



Fondazione  
**Centro  
per la famiglia**  
*Cardinal Carlo Maria Martini Onlus*  
CONSULTORIO VIMERCATE

# PERCORSI DI PROMOZIONE DEL BENESSERE PSICOLOGICO PER ALUNNI E STUDENTI



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

## PERCORSI ALL'INTERNO DELLE ISTITUZIONI SCOLASTICHE

### SCUOLA DELL'INFANZIA

Emozioni in gioco	4
Io cresco	5

### SCUOLA PRIMARIA

Emozioni tra i banchi di scuola	6
Dal conflitto alla cooperazione	7
Non fate i bulli	8
Educazione all'affettività e alla sessualità	9
Educare ai Media con i Media	10

### SCUOLA SECONDARIA DI I GRADO

Progetto accoglienza per le classi prime	11
Le ali di Icaro	12
Come te nessuno mai	13
Non fate i bulli	14
Una questione di sostanza	15
l'immagine corporea in adolescenza	16

### SCUOLA SECONDARIA DI II GRADO

Come te nessuno mai	17
Una questione di sostanza	18
E gli altri stanno a guardare	19
L'immagine corporea in adolescenza	20
Femmine e maschi si nasce, uomini e donne si diventa	21

## ALTRI PERCORSI A SUPPORTO DI RAGAZZI, GENITORI ED EDUCATORI

Sportello di consulenza psicopedagogica - per genitori e insegnanti	23
Formazione sul campo	24
Sporting skills - per bambini della Scuola dell'Infanzia e Primaria	26
Sporting skills - per ragazzi della Scuola Secondaria di I e II Grado	27

# PERCORSI ALL'INTERNO DELLE ISTITUZIONI SCOLASTICHE

## EMOZIONI IN GIOCO

Il percorso è finalizzato a facilitare un primo riconoscimento delle emozioni fondamentali e stimolare l'espressione corporea delle stesse. Il progetto intende aiutare i bambini e le bambine a riconoscere la propria affettività e le emozioni in maniera adeguata all'età.

Si esploreranno le prime competenze emotive di base, quali: rabbia, paura e la calma.

**Destinatari:** Gruppi di bambini di 5 anni

### Obiettivi:

- Sviluppare la capacità di riconoscimento in se stessi e negli altri delle emozioni fondamentali.
- Aiutare nella comprensione delle situazioni o delle reazioni che producono i diversi stati emotivi.
- Stimolare un'iniziale gestione autonoma dei sentimenti attraverso la sperimentazione di abilità personali, aumentando la fiducia nelle proprie potenzialità.
- Predisporre occasioni che facilitino il rispetto di sé e degli altri.



### OPERATORI:

UNO PSICOLOGO/A o PEDAGOGISTA

### DETTAGLI PERCORSO:

- n. 4 incontri per gruppo (max. 15/20 bambini) della durata di 1,5h ciascuno
- n. 1 incontro di presentazione\*
- n. 1 incontro di restituzione agli insegnanti\*

\* su richiesta, anche per i genitori

## IO CRESCO

Durante il percorso verranno affrontati alcuni differenti aspetti legati al crescere ed al diventare grandi.

**Destinatari:** Gruppi di bambini di 5 anni

**Nel primo incontro** verranno introdotti i temi della crescita fisica (i cambiamenti fisici: cambia l'altezza, la grandezza, il peso, la forza) e dello sviluppo di nuove competenze/capacità (crescere significa acquisire maggiori capacità e competenze).

**Nei successivi incontri**, mantenendo il filo conduttore legato al principio pedagogico che intende la crescita come un processo "a fasi", in ognuna delle quali i bambini acquisiscono nuove capacità/competenze indispensabili a rispondere ai nuovi desideri e bisogni che sviluppano, ma contemporaneamente mantengono alcune necessità delle fasi precedenti, proporranno di esplorare insieme le seguenti aree della crescita:

- Lo sviluppo delle prime abilità sociali: crescere significa "saper fare con gli altri".
- Lo sviluppo emotivo: crescere significa "saper stare con gli altri".
- Lo sviluppo delle prime responsabilità sociali: crescere significa "saper fare insieme agli altri".



