



CRESCERE INSIEME

sonno ed emozioni
nei primi anni di vita

**CORSO PER NEO GENITORI E
GENITORI IN ATTESA**

A cura di **Susanna Fiscaletti**
(Psicologa Psicoterapeuta)



Quando: 3 incontri di giovedì, dalle 10:30 alle 12:00

Il sonno dei bambini da 0 a 4 anni

6 marzo 2025

Che cosa conosciamo del sonno?

Che cos'è il sonno.

Differenza tra sonno adulti e sonno bambini (la fisiologia del sonno).

Funzioni del sonno, rischi e benefici relativi alla qualità del sonno (adulti e bambini).

Le variabili che influenzano il sonno dei bambini.

Confronto e domande.

13 marzo 2025

Quando dormire è un problema?

Scatti di crescita, tappe di sviluppo.

Come insegnare a dormire: da etero-regolazione a auto-regolazione.

Sonno e attaccamento.

Confronto e domande.

La competenza emotiva

20 marzo 2025

Che cos'è la competenza emotiva Il mondo dei bambini ed il mondo degli adulti.

Genitori si nasce?

Le basi di una relazione affettiva.

Rapporti e ruoli in famiglia.

I 6 passaggi per aiutare un bambino a strutturare la propria competenza emotiva.

Posti: massimo 10

Iscrizioni: 0721 887834 o memoinfo@comune.fano.pu.it

Tutti gli appuntamenti di "Imparare alla Memo" sono gratuiti e riservati agli utenti iscritti al Sistema Bibliotecario di Fano. Anche l'iscrizione alla biblioteca è gratuita, basta avere con sé un documento d'identità valido.