

**Bambini e resilienza: educare a riprendersi dalle sfide, a gestire le emozioni, ad imparare dalle esperienze** ID SOFIA: 136545

DATE: mercoledì 3 e 10 aprile 2024, dalle ore 16,30 alle 19,30 **DESTINATARI: docenti di scuola dell'infanzia e primaria, docenti di sostegno**

**DURATA:** 8 ore complessive, di cui 6 h in webinar su Piattaforma Zoom e 2 h in e-learning (costituito da materiale inviato ai corsisti al termine della fase online (video delle pratiche insegnate e registrate durante i meeting, bibliografia, tutte le slide usate nei webinar). **Link al Webinar inviato ai corsisti il giorno precedente l'inizio del corso.**

**OBIETTIVI DEL CORSO:**

1. Conoscere gli elementi di base della **relazione di aiuto** rogersiana, con particolare riferimento all'empatia e alla pratica dell'ascolto attivo applicati alle situazioni nelle quali i b. necessitano di supporto empatico e guida per effettuare un'adeguata de-escalation di forti emozioni
2. Conoscere gli strumenti educativi di base della pedagogia Yoga: **posture, esercizi di respirazione, rilassamento e meditazione**
3. Comprendere il valore e l'applicazione delle **storie psicopedagogiche** a scuola
4. Conoscere attività di educazione socio-affettiva ed emotiva, per la **promozione del benessere** e la **prevenzione del disagio emotivo in presenza di b. con vissuti difficili, con particolare riferimento a:** sviluppo delle competenze emotive e delle strategie per la gestione dello stress; sviluppo di fiducia, connessione, forza interiore e coscienza del valore personale; tecniche per l'auto-aiuto e la consapevolezza delle emozioni
5. Analizzare i **Laboratori sulla Resilienza** nella loro struttura per favorire l'espressione di sé e dare di supporto ai processi di crescita emozionale: la storia, i personaggi, gli aiutanti, i simboli, le strategie per la centratura, i giochi per l'educazione emotiva ed affettiva
6. Il docente e la centratura: primo approccio alla **meditazione** come pratica per **coltivare calma, non reattività, capacità di ascolto autentico**

**PER ISCRIVERSI:** l'iscrizione va effettuata in Piattaforma Sofia e perfezionata completando e sottoscrivendo **il modulo allegato, da inviare all'indirizzo [reginafamigliani.edu@gmail.com](mailto:reginafamigliani.edu@gmail.com) unitamente al codice del Bonus o ricevuta del bonifico;** coloro che non possono accedere alla piattaforma Sofia invieranno l'iscrizione all'ente formativo. Agli iscritti verranno comunicate in tempo utile le coordinate alla piattaforma Zoom per collegarsi al webinar.

**CONTATTI PER INFORMAZIONI:**

[info@vitaequilibrata.it](mailto:info@vitaequilibrata.it); [graziellafioretti.edu@gmail.com](mailto:graziellafioretti.edu@gmail.com); cell.: 329.7453084; 3665477757