### OPERATORI:

UNO PSICOLOGO/A o PEDAGOGISTA

### DETTAGLI PERCORSO:

- n. 4 incontri per gruppo (max. 15/20 bambini) della durata di 1,5h ciascuno
- n. 1 incontro di presentazione\*
- n. 1 incontro di restituzione agli insegnanti\*

\* su richiesta, anche per i genitori

## EMOZIONI TRA I BANCHI DI SCUOLA

Dall'esperienza maturata in questi anni di lavoro nelle scuole e alla luce dei bisogni emersi, sia "sul campo", sia nel confronto con gli insegnanti, l'Equipe Psicopedagogica del Consultorio Familiare CEAF di Vimercate ha elaborato un progetto differenziando i percorsi in funzione dell'età e si propone come obiettivo fondamentale di accompagnare i bambini, nel loro percorso progressivo di crescita, attraverso l'esplorazione della propria e altrui dimensione emotiva, affettiva, di ascolto e scambio relazionale.

**Destinatari:** Classi di **PRIMA ELEMENTARE**

*Il percorso ha come finalità la formazione del gruppo classe, attraverso la conoscenza reciproca dei bambini, lo sviluppo di una prima alfabetizzazione emotiva.*

**Destinatari:** Classi di **SECONDA ELEMENTARE**

*Il progetto ha come finalità quella di lavorare sulle abilità sociali. Le attività proposte al gruppo classe hanno come obiettivo di lavorare sul cooperative learning.*

**Destinatari:** Classi di **TERZA ELEMENTARE**

*L'obiettivo è quello di lavorare sulla conoscenza di sé e l'interdipendenza del gruppo. Aiuteremo il gruppo classe a definire quali sono gli ingredienti per un buon gruppo. Rifletteremo su cos'è il conflitto, cosa succede quando c'è un conflitto, che emozioni si provano. Cosa si può fare di costruttivo per affrontarlo. Il percorso si concluderà con una riflessione sulle qualità di ogni bambino e su come queste potranno essere al servizio del gruppo.*

**Obiettivi:**

La finalità generale è di supportare il gruppo classe e i singoli alunni:

- nel riconoscimento e gestione delle emozioni;
- nello sviluppo delle capacità di ascolto di sé, degli altri e della realtà esterna;
- nel potenziamento dell'autostima.



**OPERATORI:**

UNO PSICOLOGO/A o PEDAGOGISTA

**DETTAGLI PERCORSO:**

- n. 4 incontri per gruppo della durata di 2h ciascuno
- n. 1 incontro di presentazione\*
- n. 1 incontro di restituzione agli insegnanti\*

\* su richiesta, anche per i genitori

## DAL CONFLITTO ALLA COOPERAZIONE

Il progetto ha come finalità l'attivazione di un programma di carattere preventivo diretto al gruppo classe, offrendo un'occasione di crescita per il gruppo stesso, il quale possa così diventare risorsa e sostegno per ogni bambino, attraverso una maggiore consapevolezza di pensieri, emozioni ed azioni.

**Destinatari:** Classi di **TERZA, QUARTA e QUINTA ELEMENTARE**

**Obiettivi:**

- Favorire la conoscenza del concetto di emozione e apprendere a denominare le principali.
- Favorire il riconoscimento dei contesti in cui le emozioni si manifestano.
- Favorire la sospensione del giudizio sulle emozioni.
- Approfondimento sulle emozioni nelle situazioni di conflitto.
- Definizione del conflitto e normalizzazione del vissuto.
- Riconoscimento delle diverse modalità di espressione reazione comportamentale al conflitto.
- Consapevolezza della modalità di affrontare i conflitti, da parte di ciascun bambino.
- Comprendere la dinamica del conflitto e le emozioni in gioco.
- Apprendere a riconoscere la coesistenza di punti di vista diversi nelle situazioni.



**OPERATORI:**

UNO PSICOLOGO/A o PEDAGOGISTA

**DETTAGLI PERCORSO:**

- n. 4 incontri per gruppo della durata di 2h ciascuno
- n. 1 incontro di presentazione\*
- n. 1 incontro di restituzione agli insegnanti\*

\* su richiesta, anche per i genitori

### NON FATE I BULLI

Percorso di prevenzione dei comportamenti aggressivi, per migliorare le competenze di gestione dei conflitti e rafforzare il senso di responsabilità.

