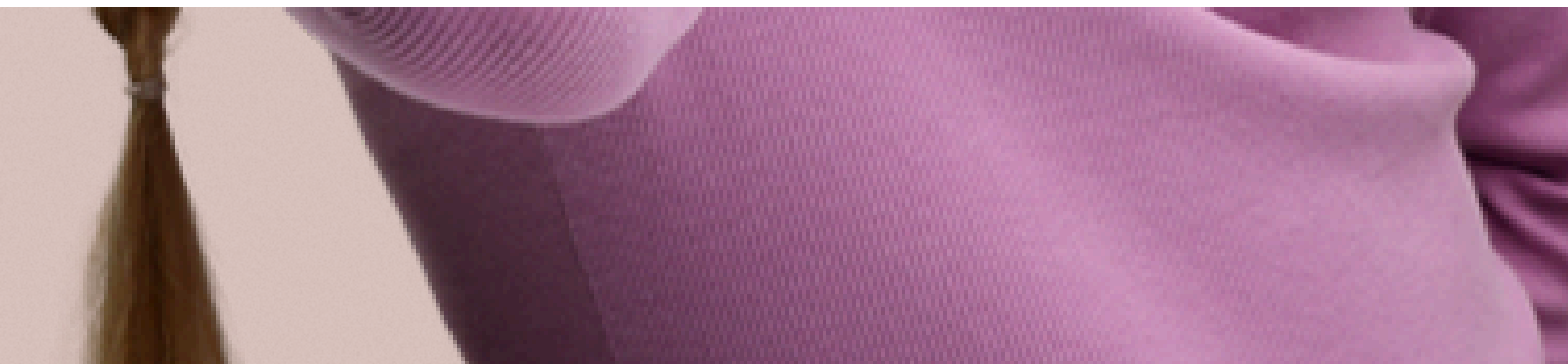




WORKBOOK

Come farti ascoltare da tuo figlio senza punizioni né urla

Giada Zurlo @Genitori Diversi



Se ogni giorno ti sembra di dover scegliere tra **punire** o **lasciar correre**, sei nel posto giusto!

In questa masterclass ti mostrerò un'**alternativa concreta** – uno strumento semplice e quasi mai usato – che aiuta i figli a capire che **le azioni hanno conseguenze...** senza urla, senza ricatti, senza sensi di colpa.

Se è la prima volta che ci incontriamo: sono Giada, fondatrice di Genitori Diversi, educatrice certificata di **Disciplina Positiva** per genitori, e mamma di tre.

Sono stata intervistata da **Donna Moderna** e **Starbene**, e collaboro con la rivista **Bambini & Genitori** accanto a professionisti come Paolo Crepet e Maria Rita Parsi, scrivendo di genitorialità consapevole.

Con i miei corsi ho già supportato **oltre 500 famiglie** a trasformare la quotidianità... anche nei momenti più sfidanti.

Alla fine di questa masterclass scoprirai che puoi avere gioia e complicità con tuo figlio e, allo stesso tempo, essere la sua guida sicura—senza complicarti la vita e senza prosciugare le energie.



Checklist

pre-masterclass

Completa la checklist qui sotto prima della lezione così da essere pronto/a al 100% e non perderti la diretta!

- Aggiungi la masterclass al tuo calendario [QUI](#)
- Collegati (almeno) 5 minuti prima dell'inizio della masterclass per prendere il tuo posto
- Invita il tuo partner e/o un amico/a a guardare la masterclass con te [QUI](#)
- Stampa questo workbook per prendere appunti durante la lezione
- Scrivimi un DM su [IG](#) per farmi sapere che sei pronto/a



La rivelazione

L'unico modo per _____ il comportamento dei propri figli è _____ il proprio atteggiamento di genitori

La reale causa dei comportamenti

Sotto ogni comportamento c'è quasi sempre il tentativo di _____ un bisogno.

I due bisogni che guidano la maggior parte di ciò che fanno i bambini sono: _____ e _____ .



_____ positiva e
_____ emotiva
col genitore



Senso di _____,
autonomia,
_____ sul proprio mondo.

