



Fondazione
**Centro
per la famiglia**
Cardinal Carlo Maria Martini ETS
— CONSULTORIO TREZZO SULL'ADDA

“

**PERCORSI DI PROMOZIONE
DEL BENESSERE PSICOLOGICO
PER STUDENTI
AREA INFANZIA, PRIMARIA
E SECONDARIA**

”



Fondazione
**Centro
per la famiglia**
Cardinal Carlo Maria Martini ETS



**CONSULTORIO
DI TREZZO SULL'ADDA**

🏠 Piazza Nazionale, 9

☎️ 351 7881304

✉️ scuole@fondazionemartini.org

🌐 www.fondazionemartini.org



PERCORSI

Area infanzia

- Uscire dal nido
- Il grande salto
- L'esperienza della lettura
- Supervisione per insegnanti
- Sporting skills - Muovendos'impura



Uscire dal nido

Inserimento alla scuola dell'infanzia

Un percorso di ascolto e confronto dedicato ai genitori per accompagnare con maggiore consapevolezza il delicato momento dell'inserimento alla scuola dell'infanzia.



DETTAGLI PERCORSO:

Durata del percorso da concordare



DESTINATARI:

GENITORI DI BAMBINI CHE DEVONO INIZIARE LA SCUOLA DELL'INFANZIA



OPERATORI:

UNO PSICOLOGO/A O PEDAGOGISTA



OBIETTIVI:

- Offrire ai genitori uno spazio di ascolto e condivisione sull'esperienza dell'inserimento.
- Favorire il confronto tra esperienze, vissuti e punti di vista differenti.
- Valorizzare le competenze e le risorse genitoriali.
- Promuovere una maggiore consapevolezza e maturazione personale.
- Approfondire i bisogni emotivi del bambino durante il distacco e l'inserimento.
- Supportare i genitori nella gestione delle proprie emozioni per accompagnare il bambino con fiducia e sicurezza.



Il grande salto

Passaggio alla scuola primaria

Un percorso di ascolto e confronto dedicato ai genitori per accompagnare con maggiore consapevolezza il passaggio del bambino alla scuola primaria, offrendo strumenti utili per comprendere i cambiamenti in corso e sostenere al meglio questa importante fase di crescita.



DETTAGLI PERCORSO:

Durata del percorso da concordare



DESTINATARI:

GENITORI DI BAMBINI CHE DEVONO INIZIARE LA SCUOLA PRIMARIA



OPERATORI:

UNO PSICOLOGO/A O PEDAGOGISTA



OBIETTIVI:

- Offrire ai genitori uno spazio di riflessione e confronto sul passaggio alla scuola primaria.
- Aiutare a comprendere il significato e le implicazioni di questo momento evolutivo.
- Fornire informazioni e strumenti utili per affrontare eventuali dubbi e difficoltà.
- Sensibilizzare i genitori ai segnali di disagio e alle difficoltà di adattamento del bambino.
- Sostenere lo sviluppo dell'autostima e della motivazione all'apprendimento.
- Promuovere un atteggiamento di supporto, incoraggiamento e comprensione nei confronti del bambino.



L'esperienza della lettura

Un percorso rivolto a educatrici e insegnanti per approfondire il valore della lettura ad alta voce e sviluppare nuove competenze progettuali, valorizzando questa pratica come strumento di crescita cognitiva, emotiva e di contrasto alla povertà educativa.



DETTAGLI PERCORSO:

3 incontri da 2 ore ciascuno



DESTINATARI:

EDUCATORI/INSEGNANTI



OPERATORI:

UNO PSICOLOGO/A O PEDAGOGISTA



OBIETTIVI:

- Approfondire i benefici della lettura ad alta voce sullo sviluppo cognitivo ed emotivo di bambini e bambine.
- Riflettere sulle potenzialità educative della lettura nella pratica quotidiana.
- Ampliare conoscenze e competenze relative alla promozione della lettura.
- Presentare i più recenti studi sul ruolo della lettura nel contrasto alla povertà educativa.
- Esplorare l'offerta editoriale per l'infanzia, individuandone tipologie e caratteristiche.
- Progettare nuove iniziative e attività laboratoriali a partire dagli interessi del gruppo.



