



PERCORSO A

Percorso di educazione emotiva per le classi IV "L'ARCOBALENO DELLE EMOZIONI"

La proposta di realizzare un percorso formativo centrato sul tema delle emozioni nasce dalla riflessione sull'importanza di educare i ragazzi alla gestione emotiva, per facilitare lo sviluppo di maggiori capacità di autoregolazione, essenziale per il benessere personale e per la costruzione di buone relazioni interpersonali.

La consapevolezza dei propri vissuti emotivi, la capacità di riconoscere e nominare le emozioni e di esprimerle in modo funzionale sono passaggi essenziali del processo di alfabetizzazione emotiva, competenza fondamentale per il benessere di ciascun individuo.

Tale competenza consente inoltre di costruire scambi relazionali più rispettosi ed efficaci; vivere buone relazioni è condizione importante per sviluppare una buona stima di sé, scoprire il valore proprio e dell'altro, vivere le differenze interpersonali come fonte di ricchezza e occasione di crescita.

Obiettivi

1. favorire la conoscenza e l'accettazione di sé e delle proprie emozioni;
2. riconoscere il valore di ciascun individuo, unico e irripetibile, e la ricchezza delle differenze interpersonali;
3. offrire spunti di riflessione per una maggior competenza emotiva (riconoscere, nominare, esprimere e gestire le emozioni);
4. facilitare l'acquisizione di strategie funzionali e rispettose per comunicare emozioni e bisogni nella relazione con l'altro;

Destinatari

- Bambini delle classi IV
- Insegnanti
- genitori

Metodologia

La metodologia sarà quella attiva, finalizzata a far vivere ai bambini un percorso esperienziale nel quale poter stare a contatto con se stessi e in ascolto rispettoso di sé e dell'altro. Verranno utilizzate attivazioni che intercettano vari canali: sensoriale, corporeo, emotivo e cognitivo, al fine di offrire un'esperienza ricca e integrata delle varie dimensioni della persona.

Si ritiene utile poter svolgere il percorso in palestra o in un'aula differente dalla classe, al fine di garantire una piena espressione corporea di ogni bambino.



AGAPE Società Cooperativa Sociale
Via Casnida, 19 - 24047 Treviglio (BG)
tel 0363.46480; fax 0363.344894
segreteria@centrofamiglia.org
P.IVA 02911360168



CERTIFICAZIONE UNI EN ISO 9001:2015
N. 22182/10/S DEL 25/10/2010

Struttura del percorso

- **1 incontro** di presentazione del progetto e di condivisione degli obiettivi generali e intermedi e delle attività con gli insegnanti delle singole classi
- **1 incontro** di presentazione del progetto con i genitori
- **4 incontri** con il gruppo classe a cadenza settimanale della durata di 2 ore circa
- **1 incontro** di confronto, verifica e restituzione con gli insegnanti delle singole classi
- **1 incontro** di restituzione del percorso con i genitori

Tematiche

Le tematiche del percorso, così come obiettivi e attivazioni per ciascuna, verranno condivise e concordate con gli insegnanti, al fine di costruire un percorso che risponda al meglio sia alle caratteristiche ed esigenze evolutive del gruppo-classe, sia alle sue specifiche dinamiche relazionali.

Le macroaree tematiche che possono essere articolate in un progetto sono:

- ✓ *Identità e stima di sé*
- ✓ *Le emozioni: ascoltare e riconoscere ciò che provo*
- ✓ *La gestione delle emozioni: come esprimerle e cosa fare “quando mi sento...”*
- ✓ *L’empatia: sapersi mettere “nei panni dell’altro” per “sentire con lui”*
- ✓ *Strategie relazionali: rispetto di sé e dell’altro, stile comunicativo, cooperazione*
- ✓ *Le relazioni nel gruppo classe*



PERCORSO B

Percorso di educazione sessuale e relazionale-affettiva per le classi V "MI GUARDO DENTRO, MI GUARDO FUORI E MI SCOPRO SPECIALE"

La proposta di realizzare un percorso formativo centrato sulle tematiche della sessualità ed affettività nasce dalla riflessione sulla centralità della sessualità nello sviluppo della personalità. Questa dimensione interessa tutti gli aspetti della persona, dall'identità corporea nella sua dimensione sessuale all'identità psicologica e sociale.

