

PROGETTO AFFETTIVITA' CLASSI SECONDE SCUOLA SECONDARIA PRIMO GRADO "SABIN"

SENTO, PENSO, DICO

Nella tappa di crescita che va dagli 11 ai 14 anni, i/le ragazzi/e vivono un periodo di profondi e continui cambiamenti, sia a livello fisico, per il sopraggiungere della pubertà, sia a livello psicologico, attraverso lo sviluppo di nuove modalità di pensiero e la ricerca di nuove forme di autonomia e di primi tentativi di distacco e separazione dall'ambito familiare. Il tema del cambiamento è quindi centrale in questa delicata fase di vita: l'obiettivo è di riflettere sui cambiamenti corporei ed emotivo-relazionali della pubertà, nel rispetto delle differenze di genere, di atteggiamenti e di valori.

In un contesto sociale come quello attuale, dove i media, cellulari ed internet, rappresentano un'importante fonte di informazioni, diventa sempre più importante creare momenti formativi ed educativi relativi alla sessualità, tematica complessa quanto delicata, sulla quale spesso e con estrema facilità passano agli adolescenti messaggi distorti, non equilibrati e confusivi. L'importanza dell'educazione socio-affettiva si fonda nella sua capacità di non concentrarsi su tematiche informative nell'ambito della sessualità, ma di costituire un percorso formativo di sviluppo delle competenze di vita (life skills) necessarie a favorire nelle studentesse e negli studenti tutte le competenze di dialogo e comunicazione, di ascolto e relazione efficace al fine di un'armonica educazione affettiva e alle emozioni e un sereno sviluppo della sessualità.

Obiettivi:

- Sviluppare nei/le ragazzi/e un atteggiamento positivo e responsabile di rispetto di sé e dell'altro nella dimensione corporea e relazionale, verso le dimensioni dell'affettività e della sessualità, anche alla luce dell'uso delle nuove tecnologie e dei social.
- Fornire informazioni, strumenti e contenuti sulla tematica, finalizzati al rafforzamento delle competenze pro salute e benessere in senso olistico.
- Promuovere il confronto, la curiosità, l'ascolto e la possibilità di porre domande riguardanti i temi dell'affettività, dello sviluppo e della crescita.
- Affrontare i temi dell'educazione alla sessualità e all'affettività, focalizzando l'attenzione sulla crescita e sul cambiamento (fisico ed emotivo), rispettando la maturità di ciascun gruppo classe e i bisogni specifici individuati grazie al supporto del docente.
- Allenare alcune life skills dell'area relazionale ed emotiva, per acquisire consapevolezza delle proprie risorse personali e implementarle.

Primo incontro:

- il mio corpo che cambia→ si riflette sui cambiamenti puberali in atto in ambo i sessi con un'attività in piccoli gruppi seguita da una riflessione in plenaria.

- come mi sento nel mio corpo che cambia? → favorire la riflessione su se stessi e quanto ci si senta a proprio agio o meno con questi cambiamenti (fisici ma anche cognitivi e caratteriali) con un'attività individuale a cui segue momento in plenaria.

- momento di chiusura guidato dalla psicologa.

Secondo incontro:

- il linguaggio delle emozioni: i ragazzi scelgono liberamente da una lista alcune emozioni/sentimenti, indicando quando le hanno provate, che cosa hanno sentito e che cosa hanno poi fatto. Dalla discussione in plenaria, emergerà l'importanza di saper riconoscere e nominare le proprie emozioni/sentimenti e come gestirle al meglio.

- m'ama o non m'ama? A fronte di una lista che viene fornita dalla psicologa (es. Tenersi mano nella mano • Ballare insieme • Stringersi e abbracciarsi • Sorridersi l'un l'altro • Andare al cinema insieme • Conoscere i suoi amici • Parlare dei propri sentimenti • Ascoltare musica insieme), si invita la classe a proporre altre modalità, sottolineando la ricchezza delle manifestazioni di affetto: parole di rassicurazione, di incoraggiamento, complimenti, condivisione di momenti speciali, gesti di servizio, piccoli doni, scambi di affetto e di confidenze.

- momento di chiusura guidato dalla psicologa.

● Incontro di restituzione a genitori e insegnanti online, della durata di 60 minuti. Si esporranno i risultati degli incontri e verranno presentati gli argomenti più significativi e le tematiche più frequenti poste dagli allievi.

Gli argomenti esposti saranno opportunamente calibrati, nel rispetto del loro grado di recezione e dei tempi di interiorizzazione.

Operatrice: Rebecca Minoliti, psicologa dell'età evolutiva

Classi coinvolte: 9 classi seconde della scuola secondaria di primo grado dell'Istituto Comprensivo Sabin

Durata del progetto: due incontri di 90 minuti per classe (Totale 3 ore per classe)

E' vietata la riproduzione, anche parziale e la diffusione dei contenuti che sono di proprietà di CSE Milano – Centro Servizi Educativi Cooperativa Sociale