

C O R S I   D I   S T U D I O



# PROGETTIAMO LA FAMIGLIA

---

NUOVI OBIETTIVI PER LE RELAZIONI  
E LE ABILITÀ PERSONALI

Con il contributo di



REGIONE AUTONOMA  
FRIULI VENEZIA GIULIA

Con il patrocinio di



Provincia di Udine  
*Provincia di Udine*



Comune di Prepotto



Club UNESCO di Udine



# PROGETTIAMO LA FAMIGLIA

NUOVI OBIETTIVI PER LE RELAZIONI  
E LE ABILITÀ PERSONALI

“Progettiamo la famiglia” nasce con la motivazione di offrire strumenti all’avanguardia ai giovani, alle coppie ed alle famiglie per conquistare nuove abilità personali e per sostenere autentici processi di crescita. L’iniziativa propone un percorso di studio e di condivisione attraverso dieci temi di grande rilievo per la vita familiare. Le abilità di relazione sono prese in esame come potenzialità da sviluppare. Un approccio inedito unisce la semplicità con l’efficacia. Gli esercizi di comunicazione e lo sviluppo di progetti tematici consentono di acquisire migliori capacità nella dimensione delle relazioni e nel gestire le esperienze della vita quotidiana.

All’interno della famiglia possono così aumentare la comprensione e la collaborazione regalando un nuovo clima di benessere.

## L’ARTE DI EDUCARE

È un percorso dedicato a genitori, insegnanti, nonni e... futuri genitori. Offre una preparazione pragmatica per rendere ciascuna esperienza di apprendimento anche un passo significativo di conquista sul piano umano.

## LA RELAZIONE DI COPPIA

Costruire una vita insieme è un’arte complessa che include amore, comprensione, intimità e progetti di vita. In questo mosaico composto da numerosi tasselli differenti, le abilità umane possono crescere.



# EDUCARE CON AMORE E FERMEZZA

## 29 GENNAIO 2011

La ricerca sull'educare con amore e fermezza presenta una conoscenza innovativa e promuove lo sviluppo delle abilità personali per un'autentica crescita della qualità dell'educazione.

Essere amorevoli e fermi significa perseguire un fine educativo usando le abilità di relazione ed offrendo un'esperienza costruttiva sul piano umano. In questo modo, alla fine di un ciclo di apprendimento, l'adulto è felice di aver insegnato ed il bambino è fiero di aver imparato. Diventa così possibile educare senza ricorrere alla costrizione, all'obbligo ed alla punizione. L'esperienza di imparare si unisce al piacere di stare bene insieme. La presenza di una maggiore cura nel rapporto umano aiuta i bambini ed i ragazzi a maturare le loro doti individuali: seguire le indicazioni, voler imparare, esprimersi con gentilezza, rispettare gli altri e l'ambiente, collaborare, divertirsi in modo positivo, acquisire autonomia e tante altre.


Il corso offre ai genitori ed agli insegnanti la possibilità di acquisire conoscenze nuove, semplici e precise, da applicare subito; e sviluppa le abilità di relazione. Educare diviene così un percorso fatto di sfide e di successi nel quale si cresce insieme.

### IL FINE DEL CORSO

Acquisire l'abilità di perseguire una meta educativa mantenendo la collaborazione.

### TEMI DEL CORSO

- Dare un'indicazione con amore e fermezza
- Come rispondere alle reazioni dei bambini
- Essere fermi in modo neutro
- Insegnare senza usare stimoli dolorosi
- Gestire i momenti di difficoltà
- Ottenere un risultato educativo come esperienza di crescita



*Quando si conquista la piena maestria dell'atto educativo, allora educare diventa un viaggio nella bellezza della persona.*

# LA NATURA DELLA RELAZIONE

30 GENNAIO 2011

Un interessante percorso nell'**anatomia** e nella **fisiologia** della relazione di coppia, ci permette di scoprire com'è strutturata e come funziona. Il rapporto a due, proprio come il corpo umano, ha specifici organi e principi di funzionamento. La condizione di benessere si manifesta con il piacere di stare insieme, la reciproca comprensione, lo sviluppo di progetti comuni, una vita sessuale equilibrata, un forte senso di unione...

L'abilità di creare e di mantenere nel tempo una relazione di coppia è una dote che talvolta si manifesta spontaneamente ma è anche una capacità da comprendere e sviluppare. Divenire consapevoli della natura della coppia, consente di maturare una nuova raffinatezza nel rapporto a due.