DETTAGLI PERCORSO:

Durata del percorso da concordare



DESTINATARI:

EDUCATORI/INSEGNANTI



OPERATORI:

PSICOLOGO/A

Supervisione per insegnanti

Un percorso di supervisione e sostegno al ruolo rivolto agli insegnanti, pensato per offrire uno spazio di confronto e riflessione sulle dinamiche educative e relazionali che caratterizzano il lavoro quotidiano in ambito scolastico.



OBIETTIVI:

- Offrire agli insegnanti uno spazio di ascolto, confronto e condivisione.
- Sostenere il ruolo educativo e relazionale dei docenti.
- Approfondire tematiche educative e relazionali concordate con il gruppo.
- Favorire una maggiore consapevolezza delle dinamiche che emergono nel contesto scolastico.
- Individuare strategie e strumenti utili per affrontare situazioni complesse.
- Promuovere il benessere professionale e la qualità delle relazioni educative.



Sporting skills - Muovendosi impara

Un percorso che utilizza lo sport come strumento educativo per promuovere la conoscenza di sé, il benessere personale e relazionale e la costruzione di dinamiche di gruppo inclusive e cooperative. Attraverso attività motorie e momenti di riflessione, bambini e bambine sperimentano il valore della collaborazione, del rispetto reciproco e dello stare bene insieme a scuola.



DETTAGLI PERCORSO:

- 6 incontri di 1 ora ciascuno
- Presentazione del percorso ai docenti
- Verifica finale con i docenti



DESTINATARI:

BAMBINI INFANZIA E PRIMARIA



OPERATORI:

PSICOLOGO/A DELLO SPORT -
PEDAGOGISTA



OBIETTIVI:

- Acquisire una maggiore consapevolezza di sé, del proprio comportamento e delle interazioni con gli altri.
- Stimolare bambini e bambine a esprimere e valorizzare emozioni e sentimenti.
- Promuovere l'osservazione e la comprensione delle dinamiche faticose all'interno del gruppo.
- Sostenere comportamenti di cooperazione, inclusione e rispetto reciproco.
- Favorire la costruzione di relazioni sane e gratificanti.
- Incentivare il benessere personale e relazionale attraverso l'esperienza sportiva.



PERCORSI

Area primaria

- Emozioni in gioco
- Emozioni diversità ed autostima
- Emozioni e albi illustrati
- Emozioniamoci
- Io le mie emozioni e quelle degli altri
- Qualcosa sta cambiando
- Sporting skills - Muovendos'impara
- Bullismo e cyberbullismo



Emozioni in gioco

Un percorso che accompagna bambini e bambine alla scoperta del proprio mondo emotivo e di quello degli altri, attraverso attività coinvolgenti che favoriscono l'espressione di pensieri e sentimenti mediante il linguaggio verbale, corporeo e creativo.



DETTAGLI PERCORSO:

- 3 incontri di 1,5 ore ciascuno
- Presentazione del percorso ai docenti
- Verifica finale con i docenti



DESTINATARI:

CLASSI DI I PRIMARIA



OPERATORI:

UNO PSICOLOGO/A O PEDAGOGISTA



OBIETTIVI:

- Aiutare i bambini e le bambine a riconoscere e nominare le principali emozioni, come felicità, tristezza, rabbia e paura.
- Favorire la comprensione delle possibili cause che generano i diversi stati emotivi.
- Supportare l'individuazione dei comportamenti che possono derivare dalle emozioni provate.
- Stimolare l'espressione di pensieri e sentimenti attraverso differenti canali comunicativi.
- Promuovere una maggiore consapevolezza di sé e delle relazioni con gli altri.



Emozioni diversità ed autostima

Un percorso che aiuta bambini e bambine a riconoscere e valorizzare le proprie caratteristiche personali, promuovendo una positiva immagine di sé e la consapevolezza della propria unicità attraverso attività espressive, ludiche e di condivisione.



DETTAGLI PERCORSO:

- 3 incontri di 1,5 ore ciascuno
- Presentazione del percorso ai docenti
- Verifica finale con i docenti



DESTINATARI:

CLASSI DI II PRIMARIA



OPERATORI:

UNO PSICOLOGO/A O PEDAGOGISTA



OBIETTIVI:

- Favorire l'espressione di pensieri e vissuti legati all'immagine che i bambini hanno di sé.
- Aiutare a riconoscere e valorizzare le proprie caratteristiche personali come elementi di identità e unicità.
- Promuovere l'accettazione di sé, integrando anche gli aspetti percepiti come meno piacevoli.
- Facilitare la condivisione di emozioni e vissuti con figure adulte di riferimento.
- Creare un clima accogliente, di ascolto e non giudicante.
- Rafforzare l'autostima e la fiducia nelle proprie risorse personali.



