perché mio figlio dovrebbe partecipare?

È dimostrato che i bambini emotivamente allenati sviluppano una migliore **autostima**, ottengono migliori risultati a scuola, stanno meglio in salute e stabiliscono **relazioni più positive** con i coetanei. Riescono a gestire meglio le proprie risposte emotive e comportamentali e recuperano più rapidamente dopo aver vissuto esperienze negative. In generale diventano più consapevoli e capaci di ascoltare se stessi e gli altri.

come si svolgono gli incontri?

I bambini, in piccoli gruppi, verranno inseriti in un percorso di esplorazione, ascolto e scoperta del proprio mondo interno (desideri, bisogni, emozioni, pensieri) e degli altri. Verranno avviati alla consapevolezza delle proprie **emozioni**, alla loro espressione e gestione in un clima accogliente e rassicurante, attraverso il dialogo, il confronto, il circle time, la verbalizzazione, i giochi di relazione, l'ascolto di favole, il rilassamento, la rielaborazione artistica, il problem solving. Saranno accompagnati nella ricerca di ciò che li rende **individui unici e irripetibili**.

obiettivi

- **Sviluppare ascolto e attenzione di sé e dell'altro**
- **Conoscere e rispettare le proprie emozioni**
- **Gestire le proprie emozioni in modo che le reazioni e i comportamenti siano appropriati alla situazione**
- **Motivare se stessi indirizzando le proprie emozioni al raggiungimento dei propri obiettivi**
- **Riconoscere, comprendere e rispettare le emozioni degli altri**
- **Gestire le relazioni in maniera positiva con gli altri, affrontando in modo costruttivo i possibili conflitti**

quando?

Cicli di 4-5 incontri di sabato. Ad avvio del progetto verrà fatta una presentazione per i genitori (**giovedì 13 ottobre ore 18.00**), per la quale è necessaria la prenotazione. Il percorso, per aumentare la sua efficacia, potrà essere seguito per più cicli durante tutto l'anno. La suddivisione nei gruppi potrà subire leggere modifiche.

Sabato 10.30-12.00 bambini e bambine di 4-6 anni GRUPPO BAMBINI-GENITORI *novità*

Sabato 14.30-16.00 bambine e bambini di 7-11 anni GRUPPO BAMBINI

costo

Costo gruppo del mattino (bambini accompagnati da un genitore): 60,00 € per 4 incontri

Costo gruppo del pomeriggio: 60,00 € per 5 incontri

sede

Studio **La Crisalide** via Braida Foenis, 9 - 33084 Cordenons (PN)