Il corso offre lezioni semplici ma originali che producono una chiarezza della relazione stessa. Ognuno può in seguito riconoscere e correggere da solo le proprie carenze così come può valorizzare i propri talenti.

Acquisire inediti strumenti significa avviare dei processi di crescita autentici e costruttivi in una delle esperienze fondamentali della vita. Investire energie ed impegno per migliorare nella relazione significa non dover consumare tempo e sforzi nelle incomprensioni e nei problemi.

Il corso prevede lezioni di studio, esercizi di comunicazione e tempo dedicato a domande e risposte. Può essere frequentato sia da coppie che da single; pur richiedendo una motivazione allo studio, è accessibile a tutti e risulta molto utile e pratico.

Una felice vita di coppia è un bene fondamentale a cui nessuno dovrebbe rinunciare. Un invito ad essere curiosi ed aperti alle novità per sperimentare il piacere di stare insieme come una vera e propria arte.

*Essere in due e sentirsi uno!*



## TEMI DEL CORSO

- Il valore della relazione
- Quali sono e come funzionano gli elementi della relazione di coppia
- Acquisire nuove abilità

LA RELAZIONE DI COPPIA

# I FINI DELL'EDUCAZIONE

26 FEBBRAIO 2011

Il corso presenta come ideare e perseguire dei fini nell'educazione dei figli e degli alunni rispetto alle doti umane, alle abilità di relazione ed alle qualità della personalità.

Lo studio dei fini si rivela sempre molto utile perché offre strumenti pratici che aiutano ad ottenere risultati evidenti. Il corso percorre diverse tappe: concepire in modo chiaro i fini dell'educazione, comunicarli, definire i passi da compiere per realizzarli nella relazione con i bambini ed i ragazzi, identificare gli ostacoli e come superarli in modo corretto.

Perseguire un obiettivo è un'esperienza formativa di ampia portata che infonde ottimismo, insegna a superare le difficoltà, accende la complicità, libera entusiasmo e mantiene una direzione costruttiva nella vita. Una particolare attenzione sarà dedicata alla natura della trasmissione: come un fine dell'educatore può diventare una vera meta anche per il bambino. Si tratta di un'abilità raffinata che rispetta la libertà di scelta e promuove un importante processo di maturazione che avviene attraverso la conoscenza, la comprensione e le esperienze concrete.

Il corso invita a scoprire un nuovo entusiasmo per le mete educative: vere e proprie sfide da vivere con spirito sportivo!

## TEMI DEL CORSO

- La chiarezza del fine educativo
- Le aree in cui si realizzano le mete nell'educazione
- Comunicare gli obiettivi e collaborare
- Riconoscere e superare gli ostacoli

*Educare: essere presenti e guardare lontano*

# LA COMPRENSIONE NELLA COPPIA

27 FEBBRAIO 2011

La comunicazione è un vera e propria “azione” nel rapporto umano e, come i gesti fisici, può essere corretta oppure sbagliata. Una buona comunicazione produce comprensione, reciproca accettazione, un senso di rispetto incondizionato e conduce alla collaborazione. Un’errata espressione causa invece incomprensione, rifiuto, chiusura ed infine sfocia nel conflitto.

Esistono differenti modi in cui la comunicazione, come uno strumento versatile, può essere usata. Possiamo parlare semplicemente per il piacere di stare insieme e condividere. Esprimere i nostri vissuti interiori è un modo per mostrarci mentre ascoltare il partner è la via più diretta per conoscerlo. Con la comunicazione possiamo chiarire i progetti della coppia, definire un programma e sostenerci a vicenda. La comprensione è inoltre capace di **pulire** la relazione. Se si accumulano tensioni o incomprensioni, comunicando correttamente diventa possibile sciogliere la difficoltà e ripristinare il benessere nella coppia. Dare e ricevere comprensione è perciò una potenzialità tutta da scoprire che merita la nostra attenzione.

Nel corso studieremo la comunicazione come abilità di esprimere se stessi, come capacità di conoscere il proprio partner, come strumento per realizzare progetti comuni e come mezzo per risolvere i problemi interpersonali.

Comprendere il proprio partner e sentirsi completamente compresi rappresenta una delle esperienze fondamentali nella vita: da ricercare e da realizzare.

