



PARENT TRAINING

Destinatari: *genitori*

Crescere un figlio può essere un'esperienza altamente stressante: è possibile che un genitore fatichi a comprenderne i bisogni o gli atteggiamenti, che si trovi in difficoltà nel fronteggiare alcuni suoi comportamenti problematici o ancora che viva tensioni all'interno della coppia a causa della difficoltà nella definizione di una linea di azione educativa condivisa con l'altro genitore.

Uno strumento attraverso il quale il genitore può affrontare le difficoltà che sperimenta nel quotidiano nel rapporto con i figli è il Parent Training (PT).

Il PT è un percorso che ha l'obiettivo aiutare il genitore a:

- 1. Comprendere** il significato di tutti quei comportamenti che procurano stress al bambino o all'adolescente e a chi lo circonda;
- 2. Identificare i meccanismi** che sostengono il mantenimento e la reiterazione dei comportamenti problematici;
- 3. Individuare strategie e tecniche concrete** per gestire, limitare ed infine far estinguere tali comportamenti;
- 4. Operare per il consolidamento di comportamenti positivi** sostitutivi, favorendo in tal modo il **benessere del figlio**, ma anche la **riduzione delle tensioni all'interno del sistema familiare** del quale fa parte.

Attraverso un percorso di PT il genitore ha l'opportunità di accrescere la consapevolezza rispetto alla propria pratica educativa, di affinare competenze e abilità già presenti, di svilupparne di nuove e di acquisire conoscenze rispetto alla psicologia dello sviluppo, incrementando gli strumenti a disposizione **per poter prevenire l'insorgenza di ulteriori comportamenti problema e per affrontare eventuali future criticità in modo autonomo.**

Il PT può essere applicato in situazioni educative ordinarie, ma prevede anche interventi specifici per i diversi Disturbi del neurosviluppo (ADHD, Disturbo oppositivo-provocatorio ecc), per i quali sono disponibili protocolli la cui efficacia è stata validata e documentata.