**Destinatari:** Classi di QUARTA e QUINTA ELEMENTARE

**Obiettivi:**

- Introdurre il tema del bullismo.
- Aiutare i bambini a darne una definizione.
- Comprendere il concetto di dinamica di bullismo: non c'è bullismo senza ruoli.
- Riconoscere gli attori del fenomeno e le modalità in cui si esprime: bullismo verbale, fisico, esclusione, etc.
- Comprendere le emozioni provate dai diversi personaggi e sospendere il giudizio sugli stessi.
- Differenziare bullismo da prevaricazione.
- Comprendere situazioni sentimenti e ruoli nella prevaricazione.
- Denominare le strategie di fronteggiamento delle situazioni di prevaricazione/ bullismo.
- Fare esperienza di due strategie: rinforzo dell'autostima e assertività.



**OPERATORI:**

UNO PSICOLOGO/A o PEDAGOGISTA

**DETTAGLI PERCORSO:**

- n. 4 incontri per gruppo della durata di 2h ciascuno
- n. 1 incontro di presentazione\*
- n. 1 incontro di restituzione agli insegnanti\*

\* su richiesta, anche per i genitori

### EDUCAZIONE ALLA SESSUALITÀ E ALL'AFFETTIVITÀ

La finalità generale del progetto è quella di fornire ai bambini uno spazio e un tempo all'interno della proposta scolastica, che permetta loro di esplorare le tematiche legate alla crescita attraverso il confronto con un adulto esperto di problematiche evolutive.

Il progetto si prefigge come obiettivi di supportare i bambini nell'esplorare e valorizzare la propria ed altrui dimensione emotiva, affettiva, di ascolto e scambio relazionale.

**Destinatari:** Classi di QUARTA e QUINTA ELEMENTARE

**Obiettivi:**

Ai fini di una attenta educazione all'affettività appare significativo potersi focalizzare su:

- Conoscenza di sé e del proprio corpo.
- Vissuti emotivi legati al proprio corpo e al cambiamento fisico.
- Differenze di genere e differenze culturali.



**OPERATORI:**

UNO PSICOLOGO/A o PEDAGOGISTA

**DETTAGLI PERCORSO:**

- n. 4 incontri per gruppo della durata di 2h ciascuno
- n. 1 incontro di presentazione\*
- n. 1 incontro di restituzione agli insegnanti\*

\* su richiesta, anche per i genitori

## PERCORSI PER LA SCUOLA PRIMARIA

### EDUCARE AI MEDIA CON I MEDIA

L'obiettivo del progetto è sviluppare nei bambini un uso attivo, consapevole e critico del mezzo tecnologico per giungere a comprenderne il funzionamento e le sue dinamiche.

**Destinatari:** Classi di QUARTA e QUINTA ELEMENTARE

**Obiettivi:**

- Introdurre il tema dei media.
- Acquisire consapevolezza nell'uso della tecnologia.
- Riflettere sui rischi e le opportunità che la tecnologia offre.
- Favorire negli alunni il senso critico.
- Sensibilizzare gli alunni sul fenomeno dei media e le strategie per fronteggiarlo.



**OPERATORI:**

UNO PSICOLOGO/A o PEDAGOGISTA

**DETTAGLI PERCORSO:**

- n. 4 incontri per gruppo classe della durata di 2h ciascuno
- n. 1 incontro di presentazione\*
- n. 1 incontro di restituzione agli insegnanti\*

\* su richiesta, anche per i genitori

## PERCORSI PER LA SCUOLA SECONDARIA DI I GRADO

### PROGETTO SULL'ACCOGLIENZA DELLE CLASSI PRIME LA CLASSE COME RISORSA

Progetto basato sulla "relazione", il più forte bisogno dei ragazzi e la più importante dimensione dell'affettività, per lo sviluppo dell'identità personale.

**Destinatari:** Classi di PRIMA MEDIA

**Obiettivi:**

- Stimolare nei ragazzi la conoscenza di sé, l'esplorazione delle proprie emozioni, dei propri vissuti e di quelli dei compagni.
- Facilitare nei ragazzi una comunicazione efficace all'interno del gruppo classe.
- Favorire la capacità di confronto e di scambio nel gruppo al fine di gestire al meglio i conflitti.



**OPERATORI:**

UNO PSICOLOGO/A o PEDAGOGISTA

**DETTAGLI PERCORSO:**

- n. 3 incontri per gruppo classe della durata di 2h ciascuno
- n. 1 incontro di presentazione\*
- n. 1 incontro di restituzione agli insegnanti\*

\* su richiesta, anche per i genitori

### LE ALI DI ICARO

#### IL CAMBIAMENTO NEL RAPPORTO CON GLI ADULTI

Il percorso punta l'attenzione su due temi principali: la crescita e la relazione con gli adulti. In particolare si vuole fornire l'occasione per riflettere insieme sul rapporto con gli adulti e le sue caratteristiche, in termini di frequenza, significatività, regole condivise, in relazione alla tipologia di adulto che incontrano. L'obiettivo è di esplicitare i cambiamenti legati alla fase evolutiva che riguardano il loro rapporto con l'adulto e quindi con le regole, l'autorità, ma anche l'autonomia e la responsabilità.

