

CORSO DI FORMAZIONE

La cooperativa propone un corso di formazione obbligatorio per gli operatori impiegati presso il SERVIZIO ATTIVITÀ INTEGRATIVE di Cucciago, CAG di Cucciago, CENTRO POMERIDIANO di Rovellasca, DOPOSCUOLA di Novedrate e aperto ai soci interessati, dal titolo:

"Educare alle life skills"

FORMATORE: Dott.ssa Sonia Bella - Cooperativa Lotta contro l'Emarginazione

OBIETTIVI:

Il corso di formazione tratterà il tema delle **Life skills**. Queste ultime sono state definite dall'O.M.S. come alcune abilità che, se acquisite, possono costituire un *forte elemento preventivo* per tutte le situazioni critiche che una persona si trova ad affrontare nel corso della propria vita.

Obiettivo del corso è offrire agli educatori un inquadramento teorico relativo alle life skills e sviluppare competenze specifiche finalizzate alla costruzione di percorsi educativi rivolti ai bambini/ragazzi.

CONTENUTI:

- a. Inquadramento teorico delle life skills
- b. Approfondimento di 3 skills, con contributi pratici:

Skill: la gestione delle emozioni

Le emozioni e i sentimenti sono parte integrante della vita di ognuno/a e rappresentano una spinta motivazionale per le nostre azioni quotidiane. La capacità di riconoscerle in sé e negli altri è fondamentale per lo sviluppo dell'individuo e per le sue relazioni. Di conseguenza è fondamentale che i bambini e le bambine, i ragazzi e le ragazze si soffermino sul significato delle emozioni, aumentino la loro consapevolezza e migliorino la capacità di esprimerle in maniera fluida e consapevole, integrandone gli aspetti emotivi e cognitivi.

Skill: la capacità di gestire gli eventi stressanti

Per quanto riguarda la gestione di eventi stressanti potremmo partire dal definire lo stress come "ogni situazione che sovrasta le risorse adattive dell'individuo a causa di richieste percepite come eccessive, poste dall'ambiente esterno o interno all'individuo stesso". Questo implica che sia richieste esterne sia emozioni, ricordi, conflitti interni possano combinarsi e provocare faticose sensazioni di stanchezza, competenza, paura o scoraggiamento.

Skill: le interrelazioni tra pari

E' importante aiutare i bambini e le bambine, i ragazzi e le ragazze, a creare e mantenere relazioni interpersonali positive e funzionali caratterizzate dall'espressione dei bisogni, sentimenti e opinioni e dal rispetto reciproco. Diventa quindi importante essere in grado di comprendere veramente l'altro/a in maniera tale da permettere alla persona di vivere in maniera più profonda i rapporti quotidiani avendo come punto di riferimento il proprio sentire e la percezione corretta del sentire altrui.

- c. Proposte di possibili attività da offrire ai bambini/ragazzi

MODALITÀ: Durante il percorso si alterneranno contributi teorici ad attivazioni pratiche. Le modalità di lavoro saranno interattive.

CALENDARIO:

Sabato 22 ottobre 2011 - 9,00 - 13,00

Sabato 12 novembre 2011 - 9,00 - 13,00

SEDE del corso: Via Palladio n. 7 a Vighizzolo di Cantù