APPUNTI

Quando si verifica un comportamento indesiderato, significa che il bambino cerca di ottenere attenzione o potere nel modo _____ .

I bambini continuano i comportamenti che _____ per loro.

Se vuoi veramente cambiare il comportamento nel lungo termine...

devi correggere la _____ : l' _____ sbagliato.

La verità (dura ma liberatoria) sul potere

Gli esseri umani nascono con il _____ .

Questo significa che NON possiamo _____ i nostri figli a comportarsi bene.

Se cooperare o meno, ascoltare o meno, comportarsi bene o meno...

alla fine è sempre una loro _____ .

Perché punizioni e premi NON funzionano

Le punizioni si basano su 3 elementi: _____ , _____ , e _____ .

Il bambino va in difensiva: non può esserci _____ .

I premi _____ la motivazione _____ a ripetere il comportamento desiderato.

Punizioni e premi sono strategie di _____ : si basano sul tentativo di far obbedire tuo figlio e, in pratica, di _____ a collaborare.

Perché queste strategie ti hanno reso la vita difficile (finora!)

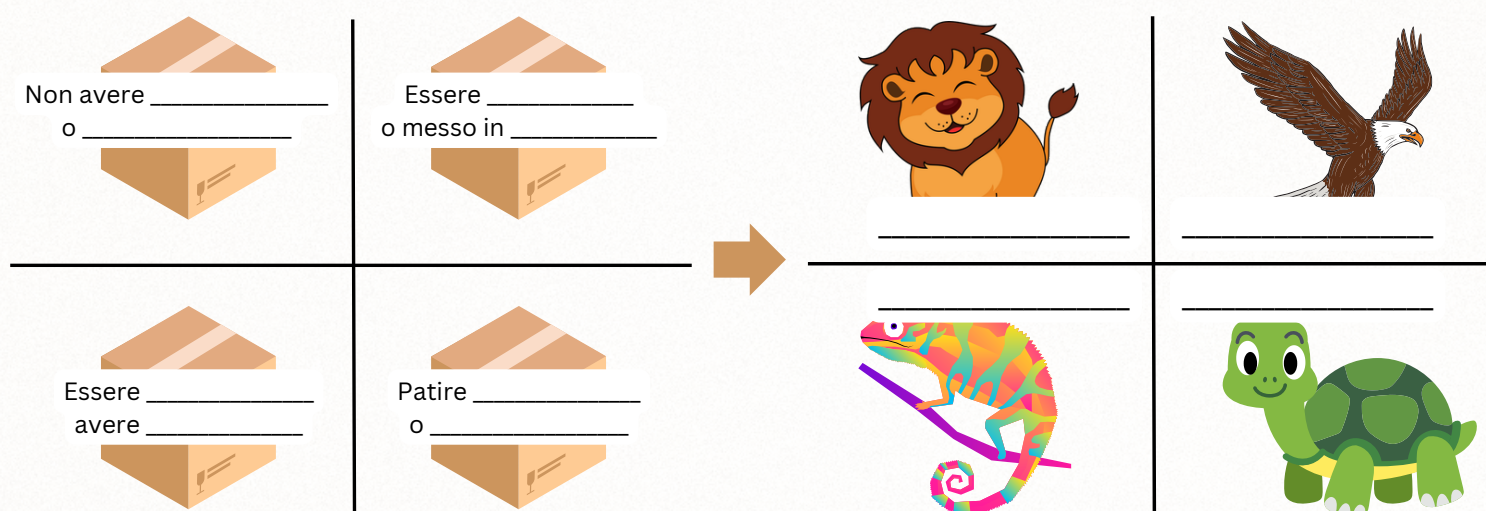
Sono difettose alla radice: vanno contro il bisogno di _____ di tuo figlio, contro il modo in cui è fatto biologicamente.

Non è colpa tua e non è colpa di tuo figlio.

Stavi semplicemente utilizzando gli strumenti sbagliati.

APPUNTI

Gli stili genitoriali



I comportamenti negativi non sono mai solo un problema del figlio. Noi genitori contribuiamo.