Emozioni e albi illustrati

Accostarsi al mondo emotivo dei bambini attraverso la lettura di albi illustrati.

Un percorso che utilizza la lettura di albi illustrati per accompagnare bambini e bambine alla scoperta del proprio mondo emotivo. Attraverso le storie e il confronto guidato, i bambini imparano a riconoscere, nominare ed esprimere le emozioni, sviluppando al tempo stesso competenze linguistiche, cognitive e relazionali.



DETTAGLI PERCORSO:

- 3 incontri di 1,5 ore ciascuno
- Presentazione del percorso ai docenti
- Verifica finale con i docenti



DESTINATARI:

CLASSI DI II PRIMARIA



OPERATORI:

UNO PSICOLOGO/A O PEDAGOGISTA



OBIETTIVI:

- Ampliare il vocabolario emotivo dei bambini e delle bambine.
- Stimolare lo sviluppo linguistico e cognitivo.
- Rafforzare la capacità di comprendere e descrivere gli stati interni.
- Favorire il riconoscimento e l'espressione delle proprie emozioni.
- Costruire un lessico condiviso delle emozioni.
- Insegnare semplici strategie per gestire le emozioni primarie.
- Promuovere l'ascolto dei propri bisogni e di quelli degli altri.
- Sostenere la crescita dell'identità personale e relazionale.



Emozioniamoci

Un percorso che aiuta bambini e bambine a entrare in contatto con il proprio mondo emotivo, riconoscendo e dando spazio alle emozioni come parte fondamentale della crescita personale. Attraverso attività interattive e coinvolgenti, con una particolare attenzione alla dimensione espressiva e corporea, i bambini imparano a comprendere ciò che provano e a comunicarlo in modo autentico e consapevole.



DETTAGLI PERCORSO:

- 3 incontri di 1,5 ore ciascuno
- Presentazione del percorso ai docenti
- Verifica finale con i docenti



DESTINATARI:

CLASSI DI III PRIMARIA



OPERATORI:

UNO PSICOLOGO/A O PEDAGOGISTA



OBIETTIVI:

- Aiutare i bambini e le bambine a riconoscere, riflettere e dare un nome alle emozioni che provano.
- Favorire la distinzione tra emozioni piacevoli ed emozioni spiacevoli.
- Promuovere l'espressione delle emozioni, valorizzandole come esperienza naturale e significativa.
- Facilitare la comprensione delle ragioni che possono portare a nascondere ciò che si prova.
- Stimolare una maggiore consapevolezza di sé e dei propri stati interiori.
- Sostenere lo sviluppo di modalità comunicative autentiche e rispettose delle proprie emozioni.



Io le mie emozioni e quelle degli altri

Un percorso che promuove la consapevolezza delle proprie emozioni e di quelle degli altri, per favorire una vita affettiva ricca e soddisfacente. Attraverso attività interattive ed espressive che coinvolgono mente e corpo, in un clima di ascolto, accettazione e rispetto reciproco, i ragazzi sono accompagnati a esplorare e comunicare il proprio mondo emotivo con gradualità e serenità.



DETTAGLI PERCORSO:

- 3 incontri di 1,5 ore ciascuno
- Presentazione del percorso ai docenti
- Verifica finale con i docenti



DESTINATARI:

CLASSI DI IV PRIMARIA



OPERATORI:

UNO PSICOLOGO/A O PEDAGOGISTA



OBIETTIVI:

- Favorire la comprensione, l'espressione e la comunicazione dei propri stati d'animo.
- Legittimare e valorizzare il vissuto emotivo di ciascuno.
- Promuovere la capacità di regolare le emozioni.
- Aiutare a distinguere le proprie emozioni da quelle degli altri.
- Sviluppare la partecipazione empatica e la capacità di mettersi nei panni altrui.
- Rafforzare la consapevolezza di sé e delle relazioni con gli altri.



Qualcosa sta cambiando

Un percorso che introduce i temi dell'affettività e della sessualità, offrendo ai ragazzi uno spazio di confronto aperto e rispettoso su aspetti importanti della crescita. Attraverso una metodologia attiva, che alterna attività pratiche, espressive e cognitive, i partecipanti sono accompagnati a riflettere sul corpo che cambia, sulle emozioni, sulle relazioni affettive e sulla sessualità, nel rispetto dei tempi e del livello di maturità di ciascuno.



