



**DICHIARAZIONE SOSTITUTIVA DI CERTIFICAZIONE (art. 38-46 e 47 D.P.R. 445/2000)**

**INFORMAZIONI PERSONALI**

Io sottoscritta **CARLA CIAMARRA**  
consapevole che le dichiarazioni false comportano l'applicazione delle sanzioni penali previste dall'art. 76 del D.P.R. 445/2000, dichiaro che le informazioni riportate nel seguente curriculum vitae, redatto in formato europeo, corrispondono a verità

**CARLA CIAMARRA**

📍 [REDACTED] (CB)

📞 [REDACTED]

📧 [REDACTED]

🌐 [www.studiopsicoterapiaciamarra.it](http://www.studiopsicoterapiaciamarra.it)

📩 iMessage



Sesso Femmina | Data di nascita 16/02/1980 | Nazionalità Italiana

POSIZIONE PER LA QUALE SI  
CONCORRE  
POSIZIONE RICOPERTA  
OCCUPAZIONE DESIDERATA  
TITOLO DI STUDIO PER LA QUALE  
SI CONCORRE

**Psicologa-Psicoterapeuta  
(p.iva 01667250706)**

ESPERIENZA  
PROFESSIONALE**PSICOLOGA PSICOTERAPEUTA**

2022 Prestazione Professionale specialistica CSM Termoli (24 ore Settimali)  
ASREM - MOLISE

**2011-2022 PSICOLOGA-PSICOTERAPEUTA**

Domus Medica Casa della Salute  
Bagnoli del Trigno (IS), R.  
[www.domusmedica.it](http://www.domusmedica.it)

Bagnoli Del Trigno (IS) , Direttore Sanitario : Dott. Franco Mastrodonato

**Psicoterapia adulti, adolescenti, bambini**

(Trattamento della DEPRESSIONE , ANSIA, FOBIE, DAP, OC, DISTURBI DELLA PERSONALITA', IPOCONDRIA, INSONNIA, GAP ,STRESS, VITTIMOLOGIA, MOBBING, ELABORAZIONE DEL LUTTO, DIPENDENZA AFFETTIVA, PSICOLOGIA DEL BENESSERE, BULLISMO, VIOLENZA, PARAFILIE, DISTURBO POST TRAUMATICO, DISTURBI PSICOSOMATICI, TECNICHE DI RILASSAMENTO, PSICOLOGIA SCOLASTICA, DISTURBI SESSUALI ecc.)

- **Biofeedback** (in integrazione con la Psicoterapia nel trattamento della DEPRESSIONE, Ansia, Fobie ecc, in integrazione con l'osteopatia nel trattamento delle Cefalee, tic, spasmi , dolori muscolari, e riabilitazione della neuro-lesi, nei disturbi degli apparati genito-urinario enuresi, dismenorrea, nei disturbi degli apparati respiratori es. asma bronchiale, nei disturbi della pelle es. iperidrosi, nei disturbi dell'apparato gastrointestinali es. coliti, ulcera peptica, nei disturbi cardio-vascolari es. emicrania, ipertensione, aritmia, sindrome di Raynaud)
- **Gruppi Esperienziali Dinamici (Terapia di Gruppo)**
- **Docenze Seminario, "Adolescenza Conflitto e Isolamento" - "Disturbi Alimentari"**
- **Corso di Formazione Insegnanti "A scuola con il corpo con il cuore con la mente"** (Quattro edizioni) Responsabile e Docente Lezioni (Vedi voce "Docenze")
- **Laboratori di riequilibrio Infanzia (Attività Clinica bambini, musicoterapia, test proiettivi)**
- **Psicoterapia di coppia**
- **Psicoterapia Familiare**
- **Trattamento ANTI STRESS**
- **Workshop Residenziali**
- **Relatore seminari : - "Adolescenza : Conflitto Identità Isolamento" - "Gestione dello Stress, Terapia Biointegrata" "Bullismo e CyberBullismo" "Come accrescere l'autostima"**



