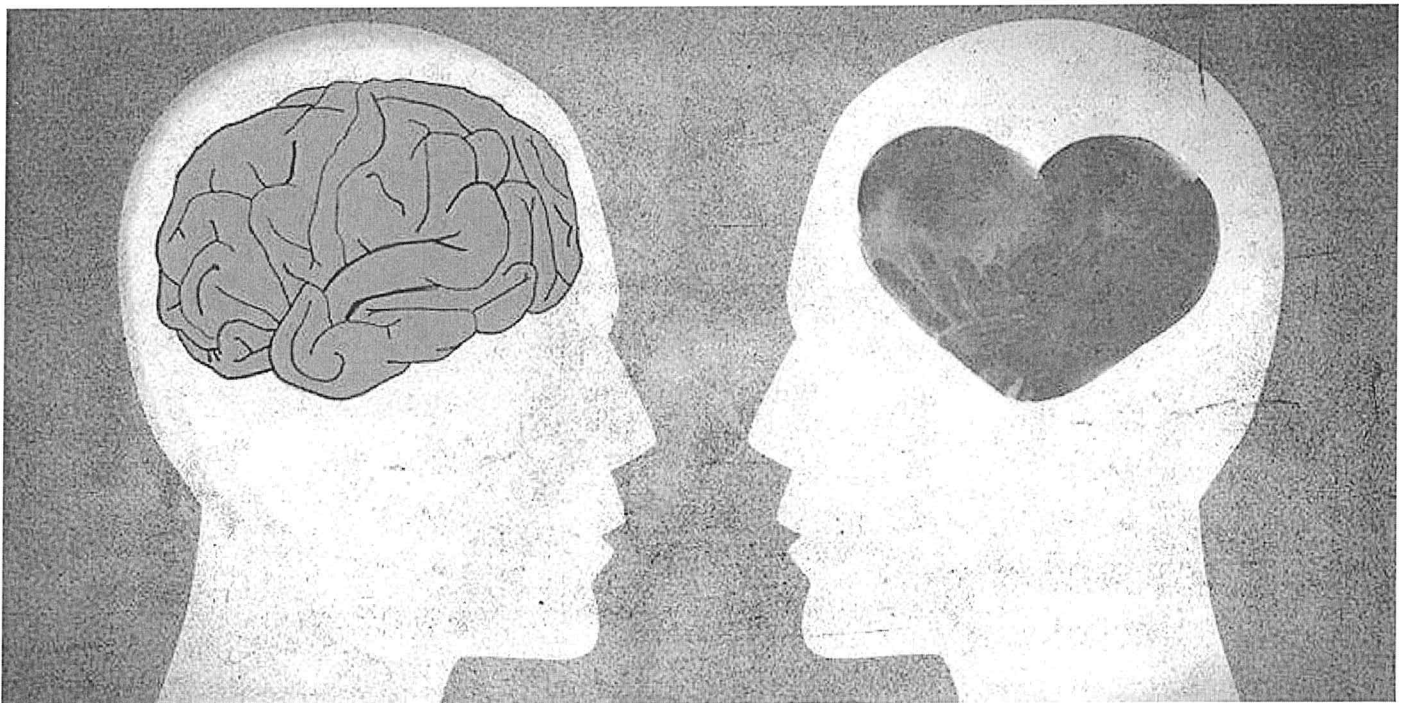




## *“Uno spazio per le emozioni”*

*Percorso socio-educativo a vocazione educativa  
per bambini dai 5 ai 17 anni sulle emozioni*



### Titolo del progetto e presentazione:

Il progetto "Uno spazio per le emozioni" che si andrà a proporre nelle pagine seguenti, vuole accompagnare i bambini dai 5 ai 17 anni lungo un percorso che seguirà le seguenti linee guida:

- ✦ Ascolto e conoscenza di sé, del proprio corpo e delle proprie emozioni;
- ✦ Le relazioni: dal microsistema al gruppo dei pari;
- ✦ Le dinamiche relazionali ingroup e outgroup.