DETTAGLI PERCORSO:

- 5 incontri di 1.5 ora ciascuno
- Presentazione del percorso ai docenti
- Verifica finale con i docenti



DESTINATARI:

CLASSI DI V PRIMARIA



OPERATORI:

PEDAGOGISTA E OSTETRICA



OBIETTIVI:

- Offrire ai ragazzi uno spazio di confronto e dialogo sui temi dell'affettività e della sessualità.
- Approfondire le differenze di genere e riflettere su comportamenti e stereotipi.
- Comprendere i cambiamenti del corpo e le emozioni legate al processo di crescita.
- Esplorare le modalità con cui le persone esprimono affetto e amore.
- Promuovere una conoscenza consapevole delle relazioni affettive e della sessualità.
- Fornire informazioni corrette sulla gravidanza e sul parto.



Sporting skills - Muovendosi impara

Un percorso che utilizza lo sport come strumento educativo per promuovere la conoscenza di sé, il benessere personale e relazionale e la costruzione di dinamiche di gruppo inclusive e cooperative. Attraverso attività motorie e momenti di riflessione, bambini e bambine sperimentano il valore della collaborazione, del rispetto reciproco e dello stare bene insieme a scuola.



DETTAGLI PERCORSO:

- 6 incontri di 1 ora ciascuno
- Presentazione del percorso ai docenti
- Verifica finale con i docenti



DESTINATARI:

BAMBINI INFANZIA E PRIMARIA



OPERATORI:

PSICOLOGO/A DELLO SPORT -
PEDAGOGISTA



OBIETTIVI:

- Acquisire una maggiore consapevolezza di sé, del proprio comportamento e delle interazioni con gli altri.
- Stimolare bambini e bambine a esprimere e valorizzare emozioni e sentimenti.
- Promuovere l'osservazione e la comprensione delle dinamiche faticose all'interno del gruppo.
- Sostenere comportamenti di cooperazione, inclusione e rispetto reciproco.
- Favorire la costruzione di relazioni sane e gratificanti.
- Incentivare il benessere personale e relazionale attraverso l'esperienza sportiva.



Bullismo e cyberbullismo

Un percorso dedicato alla prevenzione del bullismo e del cyberbullismo, pensato per aiutare studenti e studentesse a riflettere sulle relazioni in classe e in rete. Attraverso attività di confronto e approfondimento, i ragazzi sviluppano maggiore consapevolezza dei diversi ruoli coinvolti nei conflitti e rafforzano il senso di responsabilità verso sé stessi e verso gli altri.



DETTAGLI PERCORSO:

- 3 incontri di 1.5 ora ciascuno
- Presentazione del percorso ai docenti
- Verifica finale con i docenti



DESTINATARI:

CLASSI DI IV - V PRIMARIA



OPERATORI:

UNO PSICOLOGO/A O PEDAGOGISTA



OBIETTIVI:

- Favorire la riflessione sulle relazioni in classe e sugli atteggiamenti che promuovono un clima di rispetto.
- Rafforzare le competenze personali e di gruppo utili a gestire le situazioni di conflitto.
- Sviluppare strategie di protezione e tutela di sé e degli altri.
- Approfondire i diversi ruoli coinvolti nelle dinamiche di bullismo e cyberbullismo.
- Promuovere un uso consapevole e responsabile delle relazioni in rete.
- Stimolare il senso di responsabilità e di cura nei confronti della comunità scolastica.



PERCORSI

Secondaria di primo grado

- Da vicini di banco a compagni di scuola
- Identità, relazione ed affetti nella preadolescenza
- Dire fare baciare
- Stai connesso
- Sporting skills - Muovendos'impura
- Bullismo e cyberbullismo
- Life Skills Training



Da vicini di banco a compagni di scuola

Un percorso pensato per favorire la conoscenza reciproca e la valorizzazione delle diversità all'interno del gruppo classe, affinché gli anni della scuola secondaria di primo grado diventino un'esperienza serena e significativa anche sul piano delle relazioni. Attraverso attività di confronto e collaborazione, studenti e studentesse imparano a riconoscere le risorse di ciascuno e a vivere le regole come un'opportunità di crescita e convivenza positiva.



