



UNIVERSITÀ DI PARMA

SENTIRSI IN EMERGENZA

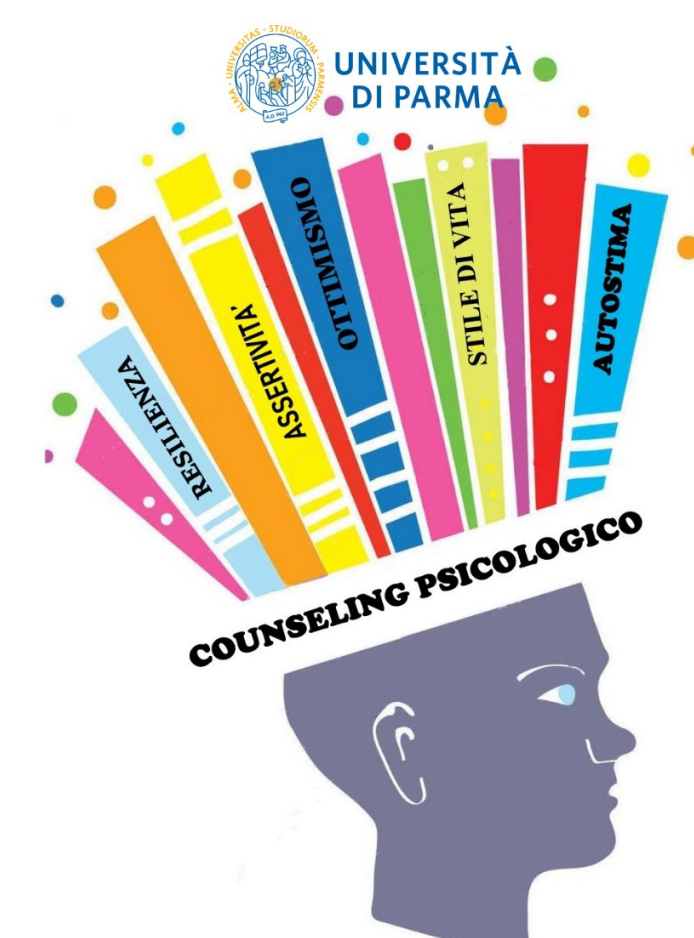
CICLO DI SEMINARI PER IL PERSONALE DOCENTE,
RICERCATORE E TECNICO-AMMINISTRATIVO

Progetto promosso dal CUG in collaborazione
con il Servizio di Counseling Psicologico

L'immobilità e la "segregazione" della pandemia hanno rappresentato un'esperienza sconosciuta, rispetto alla quale nessuno aveva schemi precostituiti a cui fare riferimento per affrontare la problematicità della situazione. Il Comitato Unico di Garanzia, in collaborazione con il Servizio di Counseling Psicologico, promuovono quattro seminari *online* riservati al personale docente, ricercatore e tecnico-amministrativo.



I Seminari, ad **accesso libero** e della durata di 1 ora, saranno tenuti al **giovedì dalle 17:30 alle 18:30 nel mese di marzo 2021**



(CON)VIVERE in un tempo di crisi: gestire conflitti e alleanze in famiglia

La pandemia in corso ha portato tutti noi a vivere un tempo di crisi imprevisto, preoccupante, stravolgente e ormai molto prolungato, un'esperienza unica per la sua drammaticità e complessità nel ciclo di vita di molte famiglie dei nostri tempi. Ogni sistema familiare è stato messo alla prova dalla convivenza forzata e dall'inevitabile riorganizzazione dei suoi spazi (fisici e simbolici), delle sue abitudini, del suo clima emotivo e dei suoi equilibri relazionali. Questa "transizione familiare imprevista" può essere stata un'occasione per riscoprire nuovi modi di stare insieme ma può, anche, aver fatto emergere tensioni o inasprire conflitti preesistenti. Da una parte la paura, la privazione di libertà e l'incertezza che possono farci sentire impotenti, generando angoscia, frustrazione e rabbia difficili da gestire, dall'altra parte il bisogno di rassicurazione, di condivisione e di calore che possono farci ancorare in modo diverso ai nostri legami familiari. Che effetti hanno avuto il confinamento e tutti i cambiamenti lavorativi, scolastici e sociali sulla gestione delle relazioni familiari? Perché durante i periodi di chiusura si litiga di più in famiglia? Come gestire l'aggressività anche nella coppia? Come comportarsi coi figli? Queste e ad altre domande verranno trattate nel webinar al fine di offrire spunti di riflessione sull'impatto che i cambiamenti "imposti" dalla pandemia hanno avuto sui sistemi familiari a livello emotivo, comunicativo e comportamentale. Non mancheranno indicazioni utili per continuare a (con)vivere tra conflitti e alleanze, abitudini e novità, doveri e piaceri in famiglia, senza perdere di vista la crescita evolutiva dei singoli e del sistema famiglia.

Dott.ssa
**Sara
Aschieri**
psicologa e counselor

**18
marzo**

