

CONFERENZA ESPERIENZIALE GRATUITA

SEMI DI CONSAPEVOLEZZA PER GENITORI RESILIENTI

GIOVEDÌ 23 GENNAIO ORE 19.45
PRESSO LA BIBLIOTECA TIRABOSCHI DI BERGAMO

Essere **genitori consapevoli** è un duro compito, pieno di responsabilità ma anche estremamente affascinante e stimolante.

Davanti alle **difficoltà della vita** di tutti i giorni, riuscire a **vedere i propri figli** “per quello che sono”, **senza il velo della paura e delle aspettative**, riconoscere quando e come hanno bisogno di noi diventa una sfida quotidiana che richiede di essere affrontata in modo consapevole e con un buon bagaglio di risorse.

Di fronte alle difficoltà dovute ai vari mutamenti, spesso, **come genitori ci sentiamo bloccati o inadeguati** a fornire risposte coerenti ed efficaci ai nostri figli.

Se è vero che il primo luogo entro il quale il bambino apprende le strategie per affrontare frustrazioni e difficoltà della vita è la **famiglia** ed i primi ed essenziali maestri di vita sono i propri **genitori**, è proprio **nell'ambiente familiare** che è necessario si forniscano e si acquisiscano **strumenti concreti per imparare ad affrontare la vita**.

L'obiettivo di questa conferenza quindi è proprio quello di **parlare ai genitori**, stimolando riflessioni e aprendo sguardi su una **genitorialità sempre più resiliente e consapevole** che permetta di far vivere pienamente la **bellezza dell'essere genitori**, far risplendere i propri figli e la relazione con loro.

relatrici

DOTT. SSA SIRTORI NOEMI

Psicologa ad approccio corporeo ed esperta nella promozione e sviluppo di processi di Resilienza, istruttrice di Mindfulness Psicosomatica e operatrice del progetto Gaia

DOTT. SSA SAMANTHAVANWEL

Psicologa, Psicoterapeuta Bioenergetica, Terapeuta EMDR, co-fondatrice e co-direttrice di ArsCorporea.