- Progetto Scuola "Ginnastichiamo con la mente" (Gruppi esperienziali e Brayn Gym) , IC Barone, Da ottobre 2016 a Giugno 2017 con Convegno Conclusivo. Ore 150. Dirigente Dott.ssa Carla Quaranta.
- Progetto Scuola "Emozioniamoci :il corpo non mente" e "Sportello di Ascolto Psicologico" e Esperienze dinamiche esperienziali, gruppi di condivisione, Brayn Gym, Classi di Bioenergetica (IC BARONE- Scuola Primaria e Secondaria Torella del Sannio- Baranello) Da settembre 2016 a Giugno 2017 (Ore totali 256) (Dirigente Dott.ssa Carla Quaranta) (Indagine sperimentale con test e re-test) (Convegno conclusivo)
- Progetto-intervento mirato classe secondaria Fossalto (IC Barone) ( Da gennaio 2017 a Marzo 2017, Ore 24) (Dirigente Dott.ssa Carla Quaranta)
- Progetto Scuola "Ben Essere a Scuola" (Sportello di Ascolto Psicologico e Gruppi Life Skills nelle Classi della scuola Secondaria, Scuola Primaria e Secondaria di Baranello, Torella Del Sannio, Castropignano (IC BARONE) (Da ottobre 2017 a Giugno 2018, (ore totali 320) (Convegno conclusivo) (dirigente Dott.ssa Carla Quaranta)
- Progetto scuola "Sportello di ascolto Psicologico" "Gruppi Life skills" (IC Barone) (Scuola Primaria e Secondaria di Baranello e Torella del Sannio ) (Da ottobre 2018 a Giugno 2019) (ore 256) (Dirigente Dott.Fasciano)(Convegno Conclusivo e rappresentazione lavori alunni)
- "Sportello di Ascolto Psicologico "Istituto Omnicomprensivo Scarano, (Trivento) Da Novembre 2018 a Giugno 2019 -- ore totali 100. (Dirigente Dott. Marna)
- Sportello di Ascolto Psicologico "Istituto Superiore, I.I.S.S. Bojano, Da Ottobre 2019 a Giugno 2020- ore totali 100- Dirigente Dott.ssa Antonella Gramazio
- Sportello di Ascolto Psicologico "Istituto comprensivo Amatzio Pallotta "Bojano. Da Ottobre 2019 a Giugno 2020 . Ore totali 100. Dirigente Dott.ssa Carla Quaranta
- Sportello di Ascolto Psicologico Istituto Omnicomprensivo Scarano Trivento da Gennaio 2020 a Giugno 2020 (Ore 60) Dirigente Dott. Beniamino Campese
- Sportello di Ascolto Psicologico IC Barone (Scuola Primaria e secondaria di Torella del Sannio, Baranello e Fossalto). Da novembre 2019 a Giugno 2020. Ore totali 200. Dirigente Dott.ssa Agnese Di Blasio.
- Sportello di ascolto telematico Emergenza Covid "Emozioni in rete". (Consulenze e gruppi di interazione nelle classi "Meet" dagli alunni- IC Scarano-IC Barone- IISS Bojano-IC Amatzio Pallotta) (Da Marzo 2019 a Giugno 2020) . (Rif. Articolo Quotidiano del Molise)
- Sportello di Ascolto Psicologico Istituto Comprensivo Amatzio Pallotta , Bojano Da settembre 2020 a Giugno 2021 . Dirigente Dott.ssa Carla Quaranta
- Sportello di Ascolto Psicologico Istituto Omnicomprensivo Scarano, Da Novembre 2020 a GIUGNO 2021, Dirigente Dott. Beniamino Campese
- Sportello di Ascolto Emergenza Covid (Telematico- IC Barone,IISS Bojano, IC Amatzio Pallotta- Istituto Omnicomprensivo Scarano)
- Sportello di Ascolto Psicologico Istituto Comprensivo Barone . Da Novembre 2020 a giugno 2021, Dirigente Dott.ssa Agnese Di Blasio
- Sportello di Ascolto Psicologico IISS , Bojano , da Gennaio 2021 a Giugno 2021, Dirigente Scolastico Dott.ssa Antonella Gramazio
- Sportello "Piano Estate", h 15, IC Barone , (luglio 2021)
- Progetto "Ritrovarsi " Istituto Omnicomprensivo Scarano" laboratori di Psicoeducazione ,Trivento da Settembre 2021 a Ottobre 2021 (Ore 100) "Piano estate"
- Progetto "Ritroviamoci a Scuola " Istituto Omnicomprensivo del Fortore Riccia (54 ore,da il 12 Ottobre 2021al 12 novembre 2021) "Piano Estate"
- Sportello di Ascolto A.S. 2021-2022 IISS Montini Pertini Cuoco Campobasso Ore 130 (Dirigente Scolastico: U.Di Lallo)
- Sportello di Ascolto A.S 2021-2022 IISS Pila Campobasso Ore 100 Dirigente Scolastica Di Lembo
- Sportello di Ascolto A.S. 2021-2022 Ist. Omnicomprensivo Scarano Trivento ore 100 Dirigente Scolastico B. Campese
- Sportello di Ascolto IISS Lombardo Radice Bojano ore 120 Dirigente Scolastico A. Gramazio
- Sportello Di Ascolto A.S. 2021-2022 Istituto Comprensivo Colozza Frosolone ore 120
- Sportello di Ascolto A.s. 2021-2022 Ist. Comprensivo Barone , Baranello ore 100 Dir.Scolastico A. Di Blasio
- Sportello di Ascolto Istituto Omnicomprensivo Del Fortore Riccia ore 60
- Sportello Sostegno Studenti Ucraini I.C. Barone h 40
- IISS Pertini-a.s.2022-2023 Sportello di ascolto -30 ore (Dir. Prof Di Lallo)
- IC Colozza Frosolone -A.s. 2022-2023- 150 ore (dir. Prof .Imparato)

