



05 Dicembre 2023

**Circolare numero 48**

## **Progetti**

A. S. 2023/2024

Azeglio, 5 dicembre 2023

Circolare interna n. 48 N. Prot. come da file di segnatrice

Ai genitori/tutori degli alunni Al personale dell'Istituto

### **Oggetto: Sportello di ascolto psicologico: formazione per i genitori.**

Quest'anno lo sportello di ascolto psicologico, oltre alle tradizionali attività, alle proposte formative per gli insegnanti e ai laboratori in classe, proporrà anche uno spazio dedicato ai genitori: Genitori in armonia.

**Genitori in Armonia** è un laboratorio esperienziale di gruppo che propone attività mirate a ridurre lo stress genitoriale, ad apprendere modalità di comunicazione efficaci e consapevoli, a gestire emozioni e conflitti attraverso pratiche di mindfulness di base e attività psico-educative, stimolando la condivisione e la riflessione guidata.

#### Obiettivi

Favorire l'attenzione e la consapevolezza nella quotidianità familiare. Imparare a riconoscere e prevenire le fonti di stress in famiglia. Comprendere come rispondere agli stimoli stressanti in modo consapevole, invece che reagire impulsivamente. Vivere la propria esperienza genitoriale in modo propositivo.

#### Struttura

Il corso si articola in 6 incontri online, a cadenza una volta ogni due settimane e della durata di un'ora e mezza ciascuno. Gli incontri si svolgeranno in piccolo gruppo (massimo 15 persone) e le attività consisteranno in:

Pratiche guidate di mindfulness di base. Psico-educazione sullo stress genitoriale, sulla comunicazione in famiglia, sulle emozioni e sull'autorevolezza genitoriale. Esercizi volti al riconoscimento delle fonti dello stress e alla gestione delle difficoltà.

#### Modalità e termini di iscrizione

I genitori e gli insegnanti interessati ad aderire alle proposte dovranno inviare una mail alla segreteria scolastica [segreteria@icazeglio.edu.it](mailto:segreteria@icazeglio.edu.it) entro e non oltre il mese di dicembre, indicando come oggetto "Adesione al laboratorio Genitori in armonia" e contenente i propri dati e recapiti.

Sulla base delle adesioni pervenute verrà stilato il calendario degli incontri.

#### **Altre attività proposte dallo sportello di ascolto**

Ricordo brevemente le **altre attività dello sportello di ascolto**:

1) Colloqui individuali online per genitori e personale: a partire da gennaio 2024, da richiedere contattando la psicologa alla mail istituzionale **eloisa.berardi@icazeglio.edu.it** per prendere appuntamento. Entro il giorno del colloquio gli interessati dovranno inviare per mail alla dott.ssa la scansione del modulo di consenso firmato, qui allegato.

2) Colloqui individuali per alunni della scuola secondaria di primo grado, in presenza, a partire da febbraio 2024. Gli alunni potranno usufruire dello sportello presso il loro plesso facendo richiesta a scuola, utilizzando una scatola disponibile all'ingresso. Al fine di favorire l'accesso agli studenti, il **modulo di consenso** è già in corso di raccolta a cura dei coordinatori di classe.

In ogni caso sarà possibile aderire allo sportello o ritirare il proprio consenso anche nel corso dell'anno, utilizzando il modulo allegato, da restituire compilato al coordinatore di classe.

3) Osservazioni e laboratori nelle classi: a partire da marzo 2024, su richiesta dei docenti.

4) Formazione dei docenti: da gennaio 2024.

Cordiali saluti,

il dirigente scolastico Prof. Guido Gastaldo

In allegato: [Modulo consenso informato](#)

Visualizzazioni pagina: 0