**Destinatari:** Classi di **SECONDA MEDIA**

#### Obiettivi:

Il progetto intende fornire ai ragazzi uno spazio di ascolto, di condivisione e di riflessione sui temi della pubertà. Aiutare i ragazzi a riflettere su chi ero, chi sono adesso, cosa sarò, in un clima accogliente e non giudicante.

L'obiettivo è favorire nei ragazzi una presa di coscienza di sé, delle proprie caratteristiche individuali e delle proprie modalità relazionali.



#### OPERATORI:

UNO PSICOLOGO/A o PEDAGOGISTA

#### DETTAGLI PERCORSO:

n. 3 incontri per gruppo classe della durata di 2h ciascuno

n. 1 incontro di presentazione\*

n. 1 incontro di restituzione agli insegnanti\*

\* su richiesta, anche per i genitori

### COME TE NESSUNO MAI

#### EDUCAZIONE ALL'AFFETTIVITÀ E ALLA SESSUALITÀ

Percorso di promozione della salute e del benessere psicologico degli studenti per sviluppare una maggiore conoscenza di sé in relazione con gli altri.

**Destinatari:** Classi di **TERZA MEDIA**

#### Obiettivi:

- Presentazione, conoscenza reciproca e creazione del clima di lavoro.
- Riflettere sui cambiamenti corporei, quelli che hanno vissuto, che stanno vivendo e che si immaginano avverranno nel prossimo futuro.
- Esplorare il vissuto emotivo ad essi correlato.
- Valutare il "livello" del gruppo classe.



#### OPERATORI:

UNO PSICOLOGO/A o PEDAGOGISTA e UN'OSTETRICA

#### DETTAGLI PERCORSO:

n. 4 incontri per gruppo classe della durata di 2h ciascuno

n. 1 incontro di presentazione\*

n. 1 incontro di restituzione agli insegnanti\*

\* su richiesta, anche per i genitori

### NON FATE I BULLI

Percorso di prevenzione dei comportamenti aggressivi, per migliorare le competenze di gestione dei conflitti e rafforzare il senso di responsabilità.

**Destinatari:** Classi di PRIMA, SECONDA e TERZA MEDIA

**Obiettivi:**

- Presa di consapevolezza delle dinamiche relazionali all'interno della classe.
- Arricchimento del repertorio di conoscenze sul fenomeno del bullismo e del cyberbullismo.
- Utilizzo del gruppo classe come risorsa per individuare i comportamenti aggressivi e le dinamiche di esclusione dei ragazzi.
- Miglioramento delle abilità sociali, affettive, comunicative individuali e di gruppo.
- Valorizzazione delle differenze individuali come potenzialità del gruppo classe.



**OPERATORI:**

UNO PSICOLOGO/A o PEDAGOGISTA

**DETTAGLI PERCORSO:**

- n. 3 incontri per gruppo classe della durata di 2h ciascuno
- n. 1 incontro di presentazione\*
- n. 1 incontro di restituzione agli insegnanti\*

\* su richiesta, anche per i genitori

### UNA QUESTIONE DI SOSTANZA

Finalità del presente progetto è fornire ai ragazzi incontrati uno spazio in cui poter riflettere e confrontarsi, favoriti da un clima sereno e rispettoso e accompagnati dalla presenza di una figura adulta (psicologo/pedagogista), su tematiche particolarmente significative per la fase evolutiva da loro attraversata. In particolare verranno affrontati temi quali la dipendenza, l'influenza del gruppo, il rapporto dipendenza - autonomia - autostima, il concetto di dipendenza in relazione al mondo delle sostanze stupefacenti. Particolare attenzione sarà inoltre posta sui vissuti emotivi legati ai concetti di dipendenza e autonomia.

