**TITOLO: CRESCERE INSIEME-AFFETTIVITÀ E RELAZIONI**

**Corso di orientamento per le famiglie**

**Destinatari:** alunni delle classi I II III IISS Rosa Luxemburg

**Durata corso:** 10 ore (2 incontri da 5 ore in orario antimeridiano(o 3 incontri di cui 2 incontri di 3 ore e un incontro di 4 ore)

**Presenza minima per l’attestato di frequenza:** 75%

**Periodo:** Aprile 2025 - Maggio 2025

**SINTESI DEL CORSO**

L’adolescenza è una fase di profonde trasformazioni fisiche, emotive e relazionali. I giovani si confrontano con nuove esperienze affettive, la costruzione della propria identità e la gestione delle relazioni interpersonali. In questo contesto, il ruolo dei genitori è cruciale, ma spesso complesso: come accompagnare i figli in questo percorso senza essere invadenti o, al contrario, assenti?

Il progetto nasce per offrire ai genitori strumenti utili a comprendere e affrontare il tema dell’educazione affettiva ed emotiva. Attraverso incontri guidati da uno psicologo esperto, si affronteranno tematiche legate alla comunicazione con i figli, all’affettività, alla gestione delle emozioni e alle relazioni sentimentali e amicali nell’adolescenza. L’obiettivo è promuovere un dialogo costruttivo tra genitori e figli, fornendo chiavi di lettura e strategie per supportare i ragazzi in questa fase delicata della loro crescita.

**OBIETTIVI SPECIFICI**

1. Favorire una maggiore consapevolezza del ruolo educativo dei genitori nell’ambito affettivo ed emotivo.
2. Offrire strumenti per migliorare la comunicazione genitori-figli su temi legati all’affettività e alle relazioni.
3. Aiutare i genitori a riconoscere i segnali di disagio emotivo e relazionale nei figli.
4. Promuovere una visione equilibrata dell’educazione all’affettività, contrastando stereotipi e pregiudizi.

**COMPETENZE ATTESE**

**Al termine del percorso, i genitori saranno in grado di:**

1. Comprendere meglio il mondo emotivo e relazionale degli adolescenti.
2. Utilizzare strategie comunicative efficaci per affrontare temi delicati con i figli.
3. Gestire situazioni di conflitto o incomprensione in ambito affettivo.
4. Sostenere i figli nel riconoscimento e nella gestione delle proprie emozioni.
5. Individuare segnali di disagio e comprendere quando è necessario chiedere supporto professionale.
6. Creare uno spazio di confronto e condivisione tra genitori per affrontare le sfide educative dell’adolescenza.

**ATTIVITÀ DA SVOLGERE**

**1ª Giornata: Introduzione sul tema**

* **Obiettivo:** Sensibilizzare i genitori sul loro ruolo educativo nell’ambito affettivo ed emotivo; migliorare la comunicazione genitori-figli.
* **Attività:**
  + Conferenza introduttiva: Adolescenti ed affettività.
  + Discussione di gruppo: la comunicazione genitori-figli.
  + Letture di saggi e testimonianze di esperti in psicologia evolutiva e dinamiche familiari

**2ª Giornata: Riconoscere i segnali del disagio emotivo**

* **Obiettivo:** Aiutare i genitori a riconoscere i segnali di disagio emotivo e relazionale; imparare a gestire le situazioni di conflitto.
* **Attività:**
  + Workshop pratico: come riconoscere i segnali di allarme (isolamento, irritabilità, cambiamenti nel comportamento).
  + Esercizi di gruppo: come stabilire relazioni affettive sane e gestire i conflitti.
  + Discussione e condivisione di esperienze.

**3ª Giornata: Dal problema alle buone pratiche**

* **Obiettivo:** Promuovere una visione equilibrata dell’educazione all’affettività, contrastando stereotipi e pregiudizi.
* **Attività:**
  + Workshop pratico: sostenere i figli nel riconoscimento e nella gestione delle proprie emozioni.
  + Individuare segnali di disagio e comprendere quando è necessario chiedere supporto professionale.
  + Discussione e analisi di casi: interventi efficaci per costruire relazioni tra pari e intergenerazionali costruttive e sane.