




Insieme facciamo crescere l'autostima dei più giovani

Uno dei requisiti per esercitare il proprio diritto di cittadinanza attiva e responsabile è costruire gradualmente la percezione del valore di se stessi

È quel senso di autostima che si inizia a costruire fin dai primi anni di vita e che si alimenta dei tanti feedback provenienti dalle persone più significative. Un'idea di se stesso che si forma nel tempo, in relazione alle informazioni che il bambino prima e l'adolescente riceve su di lui dall'esterno.

La scuola può contribuire ad armonizzare questi rimandi, canalizzandoli verso una serena e consapevole educazione all'autostima.

Tra le tante iniziative che gli insegnanti possono assumere, consiglio di aderire ad un grande progetto gratuito, promosso da DOVE, dedicato all'Autostima, che offre una gran quantità di strumenti per approfondire in classe e in collaborazione con la famiglia

I docenti potranno fruire di materiali per avviare 5 unità di apprendimento su temi particolarmente centrali per la costruzione della propria autostima:
l'aspetto fisico
, i messaggi provenienti dai
Media

, l'attenzione ai paragoni

, la messa in discussione dei discorsi sul fisico e la promozione del cambiamento

. Ogni workshop è corredato da una guida

che fornisce anche i tempi da dedicare ad ogni step della lezione, oltre a materiali di approfondimento e schede operative per un opportuno feedback.

È anche disponibile la guida ad una sessione singola di 45-60 minuti, adatta, ad esempio, in situazioni di più classi in plenaria, che tratta argomenti fondamentali quali l'influenza dei media, la pressione dei pari e le strategie per migliorare autostima e immagine del proprio corpo. Sono previste discussioni, attività in piccoli gruppi, attività scritte e proiezione di video. I materiali si adattano ad una fascia d'età che spazia dagli 8 ai 16 anni

.

Anche i genitori hanno la possibilità di fruire di un ricco dossier da scaricare per scoprire quali possono essere le più adeguate strategie per accompagnare i ragazzi ad una serena consapevolezza di se stessi, dei propri talenti e degli inevitabili limiti. In particolare potranno approfondire tematiche come l'importanza dei rapporti familiari e delle amicizie tra i giovani, come affrontare le prese in giro e il fenomeno del bullismo, come stimolare la fiducia nei propri figli, come i media contribuiscono a influenzare l'immagine del proprio corpo.

Tutti i materiali per integrare il progetto Autostima di Dove sono reperibili a questo indirizzo: <https://bit.ly/36uUbUB>

Tutti i materiali sono accessibili gratuitamente, cliccando in una delle 3 categorie: Risorse per genitori, Risorse per Insegnanti, Risorse per Educatori

.

Una piattaforma ricca ed articolata, curata da esperti e che può contribuire a costruire quel necessario equilibrio nell'accettazione di se stessi e nella considerazione del concetto di bellezza come fonte di fiducia, piuttosto che come elemento di ansietà.

#DoveProgettoAutostima

{jcomments on}

{loadposition user6}