole che ognuno dice traccia la strada della connessione da cuore a cuore.

A cura della dott.ssa Marzia Zunarelli, psicologa

MARTEDI' 23 MAGGIO, ORE 20,30

“Lasciare il passato nel passato e vivere una vita serena”

Molte persone hanno vissuto eventi dolorosi e/o traumatici nella fase di crescita, nell'adolescenza: il lutto di un genitore, abusi fisici, maltrattamenti, ecc. Alcuni mettono in atto meccanismi di protezione e strategie di difesa per affrontare i momenti difficili; altri invece, rimangono ancorati al loro passato, non sono in grado di “lasciare andare” di superare il dolore/il trauma, rimanendo intrappolati in un circolo vizioso che condiziona fortemente la loro vita. Si nutrono della sofferenza pensando che “lasciare andare vorrebbe dire perdonare l'altro fare un favore a coloro che li hanno feriti. Di fatto così facendo, continuano a soffrire ancora, rimanendo bloccati nel passato, perdendo il presente e il futuro. Perché alcune persone continuano nonostante la sofferenza, a rimanere ancorati al passato, a soffrire continuamente a non riuscire ad andare avanti? Come riuscire a liberarsi del passato, per vivere sereni il presente? Quali sono le risorse e le tecniche necessarie per lasciare andare? Questi ed altri sono gli obiettivi dell'incontro.

A cura della dott.ssa Denita Bace, psicologa e psicoterapeuta