



Per chi è pensata

Attività utilizzabile sia in gruppo che in colloqui individuali con studentesse e studenti che frequentano la scuola secondaria di primo grado



Dettagli attività

Prima attività

- **Obiettivo:** comprendere come il proprio vissuto sia importante nella definizione del progetto personale
- **Durata:** 60 minuti
- **Materiali necessari:** PC e videoproiettore o Lim, scheda attività "I miei successi"

Seconda attività

- **Obiettivo:** comprendere come il proprio vissuto sia importante nella definizione del progetto personale
- **Durata:** 60 minuti
- **Materiali necessari:** scheda attività "un salto di qualità"

Emozioni in trasferta



Indicazioni per lo svolgimento delle attività

Attività	Descrizione Attività
Prima attività	Visione del corto Pixar Piper https://www.youtube.com/watch?v=qAIRXlckfMA&ab_channel=GerritMaassenvandenBrink Presentazione dell'allegato I miei successi e compilazione individuale da parte dei/lle partecipanti. Condivisione di quanto emerso. Confronto sui temi della fiducia, del coraggio e dell'importanza di comprendere le proprie emozioni, come elementi aggiuntivi a quelli condivisi nel lavoro svolto sulle precedenti aree (scoprire se stessi, esplorare nuovi orizzonti), per affrontare in modo consapevole il viaggio della propria progettazione personale.
Suggerimenti per la gestione dell'attività	Monitorare e, se necessario, facilitare l'individuazione dell'episodio di successo da descrivere nell'allegato, senza esprimere giudizi sulla scelta del/la partecipante; è importante venga individuata una situazione rispetto alla quale il/la ragazzo/a riesca a riconoscere un risultato, più o meno importante, raggiunto
Seconda attività	Chiedere ai/lle partecipanti di ripensare al passaggio dalle elementari alle medie e, nel caso l'attività venga proposta alla fine della seconda o all'inizio della terza media, di immaginare il passaggio alla secondaria di secondo grado utilizzando come supporto l'allegato Un salto di qualità. Far seguire al lavoro individuale un momento di condivisione. Riflettere sul tema della gestione delle emozioni nelle fasi di cambiamento: il cambiamento spesso ci spaventa perché ci chiede di affrontare situazioni e di relazionarci con persone che non conosciamo. Non si può rimanere fermi e il cambiamento a volte è inevitabile, ma possiamo viverlo come opportunità per migliorare, imparare cose nuove e fare "un salto di qualità"
Suggerimenti per la gestione dell'attività	Supportare nel dare un nome alle emozioni provate e trasmettere e sottolineare che l'emozione di per sé non è né positiva né negativa; è importante riconoscerla ed elaborarla per imparare a costruire relazioni significative e positive con gli altri ed essere consapevoli che le nostre emozioni influiscono nel nostro percorso di scelta.