**2016-2022  
ESPERIENZE MATURATE  
NELLE ISTITUZIONI SCOLASTICHE**



2022 Studio Privato- Gruppi

Condizioni di Gruppi Dinamici Esperienziali (TERAPIA DI GRUPPO); Classi di Esercizi di Bioenergetica. Tecniche funzionali di gruppo. Condivisione (per il trattamento della DEPRESSIONE; ANSIA; FOBIE; STRESS E Altri disturbi)

2011-2014 **PSICOLOGA -PSICOTERAPEUTA**

Comunità Riabilitativa Psichiatrica "Villa Belvedere"

Torricella in Sabina (Rt) , Direttore Sanitario Dott.Mario Colantuono, Accreditata Sistema Sanitario Regione Lazio, [www.strutturapsichiatricavillabelvedere.it](http://www.strutturapsichiatricavillabelvedere.it)

- Colloqui Clinici ,
- Gruppi Terapeutici Riabilitativi/Gruppi mutuo aiuto
- Attività Terapeutica Occupazionale
- Gruppi di Psicoterapia Funzionale Corporea e Classi di Bioenergetica
- Coaching
- Arte terapia
- Musicoterapia

2011-2020 **RELATORE CONVEGNI – SEMINARI- DOCENTE FORMAZIONE-  
PSICOLOGIA SCOLASTICA**

- Ordine degli Psicologi del Molise  
"Settimana Del Benessere Psicologico"



- 2011 Gestione dello Stress e Approccio Psicocorporeo, Comune di Macchiagodena (IS), Comune di Torella Del Sannio (CB)
- 2012 Approccio Psicocorporeo, Comune Di Macchiagodena (IS)
- 2013 Disturbi alimentari, Comune Di Macchiagodena (IS)
- 2015 Seminario "Adolescenza, conflitto identità isolamento", Domus Area, Bagnoli Del Trigno
- 2016 Seminario "Gestione Dello Stress e Terapia Biointegrata", Domus Area, Bagnoli Del Trigno
- Adolescenza: conflitto, identità, isolamento (Comune di Baranello)
- 2016 Seminario Teorico Pratico "Come Accrescere l'Autostima", Domus

## DOCENTE CORSI DI FORMAZIONE DOCENTI

- 2016-2017 Corso di Formazione per insegnanti scuola primaria, medie e superiori "A scuola con il corpo con il cuore con la mente" (6 incontri, totale 18 ore)
  - 2017-2018 Corso Formazione Insegnanti, Riconosciuto dall'Ufficio Scolastico Regionale "A scuola con il corpo con il cuore con la mente" II Edizione (8 incontri 32 ore)
  - Istituto Omnicomprensivo Scarano, Trivento (Contratto di collaborazione con l'Istituto) Relatrice Convegno Convegno "Dipendenze e responsabilità Educative"
  - 2017 Seminario "Bullismo e Cyberbullismo" (Domus Area)
  - 2018 Convegno Bullismo e Cyberbullismo (con la dott.ssa Roberta Bruzzone, Domus Area)
  - 2018 Relatore Convegno "Il Coraggio di Educare" (con il Prof. Paolo Crepet) Domus Area
  - 2018-2019 Docente Corso di Formazione Insegnanti (Corso Riconosciuto Miur DM 170/2016) "A scuola con il cuore con il corpo con la mente", (32 ore)
  - 2019-2020 Docente Corso di Formazione Insegnanti (corso Riconosciuto Miur DM 170/2016) "A scuola con il cuore con il corpo con la mente" (ore 12)
  - 2019 Relatore convegno "Generazione H" (con la prof.ssa Maria Rita Parisi)
  - 2016-2020 Docente e Responsabile Corso di Formazione Insegnanti riconosciuto Miur per la formazione DM 170/2016
  - 2020 Relatore Convegno "Bullismo e Cyber Bullismo" IC Barone
  - Docenze per il Corso di Formazione Insegnanti "A scuola con il cuore con il corpo con la mente" Riconosciuto Miur DM 170/2016 (Centro Studi e Ricerche Cosmo de Horatis, Bagnoli del trigno): (Di seguito elenco Docenze)
- A.S.2016-2017**
- L'apprendimento: corpo, emozioni, pensieri una integrazione della personalità
  - La gestione dello stress nell'insegnamento
  - Il bambino autistico e le abilità Savant
  - Stare bene e lavorare meglio, esercizi mirati per l'attenzione e la coordinazione
  - Bullismo e Cyberbullismo
  - Il docente: come lavorare individualmente e in gruppo (Tot ore 32)
- A.S. 2017-2018**
- I bisogni educativi speciali (BES) e la didattica Inclusiva
  - L'educazione alle life skills
  - Il professionista in classe: Gli interventi mirati per favorire lo sviluppo personale e il benessere degli studenti
  - Docenti, lavoro e salute (tot ore 32)
- A.S. 2018-2019**
- L'educazione alle life skills
  - Gestione dello stress nell'insegnamento
  - Problematiche di salute con interferenze nell'apprendimento
  - Il docente: lavorare in gruppo e individualmente
- A.S 2019-2020.**
- Le radici della violenza. Fattori di predizione. Videogiochi e modifiche neuropsicologiche.
  - La Comunicazione e l'enneagramma, fondamenti di Programmazione Neurolinguistica (PNL)
  - Il Cooperative Learning (Ore 12)