### Spazi destinati alle attività:

L'Istituto "Belisario Arnò" di Manduria, sito in via Santa Lucia,4 è dotato di ampio spazio esterno destinato ai momenti ricreativi e di gioco organizzato: è a disposizione un cortile interno al suddetto istituto, nonché un'area di ingresso per l'accoglienza degli utenti. Riguardo gli spazi interni a disposizione vi sono varie zone al chiuso. Siamo dotati di un'ampia palestra dedicata alle attività ludiche in caso di pioggia, di una "Sala Comune" già a disposizione dei minori iscritti al Centro Socio Educativo Diurno, tre sale per le attività quotidiane (di cui una è la Biblioteca di Comunità) e una sala computer.

### Finalità:

Il seguente progetto vuole costruire una comunità che si apre all'ascolto attivo, dialogico e partecipativo che infonda nelle nuove generazioni un atteggiamento di reciprocità e valorizzazione dell'altro partendo dalla conoscenza di sé.

### Caratteristiche del progetto:

Il seguente progetto è stato pensato per tre fasce d'età (5-10 anni, 11-13 anni e 14-17 anni) e le attività sono calzanti con ogni fase evolutiva in questione. Può essere realizzato sia per le tre fasce d'età che per una di queste. Ogni percorso ha un cammino a sé con specifici obiettivi minimi. La scelta di destinarlo a tre fasce di età in maniera distinta nasce da un'esigenza pedagogica chiara, poiché ogni fase evolutiva ha una visione e un bisogno differenti. Si prevede un momento iniziale unico (di gioco strutturato) e in seguito ci si divide a seconda del percorso più consono.

### Metodologie:

1. **Ascolto attivo:** è una tecnica, il cui scopo è quello di esprimersi esplorando parti di sé meno consapevoli, ampliando così la propria consapevolezza emotiva;
2. **Brainstorming:** è una tecnica che consente ad ogni utente di esprimere il proprio parere senza sentirsi giudicato;
3. **Stimoli multimediali:** video, musica e immagini per avvicinarsi al contesto e alle modalità di comunicazione rendono gli incontri più dinamici;
4. **Gioco guidato:** gioco mediato da un conduttore adulto che aiuta il bambino a comprendere la realtà delle regole e le relazioni con la realtà vicina.

## ✚ Lo sportello d'ascolto "E tu come stai?"

Per ragazzi dagli 11 ai 17 anni

Lo sportello d'ascolto, all'interno del centro socio educativo, permette al giovane ragazzo di incontrare una persona che, in un luogo protetto possa accogliere i suoi bisogni e le preoccupazioni di quel momento relativi, sia al proprio **mondo interno** che, a quello della **scuola**.

**Obiettivo:** Lo sportello d'ascolto, quindi, si propone come **spazio "pensato"** per ascoltare le richieste, i dubbi e le preoccupazioni degli adolescenti, in un'ottica di prevenzione del disagio.

### **MODALITA'**

L'attivazione dello sportello prevede alcuni step preliminari:

1. diffusione del servizio a mezzo stampa e social;
2. iscrizione tramite un google form presente all'interno della pagina Facebook "Centro Diurno Belisario Arnò";
3. chi ne farà richiesta sarà contattato dal coordinatore del progetto per fissare un appuntamento;
4. la durata dell'appuntamento avrà durata di 45 minuti.

## ✚ Percorso per bambini 5-10 anni

Il ciclo di incontri avrà come filo conduttore una storia che, partendo dalla lettura dell'episodio giornaliero, si sviluppano le attività di gruppo.

### **Obiettivi minimi:**

- Interiorizzare il rispetto di regole e confini;
- Imparare a riconoscere le proprie emozioni;
- Sviluppare le capacità di relazione e confronto con gli altri;
- Sviluppare una propria capacità critica ed autoriflessiva;
- Riflettere sulla ricchezza della diversità;
- Valorizzare i diversi aspetti che caratterizzano ognuno.

### 1° incontro

#### "Il mio corpo parla"

La conoscenza di sé è favorita dall'esplorazione dei propri sensi, un'esperienza che arricchisce il proprio modo di esprimersi, di interpretare e interagire con la realtà circostante aumentando la consapevolezza di strumenti già interiorizzati.