**Destinatari:** Classi di TERZA MEDIA

**Obiettivi:**

Creare un clima di classe collaborativo e fiducioso. Verificare le informazioni che i ragazzi possiedono sulle sostanze e sui loro effetti/ rischi reali completando eventuali lacune e correggendo possibili informazioni e idee non corrette. Affrontare con il gruppo i concetti di uso e abuso, dipendenza fisica e psicologica, legalità/illegalità, trasgressione e rischio, legati all'uso di sostanze psicotrope. Stimolare il confronto con l'operatore e la riflessione tra pari. Stimolare un approccio riflessivo e consapevole al mondo delle sostanze.



**OPERATORI:**

UNO PSICOLOGO/A o PEDAGOGISTA

**DETTAGLI PERCORSO:**

- n. 3 incontri per gruppo classe della durata di 2h ciascuno
- n. 1 incontro di presentazione\*
- n. 1 incontro di restituzione agli insegnanti\*

\* su richiesta, anche per i genitori



### L'IMMAGINE CORPOREA IN ADOLESCENZA PERCORSO ALL'INTERNO DEI DISORDINI ALIMENTARI

Percorso di promozione della salute e del benessere psicologico degli studenti per una maggiore presa di coscienza dei condizionamenti sociali che mettono a dura prova il cammino evolutivo verso la costituzione della propria identità.

**Destinatari:** Classi di TERZA MEDIA

#### Obiettivi:

- Aumentare la consapevolezza della propria identità legata all'immagine corporea.
- Stimolare un atteggiamento critico nei confronti dei condizionamenti esterni.
- Favorire una maggiore conoscenza dei rischi psicologici e fisici legati ai disturbi alimentari.



#### OPERATORI:

UNO PSICOLOGO/A o PEDAGOGISTA

#### DETTAGLI PERCORSO:

- n. 3 incontri per gruppo classe della durata di 2h ciascuno
- n. 1 incontro di presentazione\*
- n. 1 incontro di restituzione agli insegnanti\*

\* su richiesta, anche per i genitori

### COME TE NESSUNO MAI PROGETTO SULLA SESSUALITÀ E AFFETTIVITÀ

Percorso di promozione della salute e del benessere psicologico degli studenti per sviluppare una maggiore conoscenza di sé in relazione con gli altri.

**Destinatari:** Classi di PRIMA, SECONDA e TERZA SUPERIORE

#### Obiettivi:

- Presentazione del progetto e del tema che verrà trattato, conoscenza reciproca e creazione del clima di lavoro.
- Riflessione sul tema della relazione affettiva e dei diversi tipi di relazioni (Amicizia, Innamoramento e Amore).
- Approfondimento su vissuti e le dinamiche relazionali presenti nei diversi tipi di relazioni, con particolare attenzione a somiglianze e differenze presenti in esse.
- Approfondire la conoscenza degli apparati genitali (come sono fatti e come funzionano).
- Riflettere e dare informazioni su temi quali l'igiene intima, la contraccezione, le malattie sessualmente trasmissibili.
- Rispondere ad eventuali domande poste dai ragazzi e sciogliere dubbi e curiosità.
- Concludere la riflessione sul tema della relazione affettiva.
- Completare (eventualmente) i temi introdotti nel secondo incontro.
- Sciogliere dubbi e curiosità poste dai ragazzi.
- Confrontarsi sulle diverse opinioni e sui significati che i ragazzi e le ragazze danno ai comportamenti sessuali e sugli stereotipi relativi alle differenze di genere.
- Valutare il percorso fatto insieme.



#### OPERATORI:

UNO PSICOLOGO/A o PEDAGOGISTA e UN'OSTETRICA

#### DETTAGLI PERCORSO:

- n. 3 incontri per gruppo classe della durata di 2h ciascuno
- n. 1 incontro di presentazione\*
- n. 1 incontro di restituzione agli insegnanti\*

\* su richiesta, anche per i genitori

## UNA QUESTIONE DI SOSTANZA

Finalità del presente progetto è fornire ai ragazzi incontrati uno spazio in cui poter riflettere e confrontarsi, favoriti da un clima sereno e rispettoso e accompagnati dalla presenza di una figura adulta (psicologo/pedagogista), su tematiche particolarmente significative per la fase evolutiva da loro attraversata. In particolare verranno affrontati temi quali la dipendenza, l'influenza del gruppo, il rapporto dipendenza - autonomia - autostima, il concetto di dipendenza in relazione al mondo delle sostanze stupefacenti. Particolare attenzione sarà inoltre posta sui vissuti emotivi legati ai concetti di dipendenza e autonomia.