## CORSI DI FORMAZIONE INTERNA SCUOLA A.S. 2020/2021 - A.S. 2021-2022

- Istituto Comprensivo Amatusio Pallotta, ore 40 di Formazione Docenti e Genitori
- Istituto Comprensivo IC Barone, ore 60 Formazione Docenti e Genitori
- Istituto Omnicomprensivo Scarano ore 20 Formazione Docenti e Genitori
- IIS Bojano ore 10 Formazione Docenti
- IIS Pertini ore 10 Seminari Esperienziali Studenti
- IIS Pertini ore 4 Formazione Docenti di Sostegno



2010-2014 **DOCENTE MASTER**

"Master di formazione in Medicina Psicosomatica"  
ISTITUTO PER LA TERAPIA PSICOCORPOREA, Roma, [www.itpc.it](http://www.itpc.it)

- Problematiche adolescenziali e approccio psicocorporeo
- Terapia Familiare e approccio Psicocorporeo
- I disturbi della Nutrizione e dell'Alimentazione
- Stress e approccio Psicocorporeo
- Disturbi Sessuali- Sex Addiction
- Disturbi Post Traumatici e approccio Psicocorporeo

2010 **DOCENTE CORSI ECM**

Laborform ([www.laborform.it](http://www.laborform.it))

- La comunicazione aspetto essenziale nella relazione, Crotone
- L'approccio Psicocorporeo, Torella Del Sannio (CB)
- La comunicazione secondo l'approccio Psicocorporeo, Roma
- L'approccio Psicocorporeo, Latina
- La comunicazione aspetto essenziale nella relazione, Campobasso

2005-2011 **PSICOLOGA**

Cooperativa Sociale "Obiettivo Uomo", Roma, [www.obiettivouomo.it](http://www.obiettivouomo.it), convenzionata con il Comune Di Roma

- AEC, scuola elementare(Bambini Spettro Autistico -Bambini con disturbo ADHD,)
- Psicologa domiciliare, Bambini autistici a basso funzionamento
- Psicologa Gruppo autonomia " Fuori dal Guscio ", centro diurno per adolescenti con Sindrome di Asperger, Sindrome di Prader Willi, Sindrome di Down.

2008-2010 **Tirocinio Specializzazione Psioterapia**

Casa di Cura "Villa Sandra" (250 ore)  
([www.villasandra.it](http://www.villasandra.it)) accreditata SSN, Via Portuense Roma



- Tirocinio di Specializzazione in Psicoterapia Funzionale
- Colloqui di sostegno malati lunga degenza. (tutor Dott.ssa F.Corda) (Riabilitazione Neurocognitiva)

2009-2010 Meridiano Viaggi e Turismo  
( [www.meridiano.it](http://www.meridiano.it) )

- Accompagnatrice adolescenti Vacanze Studio in Gran Bretagna e Irlanda

2008 **Ospedale di Frascati San Sebastiano, (Asl Roma 2)**  
Reparto SPDC- 250 ore

- Tirocinio di Specializzazione in Psicoterapia Funzionale
- Attività di counselling e conduzione gruppi dinamico-esperenziali con pazienti psichiatrici

2005 **Tirocinio Post Laurea**  
Istituto Per La Terapia Psicocorporea  
• 500 ore di Tirocinio Post Laurea

2005 **Operatrice Volontaria**  
Associazione Italiana Persone Down, Viale delle Milizie , Roma  
• Centri diurni , gruppi di autonomia

2005 **Operatrice Volontaria**  
Polambulatorio Caritas, Via Marsala Roma  
• Segreteria studio medico