### **Struttura dell'incontro:**

#### **Momento laboratoriale.**

1. Presentazione e giro dei nomi;
2. Si chiede ai bambini di presentarsi attraverso dei gesti e il proprio corpo. Il numero di gesti a disposizione per ogni bambino sarà deciso dal lancio di un dado.
3. I bambini vengono divisi in coppie e vivono l'esperienza del guidare ed essere guidati;
4. Da dove nascono le emozioni? I bambini verranno invitati a riflettere sulle loro emozioni che vivono nella quotidianità con particolare attenzioni alle manifestazioni corporee.

### **Conclusioni.**

2° incontro  
 “Conosciamo le emozioni”

Esplorare con i bambini il mondo emotivo è importante per favorire la capacità di riconoscerle, nominarle ed imparare ad essere consapevoli, promuovendo la loro capacità empatica ed autoriflessiva.

**Struttura dell'incontro:**

**Introduzione e saluti.**

**Momento laboratoriale.**

1. Presentazione delle emozioni attraverso i video di “Inside Out”;
2. Consegna di cartoncini bianchi: ogni bambino dovrà scrivere e/o disegnare l'emozione che provano e gli aspetti positivi e negativi della stessa;
3. Definire come le emozioni aiutano a costruire la nostra personalità.

**Conclusioni.**

3° incontro  
 “Io e l'altro”

Il gruppo dei pari ha un ruolo centrale nel percorso evolutivo di un bambino e poi di un adolescente. I bambini, pertanto, saranno guidati nella riflessioni sul senso e sul significato della relazione con i pari.

**Struttura dell'incontro:**

**Introduzione e saluti.**

**Momento laboratoriale.**

1. I bambini saranno divisi in due gruppi per creare con la tecnica del collage un cartellone sull'amicizia;
2. Costruzione del proprio universo personale: “Chi fai entrare nel tuo mondo?” Attività di brainstorming in risposta alla domanda e discussione in gruppo.

**Conclusione.**

✚ Percorso per preadolescenti 11-13 anni

La preadolescenza è un periodo di grande cambiamento. Il preadolescente vive gli estremi, può sentirsi esaltato, eccitato, profondamente incompreso, triste, arrabbiato e l'alternanza tra questi estremi è veloce, repentina e senza controllo. La sensazione di un ragazzo è quella di essere frammentato e di non avere punti di riferimento.

**Obiettivi minimi:**

- Favorire l'accesso ad una capacità introspettiva di ascolto e riflessione su di sé;
- Rassicurare i preadolescenti fornendo loro la possibilità di confrontarsi;
- Individuare quali sono le caratteristiche che definiscono una buona/sana relazione;
- Esplorare gli aspetti legati alla costruzione della propria identità;

1° incontro  
"Corpo ed emozione"

La qualità della vita di un preadolescente è influenzata dal modo in cui imparare, durante la sua vita, a comprendere, riconoscere e nominare le proprie emozioni. Il corpo, primo indicatore di crescita, subisce, durante questa fase evolutiva, importanti trasformazioni e suscita emozioni e sensazioni nuove.

**Struttura dell'incontro:**

**Momento iniziale.**

**Momento laboratoriale:** "Il mio corpo cosa mi dice?" viene presentata un'immagine data da Lawrence, "la fiamma delle emozioni" e suddivisi in due sotto-gruppi dovranno analizzare un evento accaduto in gruppo individuando: l'evento scatenante, la reazione del corpo, l'espressione e ciò che si sentiva internamente.

**Conclusione.**

2° incontro  
La famiglia

La famiglia ha un ruolo fondamentale nella crescita di un bambino e ha un ruolo ancor più fondamentale nel periodo preadolescenziale. Anche se un ragazzo non dimostra questo bisogno, cioè di avere i propri punti di riferimento vicini, e appare più distaccato e lontano, in realtà, la certezza che il luogo delle relazioni primarie c'è è imprescindibile.

**Struttura dell'incontro:**

**Momento iniziale.**

**Momento laboratoriale:** attraverso la visione di tre filmati i ragazzi saranno invitati a riflettere in gruppo sui punti di vista circa la relazione genitore-figlio e sui sentimenti che ne derivano.