DARE E RICEVERE COMPRENSIONE = COSTRUIRE RELAZIONE

## TEMI DEL CORSO

- Il ciclo completo della comunicazione
- Mostrare le proprie intenzioni e capire quelle del partner
- Come gestire la divergenza
- Risolvere un problema con la comprensione

*Conoscenze ed esperienze  
di comprensione  
per sfidare il futuro  
e poter dire:  
il tempo passa, l'amore cresce!*



# IL SÌ E IL NO, I MODI MIGLIORI DI PERMETTERE E DI PROIBIRE

19 MARZO 2011

Il **sì** e il **no** sono due semplici parole che svolgono un ruolo determinante nell'educazione. Con queste indicazioni, l'adulto delinea l'universo del bambino: il permesso e il proibito, il possibile e l'inaccessibile. Spesso il **si** diventa buono, amato e fonte di gioia, mentre il **no** viene erroneamente relegato nel ruolo del cattivo e del rifiutato. Nascono così il bisogno ed il piacere di trasgredire; azioni che mettono in conflitto bambino e adulto.

L'abilità di vivere in modo corretto il limite apre inedite opportunità: comprenderne le ragioni, accettare la realtà, esprimere i propri vissuti e rispettare con il comportamento le indicazioni. In questo percorso, il bambino viene guidato ma non sopraffatto, perciò può assimilare un'autentica capacità di interagire nella vita, si sente arricchito e più sicuro.

La disciplina assume così un nuovo connotato: diventa un'abilità personale da utilizzare per evitare problemi inutili e per conseguire gli obiettivi desiderati. Il piacere e l'impegno si alternano e si sostengono a vicenda. Sviluppando la maestria nell'educare con amore e fermezza, si crea una relazione in cui permettere e proibire sono azioni formative, vissute con affetto e con serenità, evitando i conflitti e prevenendo le punizioni.

## TEMI DEL CORSO

- Diversi tipi di limite
- Permettere, approvare e sostenere
- Porre un limite confermando la relazione
- Spiegare le ragioni dei limiti
- Insegnare ad accettare e rispettare un limite
- Quali limiti è invece giusto superare per crescere

*sì = posso fare  
no = mi fermo*

*una ricetta  
per imparare*



# I PROGETTI DELLA COPPIA

20 MARZO 2011

La vita di coppia è in continuo movimento ed il modo migliore per indirizzarlo è l'avere dei progetti comuni. L'attenzione e l'energia fluiscono così in una direzione costruttiva e contribuiscono ad un costante miglioramento.

La prima tappa consiste nell'accordare una scelta comune.

Chiarito un fine, si elabora un programma che definisce i tempi e le azioni. Nell'attuare il programma i due partner sommano le loro abilità in maniera creativa ed originale.

La persistenza ed il reciproco sostegno conducono al risultato: una conquista importante che eleva la qualità della vita.

Sperimentando ciascuna fase con le abilità corrette, l'impegno regala due effetti positivi:

da un lato la coppia realizza degli obiettivi concreti, dall'altro crescono la reciproca stima e l'affiatamento. Gli eventi della vita quotidiana nutrono perciò anche la qualità della relazione umana.

Ideare e realizzare dei progetti insieme imprime una spinta costruttiva davvero inedita al rapporto coppia.

La somma delle mete realizzate diventa inoltre un orientamento: una direzione ricca di significato in cui si procede.

## TEMI DEL CORSO

- Come arrivare ad una scelta comune
- Ideare un progetto e programmare
- Collaborare e sommare le abilità
- Trovare un equilibrio tra le differenze personali
- Conquistare un risultato comune

*Le abilità  
sono la strada  
tra le idee  
e la realtà*

LA RELAZIONE DI COPPIA



# INSEGNARE LE ABILITÀ DI RELAZIONE

2 APRILE 2011

Saper instaurare e mantenere nel tempo relazioni sane e costruttive, è un'abilità di vitale importanza, infatti la qualità dei rapporti interpersonali incide in modo diretto e forte sulla qualità della vita.

L'essenza della famiglia è un intreccio di relazioni, la comunicazione partecipa alla formazione della personalità, il processo di apprendimento avviene attraverso la trasmissione, la maggior parte delle espressioni umane ha luogo nel confronto con l'altro.