DETTAGLI PERCORSO:

- 3 incontri di 2 ore ciascuno
- Presentazione del percorso ai docenti
- Verifica finale con i docenti



DESTINATARI:

CLASSI DI I MEDIA



OPERATORI:

UNO PSICOLOGO/A O PEDAGOGISTA



OBIETTIVI:

- Facilitare la conoscenza di sé e la conoscenza reciproca tra compagni.
- Promuovere il rispetto e l'integrazione delle diversità individuali.
- Favorire un clima di collaborazione e cooperazione all'interno della classe.
- Valorizzare le risorse e le potenzialità di ciascun alunno.
- Comprendere l'importanza delle regole come strumento di convivenza e benessere comune.
- Sostenere la costruzione di relazioni positive e appaganti nel percorso scolastico.



Identità, relazione ed affetti nella preadolescenza

Un percorso dedicato alla preadolescenza che accompagna ragazzi e ragazze nel processo di costruzione della propria identità. Attraverso attività di confronto e riflessione, i partecipanti sono aiutati a riconoscere i propri bisogni personali e relazionali, esplorando il mondo delle emozioni, delle amicizie e delle prime relazioni affettive.



DETTAGLI PERCORSO:

- 3 incontri di 2 ore ciascuno
- Presentazione del percorso ai docenti
- Verifica finale con i docenti



DESTINATARI:

CLASSI DI II MEDIA



OPERATORI:

UNO PSICOLOGO/A O PEDAGOGISTA



OBIETTIVI:

- Favorire il processo di definizione e consolidamento dell'identità personale.
- Aiutare ragazzi e ragazze a riconoscere i propri bisogni personali e relazionali.
- Promuovere una maggiore consapevolezza del proprio mondo emotivo.
- Riflettere sul ruolo delle amicizie e del gruppo dei pari nella crescita.
- Approfondire il significato delle prime relazioni affettive e sentimentali.
- Sostenere lo sviluppo di relazioni positive e rispettose con sé stessi e con gli altri.



Dire fare baciare

Un percorso dedicato alla preadolescenza che accompagna ragazzi e ragazze nel processo di costruzione della propria identità. Attraverso attività di confronto e riflessione, i partecipanti sono aiutati a riconoscere i propri bisogni personali e relazionali, esplorando il mondo delle emozioni, delle amicizie e delle prime relazioni affettive.



DETTAGLI PERCORSO:

- 3 incontri di 2 ore ciascuno
- Incontro di presentazione ai docenti
- Incontro di presentazione ai genitori
- Verifica finale con i docenti



DESTINATARI:

CLASSI DI III MEDIA



OPERATORI:

UNO PSICOLOGO/A O PEDAGOGISTA
E OSTETRICA



OBIETTIVI:

- Favorire il processo di definizione e consolidamento dell'identità personale.
- Aiutare ragazzi e ragazze a riconoscere i propri bisogni personali e relazionali.
- Promuovere una maggiore consapevolezza del proprio mondo emotivo.
- Riflettere sul ruolo delle amicizie e del gruppo dei pari nella crescita.
- Approfondire il significato delle prime relazioni affettive e sentimentali.
- Sostenere lo sviluppo di relazioni positive e rispettose con sé stessi e con gli altri.



Stai connesso

Un percorso rivolto a ragazzi e ragazze in preadolescenza e ai loro genitori o adulti di riferimento, pensato per promuovere un uso consapevole e sicuro di internet e dei social media. Attraverso incontri dedicati agli studenti e momenti di confronto con gli adulti, il progetto affronta temi come sessualizzazione precoce, pornografia, sexting, adescamento online e tutela della privacy, con l'obiettivo di rafforzare la consapevolezza dei rischi e delle opportunità della rete e di sostenere il ruolo educativo della famiglia.



DETTAGLI PERCORSO:

- 3 incontri di 2 ore ciascuno
- Incontro di presentazione ai docenti
- Incontro per i genitori
- Verifica finale con i docenti



DESTINATARI:

TUTTE LE CLASSI



QUESTIONARIO:

Nel corso del progetto sarà somministrato agli studenti un questionario anonimo. Sarà cura dell'Istituto informare preventivamente le famiglie in merito al materiale proposto.