1. *La distanza: difficoltà comunicativa tra genitori e figli.*  
Video tratto dal film "Sciàlla" (Stai sereno!) (2011)
2. *Il sentire e il sentirsi distanti.*  
Video tratto dal film "Bianca come il latte, rossa come il sangue" (2013)
3. Ascolto della canzone "Padre- Madre" di Cesare Cremonini e riscrittura individuale e/o di gruppo di una strofa della canzone che descrive il proprio rapporto con i propri genitori.

**Conclusione:** sarà proposto ai ragazzi un questionario individuale che li guidi nel sentire le diverse sfumature del rapporto genitore-figlio.

3° incontro  
Il gruppo dei pari

Le relazioni che nascono in preadolescenza tra i propri pari sono fondamentali nel percorso evolutivo di un minore. L'incontro in questione è dedicato a far emergere i ruoli che si adottano quando si è in gruppo.

**Struttura dell'incontro:**

**Momento iniziale.**

**Momento laboratoriale:****Il mio riflesso.**

I ragazzi si siedono in cerchio. Verranno chiamati uno alla volta a specchiarsi; dopo di che verrà dato loro un questionario con due domande. Al termine della riflessione i ragazzi metteranno i questionari ripiegati in un cesto; un animatore ne estrarrà alcuni. Nella condivisione i ragazzi discuteranno dei questionari estratti e di ciò che loro hanno scritto.

**DOMANDE:**

1. Chi sono io?
2. Chi vorrei diventare?

Dopo aver parlato di sé stessi, verranno definiti quelli che sono i ruoli presenti all'interno del gruppo.

- o Al ragazzi verrà chiesto di mettere in scena delle dinamiche di gruppo esistenti e in seguito dovranno riconoscere le stesse a partire dai ruoli agiti dai diversi componenti del gruppo dei pari.

4° incontro  
La qualità della vita

Capire l'importanza della qualità della vita rispetto alla quantità è di fondamentale importanza in un percorso di crescita per un preadolescente. Riconoscersi è fondamentale e porre uno sguardo sui propri doni e i propri limiti è propedeutico per intraprendere la strada verso il benessere sociale.

**Struttura dell'incontro.****Momento iniziale.****Momento laboratoriale:**

I ragazzi hanno a disposizione un foglio da compilare, diviso, in due colonne. Sulla prima dovranno scrivere i loro doni = qualità, abilità, aspetti positivi del carattere della loro persona:

- Almeno 5 doni personali che considerano "innati", cioè posseduti dalla nascita;
- 3 doni scoperti negli ultimi 5 anni,
- 1 dono scoperto nell'ultimo anno.

Nella seconda colonna dovranno scrivere al massimo cinque limiti = fragilità del carattere, aspetti di maturità, atteggiamenti che allontanano gli altri o che fanno disperdere molte energie. Successivamente verrà chiesto ai ragazzi di collegare tra loro quei doni e quei limiti che si richiamano a vicenda, e che possono essere considerati, a volte, come l'uno l'opposto dell'altro. Nel gruppo si può condividere quello che si è scoperto, le difficoltà, le novità.

N.B. I limiti possono essere guardati con rassegnazione o con uno sguardo aperto all'accoglienza.

**Conclusione.**

## ✦ Percorso per ragazzi 14-17 anni

### 1° incontro Le tre stanze

L'elaborazione di un'idea di sé è uno dei principali compiti del periodo adolescenziale. L'adolescente comincia a mettere in discussione anche la propria identità ed inizia il percorso della costruzione di un'immagine di sé.

#### Struttura dell'incontro.

##### Momento iniziale.

##### Momento laboratoriale:

Nel corso del periodo preadolescenziale e adolescenziale la domanda che i nostri si pongono più spesso è "Chi sono io?", "Chi voglio diventare?", "Quali sono i miei bisogni?". I ragazzi sono alla estenuante ricerca di modelli (spesso vincenti) e stimoli che possano aiutarli a cercare la strada migliore per sé. Film, tv, internet, musica e giornali dicono loro di non perdere tempo, di divertirsi, di cercare piacere istantanei e di godersi la vita. Mettiamo alla prova i ragazzi attraverso questa attività esperienziale e facciamoli entrare in tre stanze del mondo che proponiamo loro.

