

PROGETTO DI
EDUCAZIONE SOCIO-AFFETTIVA

ABITARE LE EMOZIONI

*Principesse e Cavalieri
Crescono*

PROGETTO SCOLASTICO
2013 - 2014
Scuola Primaria



Comune di Desio



**Consultorio
Ce.A.F. Desio**



Dott.ssa

MAGNI LORENZA

psicologa

psicoterapeuta

Per l'OMS le life skills



"Sono "abilità di vita" e "per la vita" che mettono in grado l'individuo di adottare strategie efficaci per affrontare i diversi problemi che si presentano"



autoconsapevolezza

Autoefficacia



Gestione delle emozioni



Gestione dello stress



senso critico



Decision Making



Problem solving

creatività



comunicazione efficace



empatia



interagire con gli altri

Bagaglio indispensabile



Finalità generali



PROMOZIONE del benessere
psicologico e socio-affettivo

Potenziare la **conoscenza di sé**



Potenziare la capacità di comunicare in gruppo
stimolando la comunicazione in prima persona



Potenziare la
capacità di
ascoltare
senza
giudizio



Promuovere il confronto sulle **emozioni**



Potenziare la
capacità di
empatia



Potenziare abilità
e competenze di
aiuto



Far sentire a ogni
bambino che nel
percorso c'è uno
"spazio
speciale"
per lui





**Migliorare la qualità delle relazioni
del gruppo classe**



9

Alunni delle classi

TERZE QUARTE QUINTE

della Scuola Primaria

3 incontri di 2 ore ciascuno
per ciascuna classe



Fasi del progetto



Incontro con le insegnanti
Gennaio 2014



Presentazione del progetto ai genitori
Gennaio 2014



Incontri in classe

Gennaio - Maggio 2014



Incontro di restituzione/confronto con le insegnanti
Maggio 2013



Incontro di restituzione con i genitori
Maggio 2013

Struttura degli incontri





Chiusura

Gruppo classe come "laboratorio"





**PRIMA
DI
PARTIRE**

I NOSTRI ACCORDI:

Ascolto

Rispetto

Non giudizio

Riservatezza

**Libertà di
partecipazione**

**Responsabilità di
scelta**

I nostri accordi

In ogni attività che faremo ci sono degli atteggiamenti importanti per imparare e divertirsi insieme.

Questi sono gli ACCORDI che vi propongo.

Vi sentite di poterli accettare e approvare?

1° accordo

Alzo la mano quando voglio parlare.

2° accordo

Ascolto senza interrompere.

3° accordo

Non ci sono risposte giuste o sbagliate.

4° accordo

Rispetto gli altri senza prendermi gioco di loro.

5° accordo

Cerco di capire i compagni senza giudicarli.

6° accordo

Non vado a raccontare in giro quello che dicono i miei compagni.

7° accordo

Sono libero di parlare o di non parlare.

Noi sottoscritti della classe _____
accettiamo e sottoscriviamo questi accordi

Firme

CLASSI



Comprendere cosa sono le emozioni



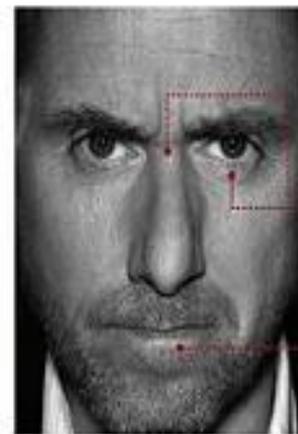
Riconoscere e nominare le principali emozioni



sorpresa

Dura solo un secondo:

- ① sopracciglia sollevate
- ② occhi spalancati
- ③ bocca aperta



rabbia

- ① sopracciglia abbassate e unite
- ② occhi furiosi
- ③ restringimento delle labbra



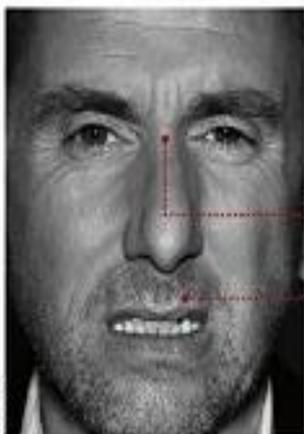
disprezzo

- ① labbra serrate e angolo della bocca sollevato



tristezza

- ① palpebre superiori cadenti
- ② occhi non concentrati
- ③ lieve flessione degli angoli della bocca



disgusto

- ① naso arricciato
- ② labbro superiore sollevato



paura

- ① sopracciglia sollevate e tirate assieme
- ② palpebre superiori sollevate
- ③ palpebre inferiori tese
- ④ labbro leggermente allungato verso l'orecchio



felicità

Un sorriso vero include sempre:

- ① rughe a zampe di gallina
- ② guance sollevate
- ③ movimento del muscolo che orbita attorno all'occhio

Espandere il proprio vocabolario emotivo



Facilitare la comunicazione emotiva di sé



Iniziare a
riconoscere che
anche gli altri
vivono emozioni e
sentimenti ed
imparare ad
ascoltarli



1. Le emozioni



2. Quando vivo le mie
emozioni



3. Raccontarsi con le immagini e le parole



CLASSI



Conoscere il clima relazionale della classe
e aumentare la consapevolezza dei bambini
di come stanno in classe



Conoscere le situazioni che ci fanno
arrabbiare e riflettere sulle reazioni
scatenate dalla rabbia



**Imparare a distinguere le modalità
distruttive e quelle innocue di
esprimere la rabbia**



Imparare a riconoscere un comportamento prepotente



1. Il termometro della classe



2. Il cartellone
della rabbia



3. Quando ho
litigato sono
riuscito a ...





CLASSI



Sensibilizzare i bambini sul tema del
bullismo

Rielaborare il peso e il significato delle **offese**
e delle **prese in giro**



**Decodificare i vissuti e i sentimenti
dei protagonisti
in episodi di prepotenza**



Far emergere situazioni di prepotenza



Far comprendere che **tutti**
possono fare qualcosa



Trovare **insieme** strategie per
affrontare le prepotenze





1. Il bullismo

2.

Nei panni
dell'altro



3.

Il bullismo: non si risolve isolando né la vittima né il prepotente



Strumenti

Circle
Time



Schede di
lavoro
personale





Carte stimolo



Immagini stimolo

Attività espressive



Video
clip



TEAM WORK





VERIFICA E VALUTAZIONE

Incontro di restituzione
per insegnanti

Incontro di restituzione
per i genitori