

A causa delle limitazioni dettate dai protocolli di sicurezza di prevenzione Covid, gli incontri si terranno on line su piattaforma meet. Chi non fosse più iscritto all'istituto Micheli può inviare indirizzo mail e riceverà invito.

Per adesione compilare il modulo di iscrizione contenuto nella brochure e inviarlo tramite mail a turra.cdi@icmicheli.edu.it

Oppure inviarlo su whatsapp al numero Dott.ssa Concetta Turrà 3939498444

AREA FORMATIVA PER I GENITORI

DBT SKILL training per genitori per il potenziamento delle competenze educative

Lo skill training è condotto dai DBT skill trainer dott.ssa Roberta Callegari e dott.ssa Caterina Uberti psicologhe e pedagogiste

Gli incontri si terranno su piattaforma on line. Per adesione compilare la scheda di iscrizione e inviare mail al seguente indirizzo: turra.cdi@icmicheli.edu.it

o telefonando al numero: 3939498444

Gli incontri si terranno on line su piattaforma meet accedendo



*Scuole e quartiere
in dialogo*

**DBT SKILL e mindfulness
per genitori per il
potenziamento delle
competenze educative**



DBT SKILL training per genitori per il potenziamento delle competenze educative

Il percorso formativo si propone di offrire sostegno e potenziamento delle funzioni genitoriali, aumentando l'efficacia nella gestione delle difficoltà e nel miglioramento delle relazioni con i propri figli.

Lo skills training "allenare la mente efficace" è derivato dal modello di skills DBT (dialettico comportamentale). La sua efficacia è stata ampiamente validata dalla ricerca scientifica. Il DBT skills training prevede l'insegnamento di un set articolato di abilità strutturate in vari moduli.:

Abilità di mindfulness, percorrere il sentiero di mezzo (come incrementare i comportamenti desiderati e ridurre quelli problematici), la validazione come modalità di riconoscimento dei propri e altrui bisogni, gestire le emozioni, il rinforzo, efficacia interpersonale, la competenza emotiva e comunicativa.

Il corso prevede quattro incontri di tre ore ciascuno. L'insegnamento delle abilità è proposto in un contesto di gruppo. Gli incontri prevedono momenti di conoscenza dei temi affrontati, esercitazioni pratiche in gruppo, esercitazioni a casa e pratiche di mindfulness inerenti ai contenuti trattati.

Tutti gli incontri seguiranno una strutturazione consolidata ed efficace che prevede:

Apertura con un esercizio di mindfulness, condivisione dei compiti, insegnamento della nuova abilità, esercitazioni e conclusione con un esercizio di mindfulness.

CALENDARIO

Sabato 20 febbraio ore 9.00/12.00

Sabato 27 febbraio ore 9.00/12.00

Sabato 13 marzo ore 9.00/12.00

Sabato 20 marzo ore 9.00/12.00

Scheda adesione allo Skill training

Il/La sottoscritta/o

genitore di -----

frequentante la classe -----

Recapiti telefonici -----

mail -----

Chiede

Di iscriversi allo Skill Training per il consolidamento delle abilità educative che si svolge presso la scuola.