Benessere, contrasto al disagio

Educare alle life skills

Gli ultimi anni, segnati dalla pandemia sanitaria, hanno ulteriormente acceso i riflettori sulla dimensione affettiva, sociale e relazionale di ragazze e ragazzi in fase evolutiva, colpita dalle misure restrittive degli ultimi due anni. Risulta dunque importante che la scuola diventi capace di promuovere uno sviluppo "integrale" delle persone, occupandosi oltre che della dimensione intellettiva e degli apprendimenti, anche delle competenze emotive e relazionali (life skills).
Come reso noto dall'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS), con il termine "*life skills si intendono tutte quelle abilità e competenze che è necessario apprendere per mettersi in relazione con gli altri e per affrontare i problemi, le pressioni e le difficoltà della vita quotidiana*".
La mancanza di tali skills socio emotive può causare, in particolare nei giovani, l'instaurarsi di comportamenti negativi e a rischio in risposta agli stress; per promuovere le life skills è perciò necessario introdurre specifici programmi nelle scuole o in altri luoghi deputati all'apprendimento.
Il progetto ha lo scopo proprio di introdurre e far sperimentare agli alunni tali abilità in un contesto di gruppo quale quello della classe.
In particolare la proposta si articolerà in 4 incontri da 2 ore ciascuno così divisi:

- ✓ **1. incontro:** come comunichiamo e stiamo con gli altri.
- ✓ **2. incontro:** diventare consapevoli del processo di decision making
- ✓ **3. incontro:** come riconoscere e dare un nome alle emozioni
- ✓ **4. incontro:** quando stare con gli altri diventa difficile

Rivolto a: classi di scuole secondarie di primo grado
Condotto da: esperte della Cooperativa Alveare
Modalità: 4 incontri da 2 ore ciascuno (per un totale di 8 ore)
Data e orario: il percorso è da concordare tra scuola ed esperte
Costi: da definire con la cooperativa
Info e iscrizioni: inviando email con i contatti dell'insegnante referente a:
alveare@cooperativasocialealveare.it