

Perché «Uno spazio per essere»:

- ▶ inserirsi nella società con autonomia, responsabilità, adattamento alle incertezze del futuro
- ▶ imparare a vivere civilmente e a comunicare, con i coetanei e gli adulti
- ▶ rendere la scuola anche luogo di «relazione» e «incontro»
- ▶ affrontare e risolvere problematiche



diffondere il BENESSERE PSICOLOGICO nell'ambiente scolastico

OMS: « la salute mentale è uno stato di benessere emotivo e psicologico nel quale l'individuo è in grado di sfruttare le sue capacità cognitive o emozionali, esercitare la propria funzione all'interno della società, rispondere alle esigenze quotidiane della vita di ogni giorno, stabilire relazioni soddisfacenti e mature con gli altri, partecipare costruttivamente ai mutamenti dell'ambiente, adattarsi alle condizioni esterne e ai conflitti interni.»

OBIETTIVI SPECIFICI:

- ▶ aiutare lo studente in difficoltà a focalizzare l'area del problema e a trovare possibili opzioni per il suo superamento;
- ▶ collaborare con gli insegnanti fornendo strumenti per il sostegno specifico orientati ai reali bisogni dei ragazzi, del gruppo-classe, dello stesso docente;
- ▶ raccolta di dati quantitativi e qualitativi dei punti di forza e di criticità dell'Istituto.
- ▶ attivare processi innovativi atti a promuovere il benessere psicofisico ed a potenziare il successo scolastico
- ▶ promuovere lo sviluppo delle competenze riflessive e psico-sociali degli studenti, necessarie per conseguire autonomia e responsabilità nel percorso scolastico → saper fare fronte efficacemente alle richieste e alle sfide della vita quotidiana

ATTIVITA'

▶ Sportello d'ascolto psicologico:

- ▶ offrirà a tutti l'opportunità di usufruire della consulenza psicologica all'interno dell'istituto → lo sportello come punto di riferimento e spazio che offra accoglienza e ascolto e che come tale non si occupi solo del disagio, ma anche dell'aumento delle risorse e delle competenze personali dei ragazzi, aiutandoli ad attenuare i pregiudizi rispetto alla richiesta di aiuto.
- ▶ diventa un'occasione:
 - per i ragazzi: di ascolto, di accoglienza, di sostegno, di orientamento, di informazione, di gestione e risoluzione di problemi/conflitti;
 - per i genitori: di confronto sulle problematiche dei figli a scuola (colloqui di consulenza e/o incontri di gruppo) → miglioramento delle abilità comunicative e relazionali con i figli;
 - per gli insegnanti: di apprendimento di nuovi strumenti per la conoscenza e la valutazione degli alunni e per il confronto con i colleghi → miglioramento abilità relazionali e di collaborazione con gli alunni e i colleghi

▶ Attività in gruppo classe:

- ▶ per creare il gruppo, per abituare i ragazzi al confronto e al rispetto dell'altro, per individuare eventuali criticità e dare un sostegno agli insegnanti
- ▶ permetteranno agli alunni di:
 - sapere esprimere e riconoscere le emozioni proprie e altrui
 - essere consapevoli dei canali attraverso i quali le emozioni vengono espresse e comunicate agli altri
 - sviluppare la capacità di mettere in atto strategie di regolazione delle emozioni
 - favorire il confronto con l'Altro e il lavoro di gruppo
 - accrescimento della consapevolezza di sé e dell'altro
 - potenziamento dell'autostima
 - potenziamento dell'eterostima

