

Educare i bambini a comunicare e gestire le emozioni



L'interesse per la dimensione affettiva del bambino in età scolare è notevolmente cresciuto negli ultimi anni. I programmi di educazione affettiva mirano ad insegnare al bambino ad affrontare in modo costruttivo le difficoltà che può incontrare nella vita quotidiana.

L'educazione affettiva ha prevalentemente una funzione preventiva il cui scopo principale è quello di mettere il bambino in condizione di ridurre l'insorgere di stati d'animo eccessivamente negativi e di facilitare le emozioni positive, imparando ad autoregolare i propri vissuti emotivi.

L'Educazione Razionale Emotiva (ERE) è l'estensione in ambito educativo di una teoria psicologica, la Terapia Razionale Emotiva di A. Ellis, conosciuta anche con l'acronimo RET (Rational-Emotive Therapy).

L'assunto di base della RET sostiene che le nostre emozioni derivano non tanto da ciò che accade ma dal modo in cui interpretiamo e valutiamo tali avvenimenti. I problemi emotivi risultano quindi da errori nel modo di pensare riguardo determinati eventi e non dagli eventi in sé.

Obiettivi del corso

1. La valorizzazione del bambino, della sua identità e specificità e del suo benessere
2. Dare elementi teorici e tecniche spendibili nella pratica quotidiana che possano diventare parte del bagaglio di conoscenze delle insegnanti e dei bambini
3. Esplicitare l'importanza della conoscenza e della gestione del mondo emotivo da parte del bambino per incrementarne il benessere psicologico
4. Fornire strumenti utili a prevenire il disagio psicologico dei bambini
5. Aiutare le maestre a progettare attività da poter integrare con quelle curricolari
6. Preparare e sperimentare alcune di queste attività insieme alle maestre e ai loro alunni

Durata

10 ore di laboratori con i bambini condotti dalle maestre e dalla formatrice nel ruolo di osservatrice

3 ore di incontro finale di restituzione sulle attività in aula e di valutazione dell'intero percorso con la compilazione di un questionario di gradimento per la raccolta dei feed-back degli insegnanti

Didattica

Per quanto riguarda la parte dedicata alle insegnanti, gli incontri comprenderanno lezioni frontali ed attività di gruppo; patto formativo verrà esplicitato all'inizio di ogni giornata con il fine di rendere i più chiari possibili obiettivi e tempi.

Con i bambini verranno svolte delle attività pratiche che avranno l'obiettivo di introdurre alcuni dei temi centrali del corso. Lo scopo di queste ore è soprattutto quello di far prendere familiarità alle insegnanti con il tipo di attività che potranno essere loro utili in seguito per perseguire le finalità del corso.

Imparare a comunicare, conoscere le proprie emozioni e riconoscere quelle altrui è estremamente importante per:

- * benessere individuale
- * essere d'aiuto
- * valorizzare l'altro nella sua specificità
- * crescita e sviluppo psicologico equilibrato (prevenzione al disagio psichico)

Il corso, rivolto ad insegnanti della scuola primaria, tratterà a livello teorico e pratico diverse aree tematiche:

- * la comunicazione e le sue dinamiche
- * autostima e concetto di sé
- * l'educazione razionale emotiva