OPERATORI:

UNO PSICOLOGO/A O PEDAGOGISTA



OBIETTIVI:

- Promuovere negli studenti un uso costruttivo e responsabile di internet, valorizzandone le potenzialità e limitandone i rischi.
- Incrementare la capacità critica rispetto ai social media e all'immagine di sé proposta dai media.
- Sensibilizzare all'importanza di tutelare la propria privacy online.
- Offrire ai ragazzi uno spazio di confronto e rielaborazione di dubbi, curiosità e disagi legati all'uso della rete.
- Rafforzare la consapevolezza delle conseguenze delle proprie azioni online.
- Promuovere l'abitudine a "pensare prima di cliccare".
- Informare e sostenere genitori e adulti di riferimento nel loro ruolo educativo e di supervisione.
- Fornire agli adulti strategie utili per accompagnare i ragazzi nell'utilizzo consapevole delle tecnologie digitali.



Sporting skills - Muovendosi impara

Un percorso che utilizza lo sport e il movimento come strumenti educativi per promuovere la conoscenza di sé, il benessere personale e la qualità delle relazioni. Attraverso attività motorie e sportive, accompagnate da momenti di riflessione condivisa, ragazzi e ragazze sperimentano il valore della collaborazione, dell'inclusione e del rispetto reciproco, imparando a stare bene con se stessi e con gli altri.



DETTAGLI PERCORSO:

- 8 incontri di 2 ore ciascuno
- Presentazione del percorso ai docenti
- Verifica finale con i docenti



DESTINATARI:

TUTTE LE CLASSI



OPERATORI:

PSICOLOGO/A DELLO SPORT -
PEDAGOGISTA



OBIETTIVI:

- Acquisire una maggiore consapevolezza di sé, del proprio comportamento e delle interazioni con gli altri.
- Stimolare ragazzi e ragazze a esprimere e valorizzare emozioni e sentimenti.
- Promuovere l'osservazione e la comprensione delle dinamiche relazionali all'interno del gruppo.
- Sostenere comportamenti di cooperazione, inclusione e rispetto reciproco.
- Favorire la costruzione di relazioni sane e gratificanti.
- Incentivare il benessere personale e relazionale attraverso l'esperienza sportiva.



Bullismo e cyberbullismo

Un percorso dedicato alla prevenzione del bullismo e del cyberbullismo, pensato per aiutare ragazzi e ragazze a riflettere sulle relazioni in classe e in rete. Attraverso attività di confronto e approfondimento, i partecipanti sviluppano maggiore consapevolezza dei ruoli coinvolti nelle dinamiche di prevaricazione e rafforzano il senso di responsabilità verso sé stessi e verso gli altri.



DETTAGLI PERCORSO:

- 3 incontri di 2 ore ciascuno
- Presentazione del percorso ai docenti
- Verifica finale con i docenti



DESTINATARI:

TUTTE LE CLASSI



OPERATORI:

PSICOLOGO/A - PEDAGOGISTA



OBIETTIVI:

- Favorire la riflessione sulle relazioni in classe e sugli atteggiamenti che promuovono un clima di rispetto.
- Rafforzare le competenze personali e di gruppo utili a gestire le situazioni di conflitto.
- Sviluppare strategie di protezione e tutela di sé e degli altri.
- Approfondire i diversi ruoli coinvolti nelle dinamiche di bullismo e cyberbullismo.
- Promuovere un uso consapevole e responsabile delle relazioni in rete.
- Stimolare il senso di responsabilità e di cura nei confronti di sé stessi e della comunità scolastica.



Life Skills Training

1° livello - 2° livello - 3° livello

Il progetto Life Skills Training è un percorso educativo rivolto agli alunni della scuola secondaria di primo grado, finalizzato a sviluppare competenze personali e sociali fondamentali per affrontare in modo efficace le sfide quotidiane. Attraverso attività ludiche, esperienziali e riflessive, i ragazzi imparano a comunicare in modo assertivo, gestire le emozioni, risolvere i conflitti, prendere decisioni consapevoli e rafforzare l'autostima. Il progetto si propone di promuovere il benessere individuale e relazionale, prevenendo comportamenti a rischio e favorendo uno sviluppo armonico nella fase della crescita.