## ISTRUZIONE E FORMAZIONE

2022	<b>Certificazione-Corso Di Formazione IRFID</b> E. Menne- Psicoterapeuta Analista del Comportamento <b>"ADOS 2 : dall'osservazione alla diagnosi " (30 Ore)</b> Valutazione degli aspetti della comunicazione, interazione sociale, uso ludico/immaginario del materiale e comportamenti ristretti e ripetitivi rivolta a soggetti individuati come possibilmente affetti da Disturbo dello Spettro Autistico (ASD).
2022	<b>Certificazione - PEP 3 – CORSO DI FORMAZIONE IRFID (30 ORE)</b>
2022	<b>Certificazione TEEACH- CORSO DI FORMAZIONE IRFID (30 ORE)</b>
2022	<b>Certificazione-Corso di Formazione Tecnico RBT- ABA (60 ore )- Laboform</b>
2022	<b>Certificazione Corso di Formazione Esperto nei Disturbi del Comportamento Alimentare (40 ORE)-DEKA FORMAZIONE</b>
2022	<b>Corso di Formazione – ASD (30 ore)</b> AUTISM FOCUSED INTERVENTION RESOURCES & MODULES (AFIRM) Introduzione all'Autismo (3 Ore) PECS (3 ore) -PII for Toddlers (3 Ore) – Pivotal Response Training (3 ore) Modeling (3 ore) – Selecting and Evidence Based Practise (3 Ore) Social Skills Training (3 ore) – Task Analysis (TA) (3 Ore)- Time Delay (3 Ore)
2022	<b>Certificazione – CORSO DI FORMAZIONE "MINDFULLNESS: PRATICA E BENEFICI DELLA MEDITAZIONE" (30 ORE)- IGEA</b>
2022	<b>Certificazione – CORSO DI FORMAZIONE : LA DEPRESSIONE NELL'ETÀ EVOLUTIVA " - 60 ORE- IGEA (Trattamenti Evidence Based)</b>
2022	<b>Certificazione- CORSO DI FORMAZIONE : LA DEPRESSIONE NELL'Età ADULTA 60 ORE-IGEA (Trattamenti Evidence Based)</b>
2022	<b>Certificazione – Corso di Formazione – "I disturbi di Personalità e pratica clinica " (Evidence based )- IGEA – 30 ORE</b>





2022 **Percorso Formativo CAI-IDI (Commissione per le Adozioni Internazionali)**  
"E dopo i Tempi del Post adozione ?" (20 Ore)

2022 **Laboratorio Tematico DI Suicidologia – Maurizio Pompili - Psichiatra**  
Principi e Procedure Evidence Based (EBM-EBN-EBP)

2022 **Corso Base in Posturologia Integrata (IN CORSO)**

IMeb Istituto di Medicina Biointegrata

- Tecniche di valutazione posturale
- Esercitazioni
- Controllo posturale

2015 **Esperto in Kinesiologia Biointegrata**

150 Crediti  
Formativi/Modulo  
corso Calk-3DS

IMeb, Istituto di Medicina Biointegrata

- Fondamenti di Kinesiologia Biointegrata
- Diagnosi in Kinesiologia Biointegrata
- La kinesiologia in ambito biochimico-funzionale
- La kinesiologia Biointegrata in ambito strutturale
- La kinesiologia biointegrata in ambito psicologico-mentale e bioenergetico

2015 **Operatore di Biofeedback e Neurofeedback**

Azienda Righetto, Treviso

- Biofeedback, corso base di applicazione e funzionamento
- Campi applicativi (bambini, adolescenti, adulti)

2

2008-2012

**Psicoterapeuta Funzionale**  
(Corso Quadriennale)

Scuola Europea di Psicoterapia Funzionale, Napoli

Volazione 8080



- Psicologia generale
- Psicologia dello Sviluppo
- Psicofisiologia
- Psicologia e epistemologia Funzionale
- Psicologia Evolutiva funzionale
- Psicoterapia Funzionale
- La psicopatologia come processi di alterazione e sconnessione dei livelli di funzionamento del se
- Diagnosi e progetto terapeutico (DEPRESSIONE,ANSIA,DAP,DISTURBI ALIMENTARI,STRESS; TOSSICODIPENDENZA;OSSESSI COMPULSIVI;FOBIE; ECC)
- EBS, esperienze di base del se
- Metodologia funzionale in gravidanza e perinatalità
- Psicoterapia infanzia e adolescenza
- Metodologia funzionale nello stress
- Metodologia di intervento nei servizi
- Approccio funzionale in ambito educativo, formativo e riabilitativo nei servizi (PSICOLOGIA SCOLASTICA)
- Mobilitazione e integrazione delle funzioni
- Teoria e tecnica integrate del movimento
- Tocco e contatto in psicoterapia funzionale
- La respirazione nell'integrazione psico-corpo
- Immaginazione guidata nel rapporto mente-corpo
- Il massaggio funzionale

**2008 Esperta in conflitti adolescenziali**

Corso di Formazione convenzionato dalla Regione Lazio per Cooperativa "Nuova Assistenza"

- Psicologia dell'età evolutiva
- L'adolescente problematico
- Emotività e Conflitti
- Adolescenza e tossicodipendenza
- Istituti minorili
- Attività pratica di tirocinio presso "La città dei Ragazzi", Roma

