



Family skills

promozione della salute in famiglia

Family Skills è un programma di Promozione della Salute rivolto a tutti i genitori con figli in età evolutiva (dall'infanzia all'adolescenza). Si basa sulla conoscenza e l'allenamento di alcune Life Skills (empatia, gestione delle emozioni, comunicazione efficace, gestione dello stress, problem solving, decision making, autoconsapevolezza,...), abilità di vita riconosciute dall'Organizzazione Mondiale della Sanità come importanti fattori protettivi per la salute, risorse personali fondamentali ai fini di garantire un buon livello di benessere personale e qualità delle relazioni familiari. L'intento del programma è quello di formare i genitori come moltiplicatori di salute, potenziando il loro naturale ruolo educativo, rafforzando le competenze genitoriali.

I programmi di sviluppo delle life skills si basano su evidenze scientifiche e hanno un approccio comprensivo: si focalizzano sulle risorse delle persone, non sui problemi, valorizzando le abilità personali.

per i genitori del territorio di ATS Brianza
(Province di Monza e Lecco)



Family skills

promozione della salute in famiglia

OBIETTIVI

Family Skills si propone di:

- favorire l'acquisizione pratica di life skills, generative di comportamenti positivi e salutari per sé e per i figli
- diffondere il modello educativo promozionale delle life skills

offrire uno spazio laboratoriale nel quale far sperimentare, con metodologie interattive, attività che sviluppino abilità di vita utili ai genitori per la relazione coi propri figli.

METODO DI LAVORO

Family Skills si svolge in un clima non giudicante, con una modalità laboratoriale in cui i formatori utilizzano modalità attive: esercizi pratici a coppie e in sottogruppi, simulazioni, in cui ognuno può mettersi in gioco con gradualità e seguendo i propri tempi.

Il programma in alcuni casi integra e aumenta l'efficacia di percorsi rivolti ai ragazzi a scuola (Life Skills Training e Unplugged) e può essere seguito da un livello avanzato finalizzato a sostenere il ruolo di genitori moltiplicatori di salute perchè possano dare risonanza all'azione preventiva non solo all'interno della propria famiglia, ma anche a scuola e nei gruppi informali.

Il percorso è gratuito

ADESIONE

L'adesione è libera e aperta a tutti i genitori, ma anche alle associazioni di famiglie e ai Comitati Genitori delle scuole

METODOLOGIA E STRUTTURA DEL PERCORSO

Family Skills propone 4 incontri di 3 ore, rivolti a piccoli gruppi (20-25 persone).

Per i genitori che si mostrano interessati a formarsi per diventare moltiplicatori di salute con altri genitori è possibile sviluppare un percorso avanzato di ulteriori 3 incontri di 2 ore con la stessa struttura e metod moltiplicatori di

I formatori sono professionisti ed esperti nell'ambito della promozione della salute (psicologi, pedagogisti, educatori, assistenti sociali e sanitari) affiancati da genitori già formati.

contatti per info: lifeskill@ats-brianza.it tel: 039.3940255/3

