

Parent Time

Sportello di ascolto per neomamme e neopapà

Lo sportello di ascolto **Parent Time** è un servizio che offre **colloqui psicologici gratuiti per neomamme e neopapà** per supportarli durante la fase della transazione alla genitorialità, un periodo che può essere di particolare stress e vulnerabilità. Nell'**attuale situazione pandemica**, ansia e stress tendono ulteriormente ad acuirsi nei **neogenitori**, spesso aumentando il senso di isolamento e i sentimenti di preoccupazione.

L'obiettivo dello sportello è quello di fornire ai neogenitori **uno spazio di ascolto e di riflessione per migliorare il benessere personale e familiare e la relazione con il proprio figlio** e fornire strumenti e strategie per affrontare le difficoltà.

Il servizio è rivolto a **futuri genitori** durante la gravidanza e **neomamme e neopapà** nei primi due anni di vita del bambino.

Lo sportello è attivo tramite appuntamento. I **colloqui** verranno effettuati **online** tramite **GOOGLE MEET** da psicologi professionisti esperti sui temi della genitorialità.

Verrà fornito uno spazio di ascolto e di supporto durante la gravidanza e nei primi due anni di vita rispetto alle seguenti tematiche:

- gestione dello stress genitoriale
- ansia e paure rispetto al bambino, difficoltà nella relazione con lui
- difficoltà ad accudire il bambino e a gestire eventuali comportamenti problematici
- conflittualità familiare
- sentimenti di isolamento e percezione di essere poco supportati a livello familiare e sociale
- problematiche relative alla situazione pandemica e post-pandemica.

Sono previsti da 1 a un massimo di 3 colloqui, con la possibilità di attivare un altro ciclo di incontri a un mese dalla conclusione del primo ciclo.

Per maggiori informazioni e per prenotare un colloquio scrivere a: sportello.ParentTime@gmail.com

A cura di: prof.ssa Cristina Riva Crugnola e dr.ssa Elena Ierardi, Dipartimento di Psicologia, Università di Milano-Bicocca