**Regione Calabria**

**PROGETTO INTERISTITUZIONALE**

**Giunta regionale- Questura di Catanzaro- Direzione Scolastica Regionale - ASP CZ**

**“ Educare alle emozioni per una convivenza civile "**

**SKILLS FOR LIFE ”**

*“L'intelligenza emotiva è una miscela equilibrata di motivazione, empatia, logica e autocontrollo, il tutto guidato dalla consapevolezza di sé.” Ernesto Visentin*

**Premessa**

L’intelligenza emotiva è la capacità di riconoscere, comprendere, utilizzare e gestire in maniera consapevole le proprie emozioni.

Le azioni dell’uomo sono in gran parte determinate dalle emozioni; la carenza di educazione emotiva è concausa di malessere personale, di disagi relazionali e di comportamenti disfunzionali nei gruppi e nella società.

L’intelligenza emotiva è una "soft skill" essenziale: ci consente di comunicare in modo empatico ed entrare facilmente in sintonia con le persone, migliorando significativamente la qualità della vita personale, professionale e sociale.

L’Organizzazione Mondiale della Sanità (Division of MentalHealth) pone al centro della promozione della salute e della prevenzione la crescita delle LIFE SKILLS(abilità e/o competenze di vita) a partire dalla scuola.

L’ analfabetismo emotivo è un gap da colmare urgentemente, gli affetti ci indirizzano verso gli “altri da noi”, ci fanno riconoscere nell’altro un valore: i sentimenti si apprendono e si possono insegnare per costruire relazioni sane ed equilibrate.

Potenziare le competenze degli insegnanti sull'’intelligenza socio emotiva aiuta il loro benessere e favorisce la promozione di fattori protettivi della salute individuale e sociale.

**Finalità ed obiettivi**

* **Promuovere il benessere socio relazionala a scuola e la convivenza civile,** nella nostra Regione Calabria, attraverso la formazione dei docenti .
* **Sperimentare un "Corso"** ed un "**modello di formazione sull'intelligenza emotiva** " estendibile e replicabile sul territorio della Regione Calabria per gli insegnanti della Regione Calabria .
* **Implementare le competenze dei docenti nell' educare alle emozioni gli studenti.**

**Strategie e risorse**

L'ambizioso progetto obiettivo, secondo una logica di "rete integrata" è assunto in modo sinergico dalle istituzioni maggiormente coinvolte dalla finalità, che cooperativamente mettono a disposizione specifiche risorse e competenze. Il progetto è aperto, ovvero capace di recepire miglioramenti in itinere coerenti con l'obiettivo perseguito, in funzione delle proposte degli attori coinvolti nel percorso di attuazione e verifica.

Il progetto ha avvio con un corso sperimentale, rivolto ad un gruppo ristretto di insegnanti ed operatori (N=30-40). Una volta verificata l’efficacia dell’intervento, il corso potrà sarà esteso nella Regione Calabria durante l'anno scolastico 2017/2018.

**Il Corso preliminare**

**Selezione dei partecipanti**

Il progetto ha bisogno di partecipanti che, con passione professionale e ruolo riconosciuto dalle istituzioni di appartenenza, sostengano il modello in proposta e divengano volano e modello dello stesso. I partecipanti sensibili e motivati sull'obiettivo e la metodologia in proposta, scelgono di partecipare su base volontaria. Potranno inoltre partecipare operatori referenti delle istituzioni partner.

**Partecipanti** : gruppo ristretto di insegnanti ed operatori tra i 30 e i 40

**Periodo e durata** : ottobre -dicembre 2017 cinque incontri pomeridiani di tre ore ciascuno (15 ore)

**Risorse umane**

Saranno coinvolti tre psicologi: un docente e due facilitatori per stimolare la partecipazione alle esercitazioni e valutare la risposta dei partecipanti.

**Metodologia**

Il Corso sarà incentrato sulla metodologia attiva dell'apprendimento, con lezioni interattive, role- playng , esercitazioni, lavori di gruppo e tecniche di brain storming e problem solving-

**Materiali**

Ogni partecipante riceverà un kit con il materiale didattico-pratico da utilizzare durante il corso,

**Valutazione**

Sarà realizzata, in forma anonima, una valutazione pre e post corso, sulle competenze emotive dei partecipanti, per valutare le possibili variazioni intervenute senza condizionare le loro performance.

I corsisti compileranno, in fase di iscrizione al corso una breve intervista strutturata per esprimere :

- le loro aspettative del corso,

- le strategie adoperate per educare alle emozioni i propri alunni;

- le difficoltà incontrate nella loro esperienza di gestione delle emozioni in classe;

A fine corso I corsisti compileranno, un questionario strutturato per esprimere la loro soddisfazione al corso e la percezione personale di efficacia .

Risultati attesi

- Miglioramento a breve termine dell' intelligenza emotiva dei docenti,

- Aumento della motivazione a potenziare l’intelligenza emotiva dei propri studenti.

- Condivisione di un progetto di intervento a scuola.

**PROGRAMMA**

**“ Educare alle emozioni -SKILLS FOR LIFE”: corso di Empowerment emotivo**

**1° incontro data e sede da stabilirsi**

***Saluto autorità***

- Presentazione del corso e Somministrazione test **( Lezione interattiva )**

- Life Skills ed Intelligenza emotiva , un nuovo modo di concepire l’intelligenza:;

- Mente razionale e mente emotiva, emozioni e pensiero, emozione e reazione, fisiologia delle emozioni;

- definire le emozioni ,riconoscerle,comunicarle.

***Parte pratica*** : che cosa sento? **(esercitazioni )**

**2° incontro data e sede da stabilirsi**

- Riconoscere schemi e mappe mentali, capire le emozioni delle altre persone, i segnali verbali e non verbali; **( Lezione interattiva )**

- componenti dell’intelligenza emotiva , autoconsapevolezza ed empatia

- le strategie per comunicare le emozioni, contestualizzazione delle emozioni;.

***Parte pratica*** : che cosa sento? **(esercitazioni )**

**3° incontro data e sede da stabilirsi**

- Gestione delle emozioni, Emozioni e cambiamento delle emozioni,Emozioni che fanno ammalare. **( Lezione interattiva )**

- Valutare le conseguenze delle proprie azioni: tecnica A.B.C

***Parte pratica*** : che cosa sento? (esercitazioni )

**4°** **incontro data e sede da stabilirsi**

**( Lezione interattiva )**

- comunicare con efficacia :  L’assertività e La critica costruttiva/distruttiva

- Strategie di gestione delle emozioni e tecnica del " circle time"

**Parte pratica** : che cosa sento? **(esercitazioni )**

**5°** **incontro data e sede da stabilirsi**

- Sapersi motivare , motivazione estrinseca ed intrinseca…..**( Lezione interattiva )**

- I valori personali

- Identificare i propri obiettivi personali e professionali

- L’ottimismo, uno strumento per il problemsolving

**Parte pratica** : che cosa sento? Che cosa voglio fare? **(esercitazioni )**

***Test finale e questionario di gradimento***

***Conclusioni***