**2007 Esperto in Medicina Psicosomatica**

**Master** di Formazione, Istituto Terapia Psico-Corporea, Roma (3 Anni)

- Psicofisiologia dei processi corporei emozionali
- Identità funzionale mente-corpo
- Analisi Bioenergetica di A.Lowen
- L'approccio funzionale del se
- Etiopatologia e patogenesi dei disturbi psicosomatici
- Accenni di riflessologia plantare
- Tecniche di rilassamento
- Classi di bioenergetica
- Tecniche di colloquio
- L'approccio al paziente psicosomatico

**2006 Esperto in Psicologia dello Sport**

**Master** di Specializzazione, Istituto Terapia Psico-Corporea, Roma (3 Anni)

- Analisi posturale
- Tecniche di rilassamento: training autogeno, rilassamento progressivo di Jacobson
- Tecniche di respirazione
- Tecniche di colloquio
- Approccio allo sportivo
- Tecniche di massaggio bioenergetico
- Classe di esercizi di Bioenergetica
- Tecniche di Imagery

2007 Iscrizione Albo Professionale Psicologi Molise (n.208)

Esame di Stato sostenuto presso Università degli Studi di Roma La Sapienza in data 18.10.2006 con votazione 143/150. Attualmente iscritta all'Ordine Psicologi Molise n. 208

①

2005 **Psicologa** Votazione :105/110  
 Università degli Studi "La Sapienza", Roma. Facoltà di Psicologia. Laurea Vecchio Ordinamento  
 • Tesi Sperimentale : "Adattamento e conflitto nella coppia",  
 Relatore : Prof. A. Pierro, Psicologia Sociale  
 Votazione 105/110

1999 **Diploma**  
 Liceo Scientifico "A. Romita", Campobasso

#### COMPETENZE PERSONALI

Lingua madre Italiano

Altre lingue

##### COMPRESIONE

##### PARLATO

##### PRODUZIONE SCRITTA

Ascolto

Lettura

Intervista

Produzione orale

Inglese

A1

A1

A1

A1

A1

Competenze comunicative Capacità di lavorare in equipe multidisciplinare maturata in molteplici situazioni in cui era fondamentale la collaborazione tra figure diverse

Competenze organizzative e gestionali Capacità organizzativa e di coordinamento relativa soprattutto alla realizzazione di progetti interni e strategie di vendita aziendale

Competenze informatiche	Conoscenza degli applicativi Microsoft e Pacchetto Office, in modo particolare Word, Publisher, Power Point. Ottima padronanza del programma Pro-Show-Gold per la realizzazione di cortometraggi e video illustrativi.
Altre competenze	Scrittura . ( Pubblicazione Libro -2009 "Il Risveglio dell'io, il viaggio che segue il percorso terapeutico", Geva Edizioni, <a href="http://www.geva.it">www.geva.it</a> ) Pubblicazione Libro "Il silenzio non è mai silenzio. Oltre l'alzheimer. Edizioni centro studi Erickson.
Patente di guida	B

ULTERIORI INFORMAZIONI



- Pubblicazioni  
 Presentazioni  
 Progetti  
 Conferenze  
 Seminari  
 Riconoscimenti e premi  
 Appartenenza a gruppi/  
 associazioni  
 Referenze
- 2022- Relatrice e Organizzatrice della Manifestazione "Non Sei Sola" -- Settimana di Sensibilizzazione contro la violenza di genere. Dal 23 al 26 Novembre- Patrocinata dal Comune di Torella del Sannio e dall'Ordine degli Psicologi del Molise.
- 2020 Pubblicazione Libro "Il silenzio non è mai silenzio. Oltre l'Alzheimer"- Pubblicato da Centro Studi Erickson ([www.ericksonlive.it](http://www.ericksonlive.it))
- 2019 Convegno "Generazione H" relatore Prof.ssa Mariarita Parsi, Bagnoli del Trigno
- 2019 Congresso Medicina Biointegrata (ecm 10,5) Imeb, Roma
- 2018 Convegno Il coraggio di educare, relatore Prof. Paolo Crepet Bagnoli del Trigno
- 2018 Convegno Bullismo e Cyberbullismo, Relatore Roberta Bruzzone
- 2017 Congresso Internazionale di Medicina Biointegrata, IMEB, Roma
- 2015 Congresso Internazionale di Medicina Biointegrata, Imeb Roma
- 2016 Convegno "DSA", Ordine Psicologi Molise
- 2016 Convegno "Nuove scoperte in Oncophyt Terapie", Biogroup e Imeb, Campobasso
- 2015 Seminario "Stomaco, cuore e delizia", Imeb, La chiave della Salute, Campobasso
- 2014 Seminario "Biofeedback", Ditta Righetto, Rovigo. Università Salesiana, Roma
- 2013 Congresso Internazionale di Medicina Biointegrata, IMEB, Roma
- 2005-2011 Psicoterapia Individuale, Dott. Antonio De Lucia, Roma
- 2011 Supervisione Casi clinici, Dott. Antonio De Lucia
- 2011 Congresso Internazionale di Psicoterapia, Roma
- 2010 Congresso "Il Neo-Funzionalismo", Napoli
- 2009 Pubblicazione Libro "Il Risveglio dell'Io", Geva Edizione, [www.its.it](http://www.its.it)
- 2007 Convegno "La psicoterapia nelle Esperienze Molisane", Ordine Psicologi Molise
- 2006 Seminario "Guerre del Trauma", Casa Internazionale delle Donne, Roma
- 2006 Convegno "Stress sul Lavoro", Roma
- 2006 Convegno "Clinica e ricerca in terapia psicosomatica", Cesena
- 2006 Seminario "La Montagna Terapie", Roma
- 2005 Convegno "La psicologia per gli atleti di elite", CONI Roma
- 2005 Workshop Residenziale "Half way House", Perugia