DETTAGLI PERCORSO:

Il percorso prevede una formazione per gli insegnanti così organizzata:

- 15 ore di formazione per gli insegnanti delle classi I
- 10 ore di formazione per gli insegnanti delle classi II
- 9 ore di formazione per gli insegnanti delle classi III



DESTINATARI:

DOCENTI E ALUNNI - TUTTE LE CLASSI



OPERATORI:

PSICOLOGO/A - OPERATORE ATS



STRUTTURA:

Il programma è strutturato in tre livelli: uno "di base" per la classe Prima, e due "di rinforzo" da realizzare negli anni successivi.

Proseguono nella realizzazione dei livelli successivi solamente le classi che hanno completato tutte le Unità dei livelli precedenti.

I docenti dopo aver ricevuto idonea formazione, realizzeranno le unità con gli studenti.



PERCORSI

Secondaria di secondo grado

- M'ama non m'ama
- Quante ne so... Davvero ne so?
- Da che dipende...
- Sporting skills - Muovendos'impura
- Mindful Learning
- #Maturiness



M'ama non m'ama

Un percorso che aiuta ragazzi e ragazze a riflettere sulle relazioni affettive e amorose, promuovendo una maggiore consapevolezza di sé e dell'altro. Attraverso una metodologia attiva e partecipativa, in un clima di confronto rispettoso e non giudicante, i partecipanti approfondiscono i segnali della violenza nelle relazioni di coppia e acquisiscono strumenti utili per riconoscere i fattori di protezione e costruire legami sentimentali sani.



DETTAGLI PERCORSO:

- 2 incontri di 2 ore ciascuno
- Presentazione del percorso ai docenti
- Verifica finale con i docenti



DESTINATARI:

TUTTE LE CLASSI



OPERATORI:

PSICOLOGO/A - PEDAGOGISTA



OBIETTIVI:

- Favorire la riflessione sulle relazioni affettive e amorose.
- Promuovere una maggiore consapevolezza di sé e dell'altro.
- Fornire informazioni sui diversi tipi di violenza nelle relazioni di coppia.
- Distinguere la violenza dal conflitto.
- Aiutare a riconoscere i segnali di allarme e il ciclo della violenza.
- Rafforzare la capacità di individuare strategie di protezione.
- Promuovere relazioni sentimentali sane, basate sul rispetto reciproco.



Quante ne so.. Davvero ne so?

Un percorso che offre a ragazzi e ragazze uno spazio di confronto accogliente e rispettoso per affrontare dubbi, curiosità e vissuti legati all'affettività e alla sessualità. Attraverso momenti di dialogo e approfondimento, i partecipanti acquisiscono informazioni corrette e sviluppano una maggiore consapevolezza dei cambiamenti del corpo, delle emozioni e delle relazioni affettive.



DETTAGLI PERCORSO:

- 3 incontri di 2 ore ciascuno
- Presentazione del percorso ai docenti
- Verifica finale con i docenti



DESTINATARI:

TUTTE LE CLASSI



QUESTIONARIO:

Nel corso del progetto sarà somministrato agli studenti un questionario anonimo. Sarà cura dell'Istituto informare preventivamente le famiglie in merito al materiale proposto.



OPERATORI:

PSICOLOGO/A - PEDAGOGISTA
E OSTETRICA



OBIETTIVI:

- Offrire uno spazio di ascolto e confronto sui temi dell'affettività e della sessualità.
- Fornire informazioni corrette sul significato e sulle funzioni della sessualità.
- Approfondire i cambiamenti fisici ed emotivi legati alla pubertà.
- Conoscere l'anatomia e la fisiologia degli apparati genitali maschile e femminile.
- Riflettere sulla dimensione affettiva e relazionale della sessualità.
- Esplorare temi quali innamoramento, prime relazioni, emozioni e contraccezione.



Da che dipende...

Un percorso di prevenzione rivolto ad adolescenti e preadolescenti per promuovere una riflessione consapevole sull'uso di sostanze e alcol e sui significati che questi comportamenti possono assumere. Attraverso una metodologia attiva e partecipativa, che prevede role-playing, dibattiti, lavori in piccoli gruppi e attività individuali, i ragazzi sono coinvolti in un'esperienza formativa orientata allo sviluppo di competenze personali utili alla tutela della propria salute.