Se smettiamo di fare quelle cose che li innescano, abbiamo già risolto il 50% dei problemi.

Osserva i comportamenti

Prima di imparare come sostituire punizioni e premi, fermati un momento ad osservare quali comportamenti emergono più spesso in tuo figlio.

Ricorda:

Il comportamento è solo il sintomo.

Ci sta dicendo qualcosa di importante.

Seleziona quelli che vedi più frequentemente:

- Opposizione / sfida
- Lamentele
- Pianti “per niente”
- Dice “no” a tutto
- Ti ignora
- Trascina all’infinito routine (pigiamama, lavarsi i denti, uscire...)
- Fa il contrario di ciò che chiedi
- Aggressività (spinge, morde, colpisce)
- Si lamenta per farsi aiutare
- Si finge “incapace” di fare le cose
- Altro: _____

Riflessione:

Cosa noti più spesso?

Quando accade di solito?

Come ti fa sentire?

Rifletti sul tuo stile genitoriale

Ogni genitore tende, senza volerlo, verso uno dei 4 atteggiamenti:

Superiorità – Controllo – Compiacenza – Tranquillità

Il tuo stile influenza il modo in cui tuo figlio si comporta.

Tu quale riconosci in te più spesso?

- Superiorità (leone)
- Controllo (aquila)
- Compiacenza (camaleonte)
- Tranquillità (tartaruga)

In quali situazioni emerge?

In che modo pensi che influenzi i comportamenti di tuo figlio?

Non si tratta di giudicarti, ma di capire da dove partire. Piccoli aggiustamenti nel tuo stile possono portare grandi cambiamenti nei comportamenti di tuo figlio.

Ora che hai osservato i comportamenti e riflettuto su come anche il tuo stile può influenzarli, vediamo come puoi intervenire concretamente attraverso le conseguenze educative.

Le conseguenze educative

Sono risposte dell'adulto a un comportamento inappropriato per aiutare il bambino a collegare azione → risultato in modo rispettoso.

Le conseguenze NON servono a:

- ✗ Punire
- ✗ Ferire
- ✗ Umiliare
- ✗ Far “pagare” il comportamento
- ✗ Convincere il bambino a cambiare subito

Questi approcci generano:

paura
vergogna
rabbia
chiusura

E quando i bambini si chiudono...
non apprendono.

Le conseguenze servono a:

Responsabilizzare
Mostrare come funziona la realtà
Aiutare il bambino a fare scelte migliori
Favorire l'apprendimento
Proteggere la relazione

Non cambia chi “obbedisce e basta”,
ma chi capisce, si sente rispettato e impara a fare scelte migliori.

Se questa masterclass ti è stata utile...

immagina cosa puoi fare quando hai:

Cassetta degli strumenti completa

Dentro all'Accademia impari tutti i **37 strumenti** (le conseguenze sono solo 1): come rispondere e soprattutto prevenire i comportamenti.

Nel percorso lavoriamo anche su di te: stili genitoriali (superiorità, controllo, compiacenza, tranquillità) con esercizi per trasformare i punti deboli in **autorevolezza calma**.

Obiettivi sbagliati, davvero compresi

Non solo una panoramica: capirai in profondità i 4 obiettivi sbagliati, come **riconoscerli al volo e correggerli**.

Vedrai anche come il tuo stile può alimentarli... e come cambiarlo per spegnerli alla radice.

Soluzioni ai problemi concreti

Lezioni approfondite su problemi come pasti, sonno, compiti, gelosie e litigi...

Non solo teoria: **cosa dire, cosa fare, perché funziona**.

Il vero salto di livello: la **pratica LIVE**

4 sessioni in cui:

- lavoriamo su **casi reali**
- applichi gli strumenti passo passo
- impari un **modello di problem solving**
- vedi tante soluzioni a uno stesso problema
- vivi **attività esperienziali** per “sentire” davvero il cambio

Così passi dalla teoria → alla pratica → all'autonomia.

Non ti limiti a “capire”. Diventi capace di farlo.

TI ASPETTO IN ACCADEMIA!