- **La stanza della televisione:** in questa stanza vi è una televisione con delle pubblicità a ripetizioni con pubblicità promozionali sul corpo e come raggiungere la felicità con un bel corpo.
- **La stanza della musica:** i cantanti, i nostri idoli ci comunicano sempre qualcosa. Spesso parlano d'amore e raccontano qualcosa che noi sentiamo già e che, alle volte, non riusciamo ad esprimere a parole. Facciamo ascoltare ai ragazzi queste tre canzoni: "Me sex" (dei Negrita), "Non lo sai" (di Shiva) e "Come nelle canzoni" (di Coez).
- **La stanza dello sguardo:** Non c'è sguardo senza un corpo, un corpo che è in contatto con gli altri corpi. E questo corpo noi lo siamo molto più che abbiamo. Ogni ragazzo sarà invitato a sostare per un minuto o due davanti ad uno specchio grande abbastanza per avere una visione complessiva del proprio corpo... atteggiandosi come gli pare (facendo smorfie, restando naturale, danzando, saltando...) per osservare i propri movimenti sovrapposti ad una musica sparata ad alto volume dall'esperto animatore. Lo scopo è quello di invitare i ragazzi ad osservarsi in modo sdrammatizzante, ed a ripetere senza paura un gesto che nella quotidianità ripetono spesso con maggior civetteria o insofferenza. Successivamente, si invitano i ragazzi ad un momento di lavoro personale; ciascuno riceverà un foglio di carta formato A3 sul quale sarà invitato a disegnare il proprio corpo evidenziando i punti di forza ed i punti di debolezza, le parti che conosce meglio e/o le parti che non apprezza, quelle che lo sguardo degli altri si crede abbia giudicato in modo negativo.

**Conclusioni:** ci si ritrova tutti insieme e si condividono le impressioni di tale esperienza alla fine vengono poste loro alcune domande per innescare una discussione di gruppo sul tema soprattutto dello sguardo (sia su sé stessi che sugli altri). *Quali sguardi ci sono nella giornata? Quali sguardi degli altri fanno stare bene... ma soprattutto perché? Chi sa guardarci in profondità? E chi no?*

## 2° incontro

### La linea del tempo di una relazione

Una delle emozioni più contrastanti vissute in adolescenza è la paura di essere rifiutati ma anche la voglia di avvicinarsi a qualcuno con cui entrare in contatto. Abbiamo visto precedentemente che lo sguardo su di noi e sugli altri ha una valenza specifica sul nostro sentire, per questo ognuno è portato a inventare nuove strategie per dare un giusto proseguimento ad esso. Divisi in sottogruppi, si ragiona, insieme ai ragazzi, sulle varie tappe dell'amore che dall'innamoramento si arriva al rapporto stabile.

#### Struttura dell'incontro.

##### Momento iniziale.

**Momento laboratoriale:** I ragazzi dovranno costruire una linea del tempo di una relazione di coppia, "dal primo sguardo" a "stanno insieme da un anno".

Discussione di gruppo mediata dal conduttore dell'incontro.

## 3° incontro

### Il mio cuore

Gli amori adolescenziali corrispondono a legami spesso esclusivi e funzionali, totalizzanti in cui non vi è spazio solo per l'io, ma anche per il noi. Il rischio è quello di isolarsi da determinate esperienze al di là della relazione affettiva dimenticandosi del gruppo dei pari, della famiglia e della scuola. L'obiettivo dell'incontro è quello di imparare a sapersi ascoltare e poter riconoscere i propri ed altrui bisogni.

#### Struttura dell'incontro.

##### Momento iniziale.

##### Momento laboratoriale:

**1° momento:** Visione di un video sulla reciprocità e attività di brainstorming su "*Cosa è indispensabile in una relazione?*".