Il corso offre indicazioni per insegnare la capacità di interagire con gli altri nei suoi differenti aspetti: esprimersi, comprendere, collaborare, gestire una difficoltà, prevenire le ferite, dare e ricevere, spiegare le proprie scelte...

Una speciale cura nelle relazioni aiuta a prevenire numerosi errori educativi e sostiene la formazione di una personalità solare e vincente.

## TEMI DEL CORSO

- Le esperienze nelle relazioni: la comunicazione, la realtà comune, l'affinità, la libertà di scelta, il dare e il ricevere
- Le abilità di base: comprendere, accettare, amare
- I problemi tipici nelle relazioni di oggi e le soluzioni migliori
- Analisi del giudizio e della percezione di sé e degli altri
- L'espressione di se stessi nelle relazioni e nella vita
- Come risolvere le divergenze senza conflitti
- Correggere modalità relazionali inadeguate
- Insegnare a collaborare

*La matematica delle relazioni:  
io + io + io = noi!*



# LA SESSUALITÀ E LA STABILITÀ

3 APRILE 2011

Vivere in modo naturale, completo ed equilibrato la sessualità è una componente fondamentale di una felice relazione di coppia. La sessualità può essere concepita come la comunicazione più intima tra due amanti; unisce profondamente i partner e li fa sentire una cosa sola.

È la forza naturale che consente di avere figli, è l'esperienza che dona piacere ed è un'espressione del proprio amore.

La sessualità è in alcuni casi repressa ed in altri sfrenata; ma tra questi due opposti esiste la possibilità di sperimentarla senza eccessi e senza inibizioni, in modo aperto, profondo ed intimo.

La maturità di una persona, e di una coppia, non consiste soltanto nella responsabilità, nel portare a compimento gli impegni quotidiani oppure in una buona comunicazione, si manifesta anche con una vita sessuale equilibrata ed appagante. L'intesa che emerge dall'intimità rafforza il legame e rende una relazione forte e stabile. Il corso approfondirà elementi di studio utili per elevare l'espressione sessuale ed affettiva e rafforzare l'unione e la stabilità della coppia.

## TEMI DEL CORSO

- L'espressione naturale della sessualità
- Evitare la repressione e la sfrenatezza
- Creare un equilibrio nella coppia
- Femminilità e virilità
- Le difficoltà tipiche e loro soluzioni
- Come rendere una relazione stabile nel tempo

*Amare qualcuno  
significa vedere un miracolo  
invisibile agli altri.*

*Francois Mauriac*

LA RELAZIONE DI COPPIA

# LO SVILUPPO DELLA PERSONALITÀ

21 MAGGIO 2011



*Scelte ed azioni  
danno una direzione  
nella vita*

Comprendere alcuni elementi chiave sullo sviluppo della personalità è un valido investimento che rivela subito la sua utilità. Ciascun individuo ha una sua indole unica e irripetibile, come un'importa; ma esistono abilità che operano in base a precisi principi di funzionamento. Conoscendoli si può accompagnare la formazione di una giovane personalità con la certezza di offrire le indicazioni migliori.

I pensieri, i giudizi e le logiche d'interpretazione sono fattori impalpabili che dirigono la nostra esistenza. L'universo interiore di una persona, pur in apparenza invisibile, è in realtà potente. Infatti, sono proprio le decisioni e gli atteggiamenti interiori che determinano le nostre azioni concrete. Non è perciò ragionevole tentare di modificare il comportamento dei bambini senza sostenerli in modo adeguato a maturare **dentro di loro** le comprensioni e le conoscenze corrispondenti. La lezione sulle identità e sulla volontà offre indicazioni per instaurare un corretto rapporto con lo studio e con la scuola. Proficua è anche l'indagine sull'abilità di scegliere in modo libero e responsabile: una vera e propria mappa per compiere i passi verso l'emancipazione.

I giovani di oggi imparano molte cose ma talvolta non imparano ad essere persone felici. La ricerca sull'educare con amore e fermezza apre nuovi orizzonti a questo prezioso obiettivo.

## TEMI DEL CORSO

- La percezione di se stessi
- Come assumere un'identità
- Come maturare un valore
- La sicurezza nelle proprie abilità
- La volontà - scegliere ed agire
- Le emozioni - sentire ed esprimere senza ledere
- Scegliere - valutare e prendere una posizione
- Trasformare i problemi in progetti

# LA CRESCITA

22 MAGGIO 2011

La relazione di coppia non è statica, piuttosto è come un meccanismo in costante movimento: perciò ha bisogno di crescere, di concepire nuove mete e di attivarsi per realizzarle. Conquistare una realtà di vita migliore è uno dei modi più belli per stare insieme!

