

EMOZIONI IN GIOCO

SCOPRI E CONOSCI LE TUE EMOZIONI

PERCORSO PER GESTIRE L'ANSIA E MIGLIORARE LE RELAZIONI SOCIALI

Il progetto "**Emozioni in Gioco**" è rivolto a ragazzi di prima superiore (14-15 anni) a rischio di dispersione scolastica. L'iniziativa mira a fornire strumenti pratici per gestire l'ansia, sviluppare competenze relazionali e riscoprire il valore della scuola, creando un ambiente sicuro e inclusivo.

Bisogni

- Gestione dell'ansia e delle emozioni difficili nella vita scolastica.
- Sviluppo di abilità comunicative e sociali per interagire positivamente con i coetanei.
- Promozione del coinvolgimento scolastico e riduzione del rischio di isolamento o disconnessione.

Obiettivi

- **Consapevolezza emotiva:** Migliorare la comprensione e la gestione delle emozioni.
- **Competenze relazionali:** Rafforzare la comunicazione positiva e la collaborazione.
- **Coinvolgimento scolastico:** Creare legami positivi con la scuola e la comunità, favorendo il senso di appartenenza.

Contesto

Ambientato nel quartiere multietnico dell'Isolotto a Firenze, il progetto affronta le sfide sociali ed educative di un ambiente periferico. Mira a contrastare il senso di marginalizzazione e a valorizzare la multiculturalità attraverso attività pratiche e coinvolgenti.

Struttura del progetto

Il percorso si articola in tre incontri di 4 ore ciascuno:

1. **Scopriamo le Emozioni e Tecniche di Rilassamento:** Giochi di gruppo, mappatura delle emozioni e introduzione a tecniche di mindfulness e respirazione.
2. **Gestione delle Emozioni e Comunicazione Positiva:** Role-playing e simulazioni per sviluppare la gestione emotiva e l'assertività.

3. **Costruire Amicizie Sane e Riconnettersi con la Scuola:** Attività collaborative per promuovere relazioni positive e progetti di gruppo per rafforzare il coinvolgimento scolastico.

Approccio

- **Esperienziale:** Combina teoria e pratica per mantenere alta l'attenzione e il coinvolgimento.
- **Spazio Sicuro:** Ambiente privo di giudizio dove i ragazzi possono esprimersi liberamente.

"Emozioni in Gioco" aiuta i ragazzi a gestire le sfide emotive e sociali, favorendo un percorso di crescita personale e un rinnovato senso di appartenenza alla comunità scolastica.