Come Consultorio siamo consapevoli che l'educazione affettivo-sessuale non si esaurisce nella sola informazione circa le dimensioni biologiche e riproduttive, ma essa tende ad armonizzare ciò con gli elementi delle relazioni interpersonali, gli aspetti psicologici individuali, la progettualità esistenziale di ogni persona e i vissuti emozionali ed affettivi connessi alla sessualità.

Il nostro intervento intende collocarsi in un'ottica di integrazione e di complementarietà con la famiglia, ambito privilegiato nella quale l'educazione affettiva si realizza. Con la scuola, nella quale l'esplicitarsi di una relazione educativa costante e prolungata nel tempo tra allievo e insegnante è la premessa per il consolidarsi dell'incontro tra educazione e sessualità.

Obiettivo generale

Il percorso ha come obiettivo generale quello di aiutare i bambini a conoscere il proprio corpo al fine di valorizzarlo, imparando a prendersene cura e a rispettarlo; a rafforzare la fiducia e la stima in se stessi; ad esprimere, riconoscere, prendere consapevolezza delle emozioni sperimentate; a stare in relazione con l'altro nel rispetto del suo corpo e delle sue emozioni; a cogliere le differenze tra l'essere maschi e femmine e gli specifici aspetti di valore.

Destinatari

- Bambini delle classi V
- Insegnanti
- genitori

Metodologia

La metodologia sarà quella attiva, finalizzata a far vivere ai bambini un percorso esperienziale che crediamo possa essere una valida modalità al fine di creare sia uno spazio di sperimentazione di sé, come essere sessuato, sia un contesto di ascolto.

Il percorso, inoltre, dovrebbe svolgersi preferibilmente in palestra o in un'aula differente dalla classe, al fine di garantire una piena espressione corporea di ogni bambino.

In particolare, poi, la peculiare relazione adulto-bambino che verrà instaurata attraverso la partecipazione alle attività da parte degli operatori, è finalizzata a rendere ogni bambino protagonista degli incontri perché si senta di conseguenza ascoltato, compreso e accettato.



AGAPE Società Cooperativa Sociale
Via Casnida, 19 - 24047 Treviglio (BG)
tel 0363.46480; fax 0363.344894
segreteria@centrofamiglia.org
P.IVA 02911360168



CERTIFICAZIONE UNI EN ISO 9001:2015
N. 22182/10/S DEL 25/10/2010

Struttura del percorso

- **1 incontro** di presentazione del progetto e di condivisione degli obiettivi generali e intermedi e delle attività con gli insegnanti delle singole classi
- **1 incontro** di presentazione del progetto con i genitori
- **4 incontri** con il gruppo classe a cadenza settimanale della durata di 2 ore circa
- **1 incontro** di confronto, verifica e restituzione con gli insegnanti delle singole classi
- **1 incontro** di restituzione del percorso con i genitori

Modulo opzionale +2 “Le relazioni e i social”

È possibile attivare in coda ai 4 incontri il modulo +2, che è composto da due ulteriori incontri da 2 ore, di approfondimento sulle relazioni, l'uso dei social networks e di youtube. Tale modulo non rientra nella gratuità erogabile pertanto è attivabile solo a pagamento. Per informazioni scrivere a: emanuele.bellani@onlineagape.org.

Il modulo +2 è attivabile a pagamento al costo orario di 50 euro + iva 5%

Tematiche

Le tematiche del percorso, così come obiettivi e attivazioni per ciascuna, verranno condivise e concordate con gli insegnanti, al fine di costruire un percorso che risponda al meglio sia alle caratteristiche ed esigenze evolutive del gruppo-classe, sia alle sue specifiche dinamiche interrelazionali e intrarelazionali.

Le macroaree tematiche che possono essere articolate in un progetto sono:

- ✓ *Ciclo evolutivo della vita, fasi di crescita*
- ✓ *Anatomia e fisiologia della sessualità maschile e femminile*
- ✓ *Preadolescenza e cambiamento: le trasformazioni del corpo e i vissuti emotivi*
- ✓ *Corpi in relazione: dal rispetto di sé al rispetto dell'altro*
- ✓ *Il confronto e la relazione tra maschi e femmine, tra difficoltà e risorse*
- ✓ *Le relazioni di amicizia*
- ✓ *Le relazioni nel gruppo classe*

Le tematiche dell'eventuale modulo +2 “Le relazioni e i social networks” sono le seguenti:

- ✓ *Internet e social networks: farne buon uso nel rispetto e nella tutela di sé*
- ✓ *Youtube e accesso ai principali social: potenzialità e rischi a questa età*
- ✓ *Le relazioni sui social: come comunicare bene*



PERCORSO C

Percorso di educazione emotiva “Alla scoperta delle emozioni” per bambini dell’ultimo anno scuola infanzia e I anno della scuola primaria

Negli ultimi quattro anni il nostro consultorio è stato impegnato nella realizzazione di alcuni interventi sull’educazione emotiva per i bambini della scuola dell’infanzia e dei primi anni della scuola primaria. Quest’azione progettuale denominata “*Word Launching*” era collocata all’interno del progetto “SUPER(KALI)FRAGILISTI: rafforzare i legami deboli e le reti di solidarietà per sostenere le relazioni” finanziato tramite bando nazionale dalla Fondazione Con i Bambini.

Il Word Launching è una metodologia validata in ambito internazionale e in ambito nazionale dall’Università Milano Bicocca. La finalità del percorso consiste, attraverso l’uso di libri adatti all’età dei destinatari, nel mettere a fuoco il tema delle emozioni per rafforzare il lessico emotivo e quindi il riconoscimento, da parte dei bambini, dei propri stati interni e quindi delle proprie emozioni.

Obiettivo generale

L’obiettivo generale del percorso di educazione emotiva, derivato dal progetto Word Launching, consiste nel favorire uno sviluppo di una migliore competenza emotiva, essenziale per il benessere personale e per la costruzione di buone relazioni interpersonali. Nello specifico il percorso ha come obiettivo quello di incrementare la padronanza del linguaggio degli stati interni, o lessico psicologico, per rafforzare la capacità dei bambini di comprendere gli stati mentali. Per «lessico psicologico» si intende un tipo di linguaggio composto da termini che si riferiscono a stati interni come desideri, emozioni, pensieri, ricordi e intenzioni.

Destinatari

- Bambini dell’ultimo anno della scuola dell’infanzia e del primo anno della scuola primaria
- Insegnanti
- genitori

Metodologia

La metodologia prevede un percorso laboratoriale finalizzato a stimolare i bambini a usare il lessico psicologico per favorire la comprensione degli stati interni propri e altrui, competenza cruciale nella relazione con gli altri. Ogni incontro della durata di 1 ora è suddiviso in 3 fasi:

- Predisposizione di spazi, tempi e modi di lavoro;
- Lettura della storia;
- Attivazioni sull’uso del lessico psicologico;

Struttura del percorso

- **1 incontro** di presentazione del progetto e di condivisione degli obiettivi generali e intermedi e delle attività con gli insegnanti delle singole classi
- **1 incontro** di presentazione del progetto con i genitori



AGAPE Società Cooperativa Sociale
Via Casnida, 19 - 24047 Treviglio (BG)
tel 0363.46480; fax 0363.344894
segreteria@centrofamiglia.org
P.IVA 02911360168



CERTIFICAZIONE UNI EN ISO 9001:2015
N. 22182/10/S DEL 25/10/2010

- **6 incontri** con il gruppo classe a cadenza settimanale della durata di 1 ora
- **1 incontro** di confronto, verifica e restituzione con gli insegnanti delle singole classi
- **1 incontro** di restituzione del percorso con i genitori

Tematiche

Le tematiche del percorso così come le emozioni su cui riflettere possono essere concordate con gli insegnanti dei diversi gruppi classe.

Le tematiche che il percorso affronta sono le seguenti:

- ✓ *Emozioni di base (felicità, tristezza, rabbia e paura);*
- ✓ *Lessico emotivo e psicologico;*
- ✓ *Attivazione fisiologica correlata alle emozioni;*
- ✓ *Espressione e riconoscimento delle proprie emozioni;*
- ✓ *Riconoscimento delle emozioni altrui;*
- ✓ *Antecedenti e conseguenti delle emozioni.*

Costi

I costi del percorso sono così riassumibili:

- Presentazione e restituzione a insegnanti e genitori (costo € 35 x 4 ore= 140 €)
- Incontro per ogni singola classe/gruppo (costo € 50 x 6 ore =300 €)

All'importo totale va aggiunto IVA al 5% previsto per le attività formative con minori.

(es. per un percorso attivato con tre classi/gruppi il costo totale è: 140 € + 900 € (300 € x 3 classi) = 1.040 € + iva 5%.)