



### **Presentazione del Progetto di promozione del benessere affettivo "Alla scoperta delle emozioni"**

Da un'analisi svolta sui beneficiari dei servizi del Centro per le famiglie "Ohana", dal giorno dell'apertura ad oggi, è emerso che la maggior parte degli interventi sono finalizzati ad attivare percorsi richiesti dall'Autorità Giudiziaria. Riguardano dunque famiglie già in carico presso i Servizi Sociali territoriali perché caratterizzate da una condizione di fragilità.

Poiché è parte degli obiettivi del CpF rafforzare le competenze di tutto il nucleo familiare in funzione preventiva, abbiamo pensato di accrescere le opportunità e le modalità di accesso al Centro con una serie di appuntamenti laboratoriali, cicli di incontri pomeridiani su tematiche afferenti le diverse fasi di evoluzione del nucleo familiare. Per sottolineare il clima di convivialità che si intende stabilire tra i professionisti e i partecipanti alle attività, si è pensato di chiamare questi appuntamenti "Merenda al Centro".

Si inizierà a breve con un progetto di promozione del benessere affettivo rivolto ai bambini che frequentano la classe Terza della Scuola Primaria, "Alla scoperta delle emozioni", i cui dettagli sono allegati a questa comunicazione.

Per ogni laboratorio (composto da 4 incontri) saranno ammessi max 20 bambini. Qualora dovessero arrivare delle richieste maggiori, queste saranno evase il mese successivo.

Restando a disposizione per eventuali chiarimenti e/o approfondimenti, cordiali saluti

La Coordinatrice del Centro per la Famiglia "Ohana"

A.S. dott.ssa Rosa Alba Scarico

---

## “ALLA SCOPERTA DELLE EMOZIONI”

- **Obiettivo generale**

Il progetto di promozione del benessere affettivo dei bambini della scuola primaria, è finalizzato a far luce sull'importanza dell'educazione socio-emotiva fornendo, ai bambini che ne prenderanno parte e ai loro genitori, un'occasione per accrescere la consapevolezza emotiva e migliorare la capacità di espressione delle proprie emozioni.

Le emozioni giocano un ruolo fondamentale nella vita dell'essere umano, sia a livello individuale che collettivo. Se dedichiamo loro attenzione, se ci alleniamo a riconoscerle in noi e negli altri, a gestirle per ben orientare i nostri comportamenti, possiamo migliorare la qualità del nostro vivere, l'efficacia delle nostre azioni, ma anche le relazioni con gli altri. Allenare l'intelligenza emotiva è fondamentale per i bambini: insegnare loro l'alfabeto delle emozioni, le capacità fondamentali del loro cuore, conoscere loro stessi e ad imparare a vivere armoniosamente insieme agli altri, significa prepararli ad essere degli adulti maggiormente consapevoli delle proprie potenzialità personali e relazionali.

Soprattutto per i bambini, non è semplice dare un nome a ciò che provano o capire perché ci si sente in quel determinato modo. Questo genera confusione e disorientamento nel bambino stesso e in chi gli sta accanto.

Per questo motivo, aiutare il bambino a riconoscere le proprie emozioni, ad esprimerle in maniera più adeguata e a condividerle, può fornirgli strumenti per recepirle non più come segnali di pericolo, ma come indicatori dei suoi bisogni, agendo positivamente sul suo benessere psicologico e sul suo rapporto con l'ambiente.

Gli ambienti e i professionisti del Centro per la famiglia “Ohana” possono fornire uno spazio *fisico ed emotivo* di ascolto e di discussione in grado di favorire la condivisione

dei vissuti interni dei bambini.

L'incontro previsto con i genitori al termine delle attività, avrà l'obiettivo di presentare il progetto e le attività svolte con i bambini, con una restituzione finale del lavoro svolto.

- **Obiettivi specifici**

In particolare, le attività proposte avranno l'obiettivo di:

- ✓ Dare un nome alle principali emozioni e comprendere il rapporto con il comportamento
- ✓ Allenare il bambino a individuare ed esprimere le emozioni associate a certe situazioni
- ✓ Far comprendere il valore e la funzione legata ad ogni emozione, anche di quelle che all'apparenza sembrano meno positive
- ✓ Apprendere strategie utili a gestire le emozioni
- ✓ Favorire il confronto e lo scambio di idee ed esperienze così da ampliare le modalità di interazione con il gruppo

- **Strumenti utilizzati**

- ✓ Conversazione tendente ad individuare le conoscenze e i concetti spontanei dei bambini intorno a certi contenuti
- ✓ Brainstorming
- ✓ Circle time
- ✓ Giochi e attività mirate con le carte emozionali, carte delle situazioni emotive, il grafico delle emozioni, etc...

- **Modalità**



L'intervento si articolerà nelle seguenti fasi:

N° INCONTRO	ATTIVITÀ	DURATA
<b>1° incontro</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Introduzione del tema trattato;</li><li>• Spazio di ascolto, durante il quale verranno accolte le curiosità e le domande dei partecipanti;</li><li>• Gioco di presentazione e conoscenza dei membri del gruppo;</li><li>• Brainstorming sulle emozioni;</li><li>• Decorazione della cartellina personale che custodirà le varie schede dei laboratori previsti dal progetto.</li></ul>	<b>120'</b>
<b>2° incontro</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Attività di Circle Time;</li><li>• Gioco "del pensare, del sentire e del fare".</li></ul>	<b>120'</b>
<b>3° incontro</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Attività di Circle Time;</li><li>• Gioco con le carte delle emozioni.</li></ul>	<b>120'</b>
<b>4° incontro</b> (con la partecipazione dei genitori)	<ul style="list-style-type: none"><li>• Presentazione delle attività svolte;</li><li>• Attività di gioco condivisa con i figli.</li></ul>	<b>90'</b>

---

- **Tempi e professionisti impiegati**

I laboratori si terranno a cadenza settimanale per 4 settimane consecutive. Ogni incontro avrà la durata di circa 2 ore.

Gli incontri *totalmente gratuiti* saranno tenuti dalle professioniste del Centro per la Famiglia, laureate in Scienze dell'Educazione o Psicologia.