**2° momento:** È il cuore a dirci cosa ci piace e non ci piace, cosa ci rende felici o ci rattrista. Esso ci dice. Viene chiesto ai ragazzi di disegnare un grande cuore e DIVIDETELO in tante parti quante sono le persone che **VERAMENTE** lo abitano scrivendo il loro nome. (*Per chi c'è posto nel vostro cuore? Quanto è grande questo posto? C'è ancora un posto libero? Quanto amate voi stessi?*);

**3° momento:** Dopo aver fatto questo dividetevi in gruppi di quattro e confrontatevi sulle difficoltà e/o facilità che avete avuto nel compiere questa attività. Possono essere poste anche delle domande. (*Quali diversi tipi di amore vivo? Delle persone che ho indicato quante ne fanno parte della mia famiglia? Quanto posto occupo io stesso? Cosa apprezzo di più delle persone che ho indicato?*)

#### Conclusioni.



## 4° incontro Amore e sessualità

La sessualità è una componente fondamentale della vita di una persona. Per gli adolescenti è difficile trovare una propria dimensione sessuale che non scaturisca dall'adesione a modelli esterni a cui si adeguano in modo passivo. Tale atteggiamento è amplificato dalla società odierna che ci offre modelli poco chiari con i quali confrontarsi. E' bene, quindi, approcciarsi a questo tema, anche se si ha avuto già esperienza in merito, con sguardo critico per dare maggiore significatività e consapevolezza a questa dimensione importante.

### Struttura dell'incontro.

#### Momento iniziale.

**Momento laboratoriale:** viene consegnato ai ragazzi un questionario anonimo alla quale ogni ragazzo, per un tempo limitato, avrà la possibilità di confrontarsi con sé stesso su delle domande personali.

Subito dopo in piccoli gruppi i ragazzi verranno guidati da un esperto del settore (psicologo e/o sessuologo) nel confronto sul tema della sessualità come scelta consapevole. **Conclusioni.**

#### Numero di bambini accolti:

Per il seguente progetto il Centro Diurno "Belisario Arnò" può accogliere, rispetto il rapporto espresso nell'avviso pubblico, 3 bambini disabili (rapporto 1:1), 12 bambini della fascia 5-10 anni (rapporto 1:5 e rapporto 1:7) e 10 ragazzi della fascia 11-17 (rapporto 1:10). I bambini che possono essere accolti saranno in totale 25.

#### Organizzazione spazi interni ed esterni:

Come già espresso precedentemente (vd. Spazi destinati al progetto), l'Istituto "Belisario Arnò" offre la possibilità di destinare, a seconda delle attività previste, sia spazi interni che spazi esterni. Gli spazi esterni (cortile interno e spazio esterno per l'accoglienza) saranno destinati alle attività di gioco strutturato e/o di gruppo, invece quelli interni per le attività educative-laboratoriali. Abbiamo a disposizione, inoltre, di una palestra a disposizione in caso di pioggia e di 5 stanze interne per le attività. Per quanto riguarda la disponibilità dei bagni, invece, disponiamo di 6 bagni che possono accogliere fino ad un massimo di 30 minori.

#### Accoglienza bambini e adolescenti con disabilità:

Il seguente progetto è stato pensato anche per bambini e adolescenti con disabilità psico-motoria. Disponiamo di ambienti al piano-terra dedicati a loro.

#### Articolazione della giornata e orario quotidiano di funzionamento:

Gli incontri totali previsti per il seguente progetto sono di 12. Verranno programmati 4 incontri per due volte alla settimana divisi per gruppi nel rispetto delle fasce di età.

#### Giornata:

**Ore 17:00 - 17:30 gioco libero e/o organizzato**

**Ore 17:30 - 18:15 attività di gruppo divisi per fasce d'età**

**Ore 18:15 - 18:30 saluti**

Competenze degli operatori impiegati:

- **Suor Giuseppa Maria Mitruccio**, religiosa e coordinatrice di progetto
- **Dott.ssa Ivana Piccinni**, educatrice e psicologa
- **Dott.ssa Letizia Sgobbio**, educatrice
- **Mattia Stefanelli**, educatore e laureando in "Educatore Socio-Culturale" L19 (Università del Salento)

Figura di coordinamento educativo ed organizzativo del gruppo degli operatori:

- **Suor Giuseppa Maria Mitruccio**, religiosa e coordinatrice di progetto

Spese e costi

Il progetto "Uno spazio per le emozioni" prevede un costo *pro-capite* di €40,00 per i 25 minori coinvolti da convenzionare sulle diverse fasce di età.

RECAPITI:

Telefono fisso: 0999711134

E-mail: [ist\\_belisarioarno@libero.it](mailto:ist_belisarioarno@libero.it)

Pec: [istitutobelisarioarno@pec.it](mailto:istitutobelisarioarno@pec.it)