I/II anno Scuola Elementare

INCONTRI	TEMATICHE TRATTATE	CONTENUTI
MODULO 1	Presentazione	<ul style="list-style-type: none"> • Presentazione del progetto e del personaggio C • Creazione cartellina
MODULO 2	Parole e gesti che fanno bene e altri che non fanno bene	<ul style="list-style-type: none"> • Calimero guardia forestale • Piume dure e piume morbide
MODULO 3	Le sensazioni	<ul style="list-style-type: none"> • Torna Calimero • I cuccioli nella grotta
MODULO 4	I sentimenti	<ul style="list-style-type: none"> • Io a quale cucciolo assomiglio? • I sentimenti dei cuccioli nella grotta • Assegnare i sentimenti
MODULO 5	I sentimenti positivi	<ul style="list-style-type: none"> • Scopriamo i sentimenti che aiutano • Le parole che aiutano
MODULO 6	Sperimentare i sentimenti positivi	<ul style="list-style-type: none"> • Canto di gioia mimato • Le mani gelate • Le radici dell'albero • Sentimenti e qualità: è bello sentirli • Sentimenti e qualità: è bello riceverli
MODULO 7	Avvio della conclusione del percorso	<ul style="list-style-type: none"> • Fantasia guidata nel bosco della felicità • Drammatizzazione della fiaba di Calimero
MODULO 8	Conclusione	<ul style="list-style-type: none"> • Il disegno fantastico • Valutazione del percorso fatto • Gioco finale

Il ciclo Scuola elementare

INCONTRI	TEMATICHE TRATTATE	CONTENUTI
MODULO 1	Immagine di sé	<ul style="list-style-type: none"> • Conoscersi a vicenda • Esprimere i propri gusti: cartellina • Conoscersi con le immagini: photolanguage
MODULO 2	Immagine di sé	<ul style="list-style-type: none"> • Raccontarsi con le immagini: collage
MODULI 3/4/5/6/7	Autostima	<ul style="list-style-type: none"> • Un avvenimento positivo • Gioco di fiducia: l'aereo di controllo • L'oggetto preferito • Momenti in cui sto veramente bene • Il tempo libero • Se fossi... • I miei desideri • Il bello che gli altri vedono in me • La gioia di vivere
MODULI 8/9/10	Corporeità	<ul style="list-style-type: none"> • La carta geografica del mio corpo • Io e il mio corpo • Un gesto per ringraziare • Il gioco del rilassamento • Una paura e un desiderio
MODULI 11/12	Ascolto attivo	<ul style="list-style-type: none"> • La mia capacità di ascolto verso gli altri • L'ascolto attivo • La storia di Ivan • L'ascolto dei sentimenti- emozioni attraverso la musica e la natura
MODULO 13	Ascolto e comunicazione	<ul style="list-style-type: none"> • La comunicazione non verbale: l'isola di Creta
MODULO 14	Verifica	<ul style="list-style-type: none"> • Bilancio conclusivo
MODULO 15	Verifica e feedback finali	<ul style="list-style-type: none"> • Cartellone finale • Conclusione

Scuola Media Inferiore

INCONTRI	TEMATICHE TRATTATE	CONTENUTI
Moduli 1/2/3	Immagine	<ul style="list-style-type: none"> • Presentazione: le carte «Chi sono io?» • «cosa mi aspetto da questo corso?» • Photolanguage • Raccontarsi con le immagini: il lavoro con il collage • Giù la maschera • L'immagine come si è costruita e si costruisce
Modulo 4/5	Emozioni e bisogni	<ul style="list-style-type: none"> • Gioco delle carte «come mi sento» • Come ti senti o ti sei sentito • Il mercato delle emozioni • Il gioco dei bisogni • Le carte-stimolo emozionando • Conoscersi attraverso la musica
Modulo 6	Potenzialità o qualità personali	<ul style="list-style-type: none"> • Cosa dicono gli altri di me • Le 20 potenzialità • I 4 aspetti e/o qualità in cui mi riconosco veramente
Modulo 7	Il positivo che scoprono gli altri in me	<ul style="list-style-type: none"> • Le carte stimodolo «Come mi sento quando» • Gioco «il positivo che gli altri vedono in me»
Moduli 8/9	Io e il mio corpo	<ul style="list-style-type: none"> • Le carte del corpo • Rilassamento guidato • Trasformazioni nella pubertà • Le carte del gruppo • 10 passi nel gruppo classe • Il rapporto con il gruppo classe e gli amici
Moduli 10/11	La comunicazione	<ul style="list-style-type: none"> • Raccontare e ascoltare • Il gioco dell'oca sull'autobiografia • Saper ascoltare: mettersi nei panni degli altri • Saper ascoltare i sentimenti • Dare messaggi chiari: il Tu e l'io
Modulo 12	Bilancio conclusivo e feedback finali	<ul style="list-style-type: none"> • Valutazione del percorso fatto • Il messaggio in bottiglia • Per concludere a colori • Conclusione