



**LA NOSTRA  
FAMiGLIA**

CURA RIABILITAZIONE E RICERCA  
DALLA PARTE DEI BAMBINI

Con il contributo di



Con il patrocinio di



# SPAZIO SIBLINGS

**La voce e le emozioni dei fratellini:  
un progetto di ascolto**

**Associazione La Nostra Famiglia  
SESTO SAN GIOVANNI (MI)**

# SPAZIO SIBLINGS

È un progetto di ascolto per bambini di età compresa fra i 6 e gli 11 anni, per consentire loro di diventare più consapevoli delle proprie emozioni nei confronti dei propri fratelli con disabilità.

Grazie ad incontri di gruppo e in un contesto protetto, i bambini potranno vivere un'esperienza divertente, incontrare altri fratelli o sorelle e imparare che non sono soli nella loro esperienza.

Il percorso di gruppo (massimo 8 partecipanti) prevede 8 incontri: uno iniziale e uno finale con i genitori e i 6 centrali con i bambini.

**Il percorso di gruppo è condotto da una psicologa e da una terapeuta della neuro e psicomotricità dell'età evolutiva.**

## OBIETTIVI

---

### **Saper "dire" cosa provano.**

Il primo obiettivo è quello di dare un nome alle emozioni che si provano, anche a quelle negative. Grazie alla parola è infatti possibile aiutare i bambini a dare una forma ad amore e lealtà ma anche a rabbia, paura, tristezza, gelosia, colpa... Così, ciò che inizialmente è spaventoso diventa più conosciuto e meglio definibile, quindi anche meglio gestibile nella vita di tutti i giorni.

"Studi specifici indicano che l'atto di dare un nome alle emozioni ha di per sé un effetto rassereneante sul sistema nervoso, e aiuta i ragazzi a recuperare più in fretta dalle situazioni di turbamento." (Gottman, 2015).

Per raggiungere questo obiettivo, i bambini saranno anche condotti a realizzare un oggetto rappresentativo di quello che provano verso i propri fratelli o verso i propri genitori: un disegno, uno scritto, un collage, un oggetto.... che poi potranno, se lo vorranno, donare ai loro fratelli e ai loro genitori

Dare un nome alle emozioni aiuta i ragazzi a riprendersi più in fretta dalle situazioni di turbamento.

## Saper gestire quello che provano.

Nei bambini emozioni e azioni non si differenziano, per cui spesso sentono l'emozione e agiscono (per esempio provo rabbia e quindi picchio).

Il percorso di gruppo, condotto da una psicologa e da una terapeuta della neuro e psicomotricità dell'età evolutiva, consentirà ai bambini non solo di dare un nome a quello che vivono ma anche di capire che è possibile trovare modalità più utili, per sé e per gli altri, per esprimere le emozioni che stanno vivendo senza sentirsi in colpa e senza il timore di essere sgridati.

Per raggiungere questo obiettivo si proporrà ai bambini di identificare la modalità per loro più adatta per esprimere ciò che provano.



Uno spazio di ascolto  
per i bambini  
dai 6 agli 11 anni.



## A CHI CI RIVOLGIAMO

---

Bambini di età compresa fra i 6 e gli 11 anni che hanno un fratello o una sorella con disabilità residenti sul territorio comunale di Sesto San Giovanni oppure che frequentano il Centro di Riabilitazione La Nostra Famiglia di Sesto San Giovanni.

Insieme, sono destinatari del progetto anche i loro genitori.

## DOVE E QUANDO

---

SPAZIO SIBLINGS è organizzato da La Nostra Famiglia con il contributo di Fondazione Nord Milano.

Gli incontri si tengono presso la sede dell'Associazione a Sesto San Giovanni il lunedì alle ore 16.45 (durata 1h) a partire dal 27 novembre 2023 fino a fine gennaio 2024.



Per informazioni

**Associazione La Nostra Famiglia**

Viale Rimembranze, 12 - **Sesto San Giovanni (MI)**

Tel. 02-2428594 - mail [SESTOSG@LANOSTRAFAMIGLIA.IT](mailto:SESTOSG@LANOSTRAFAMIGLIA.IT)