DETTAGLI PERCORSO:

- 2 incontri di 2 ore ciascuno
- Presentazione del percorso ai docenti
- Verifica finale con i docenti



DESTINATARI:

TUTTE LE CLASSI



OPERATORI:

PSICOLOGO/A - PEDAGOGISTA



OBIETTIVI:

- Stimolare la consapevolezza delle motivazioni che possono portare al consumo o al rifiuto di sostanze e alcol.
- Esplorare e confrontare nel gruppo opinioni, rappresentazioni e convinzioni relative alle sostanze e ai loro effetti.
- Fornire informazioni corrette sugli effetti a lungo termine dell'uso di sostanze.
- Promuovere lo sviluppo del pensiero critico e della capacità di prendere decisioni consapevoli.
- Rafforzare le competenze assertive e la capacità di resistere alla pressione del gruppo dei pari.
- Favorire un ruolo attivo e responsabile nella tutela della propria salute e del proprio benessere.



Sporting skills - Muovendosi impara

Un percorso che utilizza lo sport e il movimento come strumenti educativi per promuovere la conoscenza di sé, il benessere personale e la qualità delle relazioni. Attraverso attività motorie e sportive, accompagnate da momenti di riflessione condivisa, ragazzi e ragazze sperimentano il valore della collaborazione, dell'inclusione e del rispetto reciproco, imparando a stare bene con se stessi e con gli altri.



DETTAGLI PERCORSO:

- 4 incontri di 2 ore ciascuno
- Presentazione del percorso ai docenti
- Verifica finale con i docenti



DESTINATARI:

TUTTE LE CLASSI



OPERATORI:

PSICOLOGO/A DELLO SPORT -
PEDAGOGISTA



OBIETTIVI:

- Acquisire una maggiore consapevolezza di sé, del proprio comportamento e delle interazioni con gli altri.
- Stimolare ragazzi e ragazze a esprimere e valorizzare emozioni e sentimenti.
- Promuovere l'osservazione e la comprensione delle dinamiche relazionali all'interno del gruppo.
- Sostenere comportamenti di cooperazione, inclusione e rispetto reciproco.
- Favorire la costruzione di relazioni sane e gratificanti.
- Incentivare il benessere personale e relazionale attraverso l'esperienza sportiva.



Mindful Learning

Mindfulness per affrontare la maturità

Un percorso che introduce gli studenti alla pratica della mindfulness come strumento per sviluppare maggiore consapevolezza di sé e affrontare con serenità stress, ansia e preoccupazioni legate alla vita scolastica. Imparando ad ancorarsi al momento presente e a osservare pensieri ed emozioni, i partecipanti acquisiscono strategie utili per migliorare concentrazione, benessere e rendimento.



DETTAGLI PERCORSO:

- 4 incontri di 1,5 ore ciascuno
- Presentazione del percorso ai docenti
- Verifica finale con i docenti



DESTINATARI:

CLASSI DI IV SUPERIORE



OPERATORI:

PSICOLOGO/A



OBIETTIVI:

- Sviluppare una maggiore consapevolezza di sé, dei propri pensieri e delle proprie emozioni.
- Acquisire tecniche di mindfulness per gestire stress e ansia legati agli impegni scolastici.
- Imparare a mantenere l'attenzione e la concentrazione sul momento presente.
- Ridurre i livelli di preoccupazione e tensione durante verifiche ed esami.
- Favorire un approccio più sereno, consapevole ed efficace allo studio.
- Promuovere il benessere personale e il miglioramento della performance scolastica.



#Maturiness

Mindfulness per affrontare la maturità

Un percorso pensato per aiutare gli studenti a riconoscere e gestire l'ansia e lo stress legati a verifiche ed esami scolastici. Attraverso strumenti pratici e strategie efficaci, i partecipanti imparano a fronteggiare in modo positivo la preoccupazione, migliorando concentrazione, benessere personale e rendimento nello studio e nelle prove di valutazione.



DETTAGLI PERCORSO:

- 4 incontri di 1,5 ore ciascuno
- Presentazione del percorso ai docenti
- Verifica finale con i docenti



DESTINATARI:

CLASSI DI V SUPERIORE



OPERATORI:

PSICOLOGO/A



OBIETTIVI:

- Riconoscere i segnali di ansia e stress eccessivo legati alle prestazioni scolastiche.
- Acquisire strategie efficaci per gestire in modo positivo le emozioni e la pressione.
- Ridurre l'intensità degli stati ansiosi e il livello di stress percepito.
- Limitare l'utilizzo di comportamenti di coping poco salutari.
- Migliorare la concentrazione e la capacità di mantenere l'attenzione.
- Favorire un approccio più sereno ed efficace allo studio e agli esami.