

## Programma di Formazione in Educazione Emozionale Integrata

La scuola è, dopo la famiglia, il secondo ma importantissimo ambiente di sviluppo del ragazzo, e che in certi casi può sopperire alle mancanze presenti in famiglia. Il ruolo degli insegnanti e degli educatori è straordinariamente importante nella vita del futuro adulto. La Proposta di Legge n. 2782 dell'11 gennaio 2022, infatti è volta a introdurre le competenze non cognitive a scuola e valorizzare le competenze emotive nei programmi didattici attraverso l'inserimento di attività finalizzate allo sviluppo delle competenze non cognitive e un'attività di formazione dei docenti. E' in questo contesto che il progetto EmoSpace si inserisce nel promuovere l'educazione emozionale e l'intelligenza emotiva, ovvero la capacità di leggere, interpretare e gestire le proprie e altrui emozioni.

EmoSpace è un progetto formativo che ha l'obiettivo di promuovere la serenità e l'equilibrio dell'essere umano nelle sue varie fasi di sviluppo e in tutti gli ambiti della vita (nella famiglia, a scuola, nello sport e sul lavoro) attraverso i principi dell'educazione emozionale, e rientra nei progetti di life skill education promossi dall'Organizzazione Mondiale della Sanità, che già nel 1993 le definiva come "abilità per un comportamento adattivo e positivo che rendono gli individui capaci di affrontare efficacemente le richieste e le sfide della vita quotidiana".

Si rivolge a genitori, insegnanti, educatrici ed educatori, trainer, operatrici ed operatori del benessere psicofisico, imprenditrici ed imprenditori attenti al benessere della persona, ed in particolare attenti ad uno sviluppo sano ed armonioso di bambine e bambini, ragazze e ragazzi, e in generale delle future generazioni.

Il progetto EmoSpace nasce dall'esperienza degli ultimi dodici anni di ricerca nel campo del benessere psicofisico della persona e dell'educazione emozionale in famiglia, della dott.ssa Daniela Barra (Laureata in Psicologia dello sviluppo tipico ed atipico, diplomata in educazione emozionale e neuroeducazione) e del dott. Federico Parena (Laureato in scienze dell'amministrazione, formatore e facilitatore emozionale).

## Struttura del Programma Formativo

- **Durata Totale:** 20 ore
- **Modalità:** Combinazione di lezioni e sessioni di gruppo online, e accesso alla piattaforma EmoSpace Academy per l'accesso alle registrazioni.
- **Lezioni registrate:** 15 ore di materiale registrato visibile in autonomia su piattaforma dedicata EmoSpace Academy  
**Incontri di gruppo on line:** 1 ora una volta al mese (sessioni di domande & risposta). Partecipazione facoltativa
- **Verifica delle competenze:** un breve questionario online sugli argomenti trattati per ogni modulo

## Moduli di Formazione On-line (2 ore a modulo)

1. **Introduzione all'Educazione Emozionale e alle Life Skills**
  - Concetti fondamentali dell'educazione emozionale.
  - Rilevanza dell'intelligenza emotiva nell'insegnamento.
  - Connessione tra benessere emotivo ed apprendimento degli studenti
2. **Autoconsapevolezza Emotiva**
  - Importanza della consapevolezza emotiva
  - Aspetti neuroscientifici della percezione di sé
  - Strategie pratiche per la gestione dello stress e delle emozioni
3. **Modelli familiari ed analisi del carattere**
  - Le nuove frontiere dell'Epigenetica
  - Il modello circonflesso di Olson
  - Comprendere per guidare – analisi del carattere
4. **Comunicazione Empatica e Ascolto Attivo**
  - Principi di comunicazione empatica e tecniche di ascolto attivo.
  - Role-playing e simulazioni per migliorare l'interazione con gli studenti.
5. **Gestione dei conflitti e resilienza emotiva**
  - Tecniche per la gestione costruttiva dei conflitti in classe
  - Strategie per affrontare situazioni di crisi emotiva
  - Discussione di casi di studio e situazioni reali
6. **Collaborazione e Team Building**
  - Esercizi interattivi per promuovere la collaborazione efficace nel contesto scolastico.
  - Ispirare e coinvolgere attivamente gli studenti.

7. **Strumenti pratici per lo sviluppo delle Life Skills in classe**

- Progettazione e uso delle mappe mentali
- Strumenti di organizzazione efficace
- Sessione pratica di creazione del piano di intervento personalizzato per la classe attraverso le mappe mentali

8. **Sessione di revisione e approfondimento degli argomenti trattati** in base ai risultati dei questionari di verifica periodica e di interesse da parte dei docenti

**Risorse e Strumenti EmoSpace Academy**

- Accesso a moduli formativi online su vari aspetti dell'educazione emozionale.
- Risorse multimediali e interattive per un apprendimento autonomo e continuo.

**Valutazione e Monitoraggio**

- **Questionari di Verifica Periodica:** Per valutare l'acquisizione delle competenze e il loro impatto nell'ambiente scolastico durante il percorso.