Oltre agli obiettivi già conosciuti, esistono numerose opportunità di sviluppo all'interno della relazione stessa, come per esempio sentirsi amati in modo più intenso ed aperto, scoprire nuovi spazi di comprensione e di reciproco sostegno. Essere uniti. Desiderare la vittoria del proprio partner. Concepire valori più elevati.

La relazione di coppia è una straordinaria esperienza di vita e rappresenta anche un meraviglioso **laboratorio** di crescita.

Per mantenersi sana nel tempo, ha bisogno di migliorare continuamente, proprio come il nostro corpo richiede un movimento giornaliero. La crescita della coppia è specifica e diversa dall'emancipazione individuale come la vincita di una squadra differisce dal successo di un singolo atleta. Quando una persona conquista una meta, si sente felice e fiera. Quando una persona, riesce a sentirsi realizzata dal successo del proprio partner, scopre come la vita in due possa diventare il motore di inedite trasformazioni positive.

## TEMI DEL CORSO

- Ideare il miglioramento
- La retta dei valori
- La crescita nelle diverse aree della vita
- Le conquiste nella relazione
- Superare la crisi di crescita
- Essere complementari
- La crescita riduce i problemi

LA RELAZIONE DI COPPIA



*Ogni nuova conquista, apre un orizzonte inedito*



# PROGETTIAMO LA FAMIGLIA

NUOVI OBIETTIVI PER LE RELAZIONI  
E LE ABILITÀ PERSONALI

## PERCORSI CREATIVI PER BAMBINI E RAGAZZI DAI 6 AI 14 ANNI

Durante i corsi di studio saranno attivati laboratori didattico-ricreativi per bambini e ragazzi in modo da consentire alle famiglie di aderire unite al nostro progetto. Il team di insegnanti ha una formazione nell'educare con amore e fermezza e nelle attività applica i principi di studio presentati nei corsi; in questo modo si sperimenta dal vivo come mettere in pratica la teoria. Durante gli incontri saranno proposti giochi di gruppo, laboratori di musica, pittura e manualità per creare divertenti oggetti con le mani. L'iniziativa è organizzata in collaborazione con l'Associazione Vitae ONLUS che promuove il volontariato per la qualità dell'educazione, per ulteriori informazioni è disponibile il sito: [www.vitaeonlus.it](http://www.vitaeonlus.it).

Per aderire ai Percorsi creativi è richiesta l'iscrizione entro quattro giorni prima dell'inizio del corso.

**DOCENTE: DOTT.SSA SILVANA TIANI BRUNELLI**  
Laureata in psicologia presso l'Università di Padova, ricercatrice e docente in corsi di formazione dedicati allo sviluppo delle abilità umane.

### BIBLIOGRAFIA

Educare con amore e fermezza  
La relazione di coppia  
La comprensione nella coppia  
La comunicazione  
Come comunichiamo?  
Volontà creativa

*di Silvana Tiani Brunelli, pubblicati da Podresca Edizioni*

## INFORMAZIONI

ORARIO DEI CORSI:

9.30-12.30; 13.30-18.30

I partecipanti ricevono il manuale di studio e l'attestato di frequenza. **La partecipazione è gratuita.**

Si consiglia l'adesione all'intero ciclo di incontri ma è possibile seguire anche singole lezioni.

### ISCRIZIONI

Le iscrizioni si possono effettuare entro tre giorni prima dell'inizio presso la nostra segreteria:

**Matteo Basso Bondini**

Tel. 0432.713319

E-mail: [info@podresca.it](mailto:info@podresca.it)

Coordinatrice:

**Irene Tessarin**

Tel. 0432.1840509

Cell. 338.4052214

E-mail: [irene@podresca.it](mailto:irene@podresca.it)





Ricerca & Formazione

Borgo Podresca 1  
33040 Prepetto UDINE  
Segreteria dal Lunedì al Venerdì, ore 9.00-17.00  
Tel: 0432.713319  
E-mail: [info@podresca.it](mailto:info@podresca.it)  
[www.podresca.it](http://www.podresca.it)

innovazione nelle abilità umane