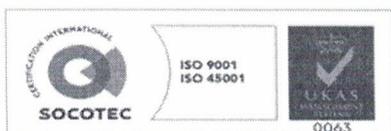


# Ben-ESSERE a scuola



Laboratorio sulle relazioni, gestione dei  
conflitti, prevenzione al Bullismo

**A.s. 2021/2022**



Sede Legale: ROMA - 00184 - V. Cavour 325  
Tel. 06.6976001 - Fax 06.69760026  
Email: segreteria@cotrad.org - PEC: cotrad@pec.it  
Sito web: [www.cotrad.org](http://www.cotrad.org)

Albo Società Cooperative A103396  
CCIAA (REA) di Roma 428270  
Reg. Imprese di Roma e C.F. 03208980585  
Partita IVA 01171621004

## Promozione della salute e prevenzione del disagio

Il progetto “**Ben-ESSERE a scuola**” nasce in un’ottica ben precisa, di prevenzione primaria, secondo un modo del tutto innovativo di intendere e concepire le problematiche del nostro tempo.

Da questo punto di vista il benessere è una costruzione, a cui concorrono e partecipano in prima persona, i soggetti interessati dal progetto, in questo caso i bambini dell’infanzia, delle elementari, i ragazzi delle medie e le figure che ruotano attorno ad essi (insegnanti e genitori).

Attraverso un percorso graduale di educazione alla salute, di informazione e formazione e di prevenzione al disagio, il progetto mira a rendere bambini e ragazzi soggetti attivi nel raggiungimento del proprio benessere personale attraverso un approccio basato sulla congruenza, l’empatia e l’attenzione positiva incondizionata che, in ambito educativo, diventano chiarezza dei messaggi espressi in prima persona (il messaggio – Io), l’attitudine all’ascolto (l’ascolto attivo – circle time) il rispetto dei valori e delle aree di libertà delle persone (la risoluzione dei conflitti con il metodo del problem solving), la prevenzione al Bullismo e Cyber bullismo.

## La figura dello psicologo a scuola

Uno dei contesti in cui il contributo dello psicologo è sempre più necessario e prezioso è indubbiamente la SCUOLA: luogo affettivo e sociale in cui bambini e ragazzi crescono e vivono oltre che “imparare” e in cui il loro disagio può quindi anche prendere forma e spazio.

Il progetto “Ben-ESSERE a scuola” realizzato all’interno delle scuole materne, elementari e medie del Territorio, mette proprio a disposizione dei plessi scolastici e quindi degli insegnanti, degli alunni e dei genitori, la figura dello psicologo come consulente ed esperto di interventi educativi all’interno delle classi.

## Fasi e tempi

Lo psicologo sarà presente per tutto l’anno scolastico una volta a settimana per un totale di 5 ore ed effettuerà degli interventi su tutte le classi di infanzia, primaria e secondaria attraverso tecniche di gioco ed attività personalizzate in base all’età degli alunni.

La durata dei laboratori all’interno della scuola sarà di un’ora per ogni classe.

## ○ Obiettivi dei laboratori:

- Creazione di un clima di fiducia e collaborazione
- Favorire lo sviluppo di un atteggiamento positivo nei confronti di se stessi e degli altri
- Consapevolezza di sé e del proprio apporto nel gruppo
- Far sperimentare situazioni attraverso le quali gli alunni possano porsi in relazione con l'altro positivamente, gestendo adeguatamente gli eventuali conflitti
- Comprendere l'importanza del rispetto degli altri e gli effetti delle proprie azioni sugli altri
- Favorire l'integrazione e l'accettazione della diversità
- Stimolare il dialogo e la condivisione
- Sviluppare strategie per la risoluzione del conflitto
- Prevenire forme di bullismo e cyber bullismo

## Metodologia

I metodi e le attività che si utilizzeranno saranno finalizzati a stimolare la partecipazione, il confronto, la condivisione di esperienze e di significati, l'esplorazione delle proprie conoscenze e a maturare il rispetto per opinioni e valori diversi dai propri.

Di seguito, a titolo di esempio, alcune tecniche che verranno utilizzate:

- Il **role – playing** o gioco di ruolo è una tecnica derivata dallo “psicodramma” o “teatro della spontaneità” e consiste nel mettere in scena una situazione possibile, partendo da un fatto già avvenuto o che può accadere. I partecipanti interpretano un ruolo e non se stessi. A volte assumono ruoli anche molto diversi da quelli della vita reale, per valutare da più angolazioni un determinato problema. La rappresentazione scenica, in quanto finzione, permette agli “attori” di esprimersi più liberamente e di rendere più evidenti ed espliciti atteggiamenti e modi di pensare. L'obiettivo è discutere e condividere soluzioni possibili a problemi comuni.
- Il **Brainstorming** è un termine inglese che letteralmente significa “tempesta di idee” e indica un flusso di pensieri e idee che affiorano spontaneamente e liberamente per libera associazione, slegate da qualsiasi regola predefinita. E' una tecnica di lavoro di gruppo utile a far emergere e a raccogliere idee e opinioni relative a un determinato tema in un arco di tempo ridotto. Il brainstorming focalizza

la discussione su un concetto concreto e semplice. I partecipanti sono liberi di intervenire senza rispettare un ordine prefissato in modo da ampliare la riflessione sul tema in questione. Nessuno deve commentare le idee emerse, anche le più strane o più lontane dalla parola/frase stimolo, e tutti devono rispettare le idee altrui. Ogni idea o parola emersa diventa stimolo per

la comparsa di altri concetti, fino a arrivare a avere un quadro completo e articolato del tema oggetto di discussione

- Il **circle time** La modalità di comunicazione circolare, oltre a creare un clima di maggiore serenità e fiducia all'interno della classe, potenzia enormemente il coinvolgimento e la partecipazione in tutte le attività. La disposizione in cerchio facilita la conoscenza e la comunicazione nella fase dell'accoglienza in classe, ma anche nella formazione dei gruppi di lavoro o all'inizio di una qualunque attività collettiva. La distribuzione paritaria dello spazio fisico e la rigorosa rotazione degli interventi producono quasi subito nei partecipanti un senso di complicità positiva all'interno del gruppo; il cerchio viene percepito come un contenitore solido che sviluppa e potenzia reti di sostegno.
- **L'Ascolto attivo** L'educatore cercherà di rapportarsi con gli alunni con l'uso di parole quali collaborare, ascoltare, confrontarsi, andare d'accordo, ecc.. cercando di attivare l'ascolto, entrando in un rapporto di empatia.

Coordinatore del progetto

*Dr.ssa Massimiliano Colizzi*



Referente del progetto

*Dr.ssa Laura Di Stefano*