- PUBBLICAZIONE EPA, ABSTRACT  
 "AUTISM AND ANABINDIDI" (2022)

## ALLEGATI

Lista di documenti allegati al CV.

- copia carta di identità
- codice fiscale

Autorizzo il trattamento e la conservazione dei dati personali a norma del D.Lgs 196/2003

## PRESENTAZIONE PROGETTO SPORTELLLO DI ASCOLTO

Gli interventi dello sportello di ascolto nella scuola sono volti a migliorare la relazione educativa nell'ambito scolastico, a promuovere i processi di inclusione scolastica con le famiglie e i minori e la rete dei servizi coinvolti, ovvero a:

- promuovere una cultura della solidarietà, del rispetto delle differenze e della cittadinanza attiva nel gruppo dei pari sin dalla scuola primaria;
  - implementare una cultura della corresponsabilità tra le agenzie educative e i servizi socio-sanitari, promuovendone l'interazione e la conoscenza reciproca;
  - promuovere la capacità del sistema scolastico di gestire in classe, in gruppo o in modalità più personalizzata situazioni multiproblematiche;
  - prevenire e/o ridurre i fenomeni di evasione scolastica e drop-out dovuti a contesti socio familiari problematici, a fobie sociali, etc.
  - intercettare tempestivamente il disagio psicosociale, quando si manifesta nella forma di disagio scolastico, in assenza di disturbi psicopatologici già certificati.
- Per disagio psicosociale qui si intende "quello stato emotivo, non ancora correlato a disturbi di tipo psicopatologici, linguistici o di ritardo cognitivo che si manifesta attraverso un insieme di comportamenti disfunzionali che non permettono al soggetto di vivere adeguatamente le attività di classe e di apprendere con successo, utilizzando il massimo delle proprie capacità cognitive, affettive e relazionali".
- offrire un ventaglio di interventi flessibili e, se necessario, personalizzati;
  - prevenire l'intervento della magistratura nelle situazioni a rischio di pregiudizio;
  - favorire l'accesso ai servizi sociosanitari per le famiglie e per il sistema scolastico, in particolare per quelle situazioni in cui la potenziale fruibilità dei servizi è percepita come minacciosa e a rottura dell'alleanza educativa, mentre di per sé potenziale volano del successo formativo dell'alunno.

1) Attività di sportello (counselling)

2) Incontri nelle classi e con i docenti del Consiglio di classe, per mettere a fuoco le problematiche principali, e di *Problem Solving* per mettere l'insegnante in condizioni di leggere il disagio e trovare delle soluzioni.

La consultazione è uno strumento incisivo e continuativo d'intervento per rispondere rapidamente alle richieste di sostegno che in vario modo provengono dalle diverse componenti della scuola: allievi in difficoltà, insegnanti che segnalano le problematiche degli allievi e le proprie difficoltà nell'interagire con loro e con le famiglie, genitori che sono costretti a confrontarsi con quella difficile sensazione di impotenza intrinseca al rapporto con i figli adolescenti che "non li ascoltano più". La consultazione rende tangibile per gli utenti il fatto che la scuola promuove una cultura dell'accoglienza che non si riduca a un iniziale benvenuto più o meno formale ai nuovi iscritti, ma che si sostanzia nella capacità di accogliere la domanda di supporto (didattico, relazionale, sociale...) che viene dall'utenza. Il centro di ascolto è attivato con la finalità principale di **monitorare** le esigenze degli studenti, degli insegnanti e dei genitori che vi si rivolgeranno.

Lo sportello di ascolto è un punto di riferimento polifunzionale che viene utilizzato a vari livelli e nella prospettiva di diverse tipologie di intervento.

a) Accogliere la domanda di aiuto (didattico, relazionale, sociale...) da parte dell'utenza: allievi, insegnanti, genitori.