**Destinatari:** Classi di PRIMA, SECONDA e TERZA SUPERIORE

### Obiettivi:

Creare un clima di classe collaborativo e fiducioso. Verificare le informazioni che i ragazzi possiedono sulle sostanze e sui loro effetti/ rischi reali completando eventuali lacune e correggendo possibili informazioni e idee non corrette. Affrontare con il gruppo i concetti di uso e abuso, dipendenza fisica e psicologica, legalità/illegalità, trasgressione e rischio, legati all'uso di sostanze psicotrope. Stimolare il confronto con l'operatore e la riflessione tra pari. Stimolare un approccio riflessivo e consapevole al mondo delle sostanze.



### OPERATORI:

UNO PSICOLOGO/A o PEDAGOGISTA

### DETTAGLI PERCORSO:

- n. 2 incontri per gruppo classe della durata di 2h ciascuno
- n. 1 incontro di presentazione\*
- n. 1 incontro di restituzione agli insegnanti\*

\* su richiesta, anche per i genitori

## E GLI ALTRI STANNO A GUARDARE PERCORSO DI PREVENZIONE AL BULLISMO

Percorso di prevenzione dei comportamenti aggressivi, per migliorare le competenze di gestione dei conflitti e rafforzare il senso di responsabilità.

**Destinatari:** Classi di PRIMA, SECONDA e TERZA SUPERIORE

### Obiettivi:

- Presa di consapevolezza delle dinamiche relazionali all'interno della classe.
- Arricchimento del repertorio di conoscenze sul fenomeno del bullismo e del cyberbullismo.
- Utilizzo del gruppo classe come risorsa per individuare i comportamenti aggressivi e le dinamiche di esclusione dei ragazzi.
- Miglioramento delle abilità sociali, affettive, comunicative individuali e di gruppo.
- Valorizzazione delle differenze individuali come potenzialità del gruppo classe.



### OPERATORI:

UNO PSICOLOGO/A o PEDAGOGISTA

### DETTAGLI PERCORSO:

- n. 3 incontri per gruppo classe della durata di 2h ciascuno
- n. 1 incontro di presentazione\*
- n. 1 incontro di restituzione agli insegnanti\*

\* su richiesta, anche per i genitori

### L'IMMAGINE CORPOREA IN ADOLESCENZA PERCORSO ALL'INTERNO DEI DISORDINI ALIMENTARI

Percorso di promozione della salute e del benessere psicologico degli studenti per una maggiore presa di coscienza dei condizionamenti sociali che mettono a dura prova il cammino evolutivo verso la costituzione della propria identità.

**Destinatari:** Classi di TERZA SUPERIORE

#### Obiettivi:

- Aumentare la consapevolezza della propria identità legata all'immagine corporea.
- Stimolare un atteggiamento critico nei confronti dei condizionamenti esterni.
- Favorire una maggiore conoscenza dei rischi psicologici e fisici legati ai disturbi alimentari.



#### OPERATORI:

UNO PSICOLOGO/A o PEDAGOGISTA

#### DETTAGLI PERCORSO:

- n. 3 incontri per gruppo classe della durata di 2h ciascuno
- n. 1 incontro di presentazione\*
- n. 1 incontro di restituzione agli insegnanti\*

\* su richiesta, anche per i genitori

### FEMMINE E MASCHI SI NASCE, UOMINI E DONNE SI DIVENTA

Il presente progetto intende essere un primo passo nell'ambito dell'educazione al rispetto delle differenze e delle somiglianze di genere, in un'ottica preventiva di qualsiasi sopraffazione e abuso, per un rispetto della persona nella sua integrità biologica, psicologica e relazionale.

**Destinatari:** Classi di PRIMA, SECONDA e TERZA SUPERIORE

#### Obiettivi:

- Acquisire maggiore consapevolezza di sé e dell'altro nella scoperta delle differenze e delle uguaglianze.
- Aumentare la consapevolezza dei pregiudizi e stereotipi legati ai ruoli maschili e femminili.
- Far emergere nel gruppo classe dinamiche relazionali efficaci al benessere del singolo e del gruppo. Promuovere buone prassi di inclusione delle diversità.
- Valorizzare le differenze di genere (culturali, etniche ...) per creare ponti di integrazione



#### OPERATORI:

UNO PSICOLOGO/A o PEDAGOGISTA

#### DETTAGLI PERCORSO:

- n. 3 incontri per gruppo classe della durata di 2h ciascuno
- n. 1 incontro di presentazione\*
- n. 1 incontro di restituzione agli insegnanti\*

\* su richiesta, anche per i genitori

## ALTRI PERCORSI A SUPPORTO DI RAGAZZI, GENITORI ED EDUCATORI

### SPORTELLO DI CONSULENZA PSICOPEDAGOGICA RIVOLTO A GENITORI E INSEGNANTI

Lo sportello di ascolto psicologico è uno spazio all'interno della scuola dove ragazzi, insegnanti e genitori possono incontrare uno psicologo per confrontarsi su problemi e interrogativi che stanno loro a cuore.

Lo spazio dello sportello di ascolto per accompagnare ciascuno nella ricerca della propria risposta. Lo strumento utilizzato è quello del counselling.

**Destinatari:** Docenti e genitori delle scuole di ogni grado.

**Obiettivi:**

- Favorire il benessere psico-fisico dei bambini e dei ragazzi attivando, all'interno del contesto di crescita degli stessi, scuola e famiglia, le risorse e le strategie necessarie per una sana crescita.
- Individuare strategie e possibili schemi interpretativi che aiutino i docenti a gestire e affrontare le problematiche emergenti in classe.
- Fornire l'opportunità di rileggere le dinamiche di classe con il supporto di un esperto dell'età evolutiva.
- Proporre ai genitori un luogo di confronto per comprendere meglio i vissuti e i comportamenti dei propri figli per poter intervenire in modo adeguato.
- Offrire una consulenza psicopedagogica ai genitori della scuola che avvertono difficoltà, dubbi, problemi nell'educazione e nella crescita dei figli.
- Favorire e valorizzare le risorse interne del genitore e del sistema familiare e prevenire l'aggravarsi di problematiche e di situazioni di disagio.
- Aiutare i genitori a definire con maggiore chiarezza il problema presentato.
- Fornire informazioni per un eventuale invio alle strutture territoriali.



**OPERATORI:**

UNO PSICOLOGO/A o PEDAGOGISTA

**DETTAGLI PERCORSO:**

Colloqui individuali con i docenti e con i genitori, previo appuntamento.

## FORMAZIONE SUL CAMPO

Questo progetto è rivolto agli insegnanti che sentono la necessità di un confronto finalizzato all'esplorazione di alcune problematiche nella relazione con gli alunni e alla condivisione dei propri vissuti. Disporre di spazi di pensiero e condivisione in cui riflettere su quanto accade in classe può rappresentare un valido aiuto professionale.

Il lavoro dei conduttori sarà quello di mettere in luce modalità di approccio alternative maggiormente funzionali e aiutare i partecipanti ad acquisire strategie utili a migliorare la relazione sia con il singolo alunno sia con il gruppo classe.

**Destinatari:** Insegnanti, educatori di un singolo Istituto Scolastico.

### Composizione del gruppo di lavoro:

- Ogni gruppo a tema sarà composto da un minimo di 8 a un massimo di 12 partecipanti.
- Ogni insegnante potrà iscriversi ad un massimo di 2 incontri a sua scelta.
- Ogni classe potrà essere rappresentata in un gruppo da un massimo di 3 figure operanti al suo interno (comprese le figure educative e di sostegno).

### Finalità:

- Fornire supporto nella gestione di situazioni complesse o critiche;
- Facilitare il confronto e la collaborazione all'interno del gruppo di lavoro;
- Aumentare l'efficacia delle strategie operative utilizzate dai docenti.

### Temi proposti:

- Disturbi Specifici dell'Apprendimento.
- Disturbi dell'Attenzione e Disturbo Oppositivo Provocatorio.
- Rapporti con i colleghi: comunicazione interna al gruppo di lavoro, gestione differenze di stili ed eventuali conflitti interni.
- Rapporto Scuola-Famiglia.
- Ulteriori temi potranno essere affrontati su richieste specifiche delle insegnanti.

### Metodologia:

La metodologia prevista sarà di tipo attivo-partecipativo, per stimolare e facilitare la possibilità per ciascuno di esprimere le proprie idee e opinioni intorno al tema. Si partirà dall'analisi dei casi presentati e dalle esigenze del gruppo, analizzando la situazione da un punto di vista esterno.

I momenti più informativi saranno basati soprattutto sulla raccolta, la rielaborazione e l'approfondimento delle conoscenze che emergono nel gruppo stesso.

A questo scopo potranno essere utilizzate diverse tecniche attive, che stimolino l'espressione e la riflessione, come Role-playing, drammatizzazioni, brainstorming.

### Obiettivi:

- Accrescere la consapevolezza riguardo i vissuti e le resistenze emotive dei docenti nella gestione di situazioni problematiche all'interno della classe.
- Sostenere le competenze di ruolo in situazioni in cui il compito educativo dell'insegnante incontra difficoltà.
- Offrire strumenti specifici per analizzare, comprendere e affrontare problematiche psicopedagogiche o educative.
- Individuare strategie d'intervento alternative più funzionali e consapevoli.
- Favorire il benessere scolastico sia negli alunni sia nei docenti.



### OPERATORI:

DUE OPERATORI CEAF

### DETTAGLI PERCORSO:

Si prevedono 6 incontri di 2h ciascuno con cadenza mensile nei locali della scuola:

- n. 1 incontro di presentazione del progetto
- n. 4 incontri in gruppo tematico
- n. 1 incontro di restituzione-verifica

## SPORTING SKILLS

### LE COMPETENZE SPORTIVE CHE AIUTANO A CRESCERE

Lo sport non è solo un'attività ristoratrice, un passatempo ludico, allenamento e programma di benessere; è soprattutto occasione di crescita, di conoscenza di sé, di sperimentare sfide e imparare a stare bene con se stessi e con gli altri. Per la pedagogia lo sport sano, non quello malato di protagonismo, è una delle attività educative performanti, che permette di raggiungere la maturità con leggerezza e piacere. Per la psicologia l'atleta, quando utilizza le proprie risorse per mettere in campo prestazioni di livello, ne può trarre un'immagine di sé come efficace, competente e di valore.

**Destinatari:** bambini della Scuola dell'Infanzia e Primaria

#### Obiettivi:

- Acquisire una maggiore consapevolezza di sé, del proprio comportamento e delle interazioni.
- Stimolare i bambini e le bambine ad esprimere e valorizzare le proprie emozioni e i propri sentimenti.
- Promuovere l'osservazione delle dinamiche faticose all'interno del gruppo classe.
- Sostenere i comportamenti di cooperazione ed inclusione.



#### OPERATORI:

UNO PSICOLOGO/A o PEDAGOGISTA E UNO PSICOLOGO DELLO SPORT

#### DETTAGLI PERCORSO:

n. 6 Moduli di 1 incontro ciascuno

## SPORTING SKILLS

### LE COMPETENZE SPORTIVE CHE AIUTANO A CRESCERE

Non regole, ma leggi. Questo progetto propone un percorso per superare l'individualismo e sviluppare relazioni sane tra i pari. Lo sport non è solo un'attività ristoratrice, un passatempo ludico, allenamento e programma di benessere; è soprattutto occasione di crescita, di conoscenza di sé, di sperimentare sfide e imparare a stare bene con se stessi e con gli altri.

Per la pedagogia lo sport sano, non quello malato di protagonismo, è una delle attività educative performanti, che permette di raggiungere la maturità con leggerezza e piacere.

Per la psicologia l'atleta, quando utilizza le proprie risorse per mettere in campo prestazioni di livello, ne può trarre un'immagine di sé come efficace, competente e di valore.

**Destinatari:** ragazzi della Scuola Secondaria di Primo e Secondo Grado

#### Obiettivi:

- Stimolare nei ragazzi la conoscenza di sé, l'esplorazione delle proprie emozioni, dei propri vissuti e di quelli dei compagni.
- Facilitare nei ragazzi una comunicazione efficace all'interno del gruppo classe.
- Favorire la capacità di confronto e di scambio nel gruppo al fine di gestire al meglio i conflitti.



#### OPERATORI:

UNO PSICOLOGO/A o PEDAGOGISTA E UNO PSICOLOGO DELLO SPORT

#### DETTAGLI PERCORSO:

n. 2 Moduli di 4 incontri ciascuno



Fondazione  
**Centro  
per la famiglia**  
Cardinal Carlo Maria Martini Onlus  
CONSULTORIO VIMERCATE

**Consultorio di Vimercate**  
*Fondazione Centro per la famiglia  
Cardinal Carlo Maria Martini Onlus*

🏠 Via Mazzini, 33 - Vimercate (MB)

☎ 039 666464

✉ [info.vimercate@fondazionemartini.org](mailto:info.vimercate@fondazionemartini.org)

🌐 [www.fondazionemartini.org](http://www.fondazionemartini.org)