Esempio- Dare ai ragazzi l'opportunità di fruire di uno spazio in cui confrontarsi (con l'apporto dell'adulto psicologo) con le proprie difficoltà, con la spinta a demotivarsi nello studio e con la propensione a perdere l'autostima.

b) Raccogliere informazioni ed elementi conoscitivi sulle caratteristiche locali del fenomeno della dispersione. Attuare dei gruppi preventivi di discussione su tematiche quali vandalismo, bullismo, razzismo, comportamenti a rischio.

c) Approfondire, insieme all'utente, i bisogni e le possibilità personali e contestuali.

Esempio- Favorire la possibilità che i ragazzi entrino in contatto con le proprie tendenze ad autoemarginarsi e costruire delle modalità personali per rispondere a queste difficoltà.

d) Predisporre eventuali interventi a livello dei consigli di Classe (Focus Group e Problem Solving).

Lo sportello di ascolto ha i seguenti obiettivi e modalità:

### Obiettivi specifici (relativi agli studenti)

- Coinvolgere nell'intervento alunni a rischio potenziale e accertato di dispersione scolastica individuati tra: alunni osservati in ruoli critici all'interno delle dinamiche di classe, bocciati, provenienti da famiglie multiproblematiche, in condizioni di difficoltà di inserimento nel gruppo classe, soggetti a provvedimenti disciplinari, segnalati dalle insegnanti come portatori di difficoltà comportamentali, segnalati dalle famiglie come portatori di difficoltà nello studio, nella socializzazione e/o nella crescita.



- Offrire un **sostegno preventivo** (prevenzione primaria) agli allievi che hanno manifestato i primi segnali di un disagio nel delicato periodo di avvio della scuola superiore :  
 approfondire la conoscenza del percorso storico-formativo del giovane,  
 verificare gli interessi, delle aspettative e delle aspirazioni professionali  
 sostenere il recupero delle competenze e delle potenzialità personali  
 facilitare l'elaborazione di un proprio percorso formativo-professionale  
 focalizzare l'andamento scolastico dei partecipanti, promuovendone la riflessione sul significato del loro studiare e sulle strategie d'apprendimento messe in atto  
 sostenere l'elaborazione dell'eventuale vissuto di fallimento del giovane
- incoraggiare un tentativo di **recupero scolastico** (valutando l'effettivo rendimento dello studente, mettendo a fuoco le materie insufficienti, rilevando le concrete possibilità di recupero, riflettendo sulle metodologie di studio utilizzate)
- in alternativa, verificare la possibilità di elaborare una bocciatura come opportunità di crescita e maturazione
- se necessario facilitare un percorso di **riorientamento scolastico**, operando una sintesi dialettica tra le attitudini e gli interessi dell'allievo e le aspettative genitoriali
- rilevare gli **indicatori predittivi di rischio di dispersione scolastica**
- rilevare i comportamenti che incrementano il rischio di dispersione scolastica
- promuovere l'adattamento alle regole di vita sociale, comprendendone la necessità ed i reciproci vantaggi
- facilitare la comunicazione su tematiche riguardanti l'adolescenza
- esprimere ed elaborare i propri bisogni e le proprie necessità
- decodificare la domanda prodotta da un malessere generalizzato ed eventuale invio alla struttura competente ( Servizi sociali, Asl, ecc.) attraverso un percorso protetto
- garantire un servizio di informazione relativo alle risorse del territorio per adolescenti
- offrire un servizio di consulenza psicologica individuale

#### Obiettivi specifici (relativi agli insegnanti e ai genitori)

- fornire gli strumenti di analisi e lettura delle situazioni, delle problematiche concernenti accoglienza, orientamento e disagio scolastico
- facilitare la comunicazione su tematiche riguardanti il disagio
- facilitare l'acquisizione di una maggiore capacità di lettura della realtà adolescenziale il più possibile scevra da pregiudizi
- migliorare la capacità di porsi in relazione con gli studenti
- facilitare la comunicazione tra insegnanti e genitori
- elaborare i vissuti dei genitori rispetto alle difficoltà scolastiche del proprio figlio
- elaborare il vissuto di frustrazione degli insegnanti rispetto ai ragazzi "difficili" ed evitare quella che può essere definita come la **dispersione degli insegnanti**.

#### Incontri di gruppo o con i gruppi classe:

- attraverso l'uso di modalità integranti che consentano l'esperienza di equità e la cultura della solidarietà
- curando gli aspetti affettivo-relazionali (autonomia, socialità, rispetto delle diversità)
- proponendo attività di conoscenza reciproca
- adattando l'insegnamento alle caratteristiche individuali degli studenti in vista del raggiungimento di obiettivi ritenuti irrinunciabili
- riformulando per tutta la classe la trasmissione delle conoscenze in modo da renderle accessibili ed efficaci
- utilizzando una vasta gamma di approcci e un'ampia varietà di attività individuali e di gruppo
- curando la fase di attivazione dei saperi già posseduti

#### utilizzando diverse modalità di differenziazione e di individualizzazione

- utilizzando nell'insegnamento la mediazione tra pari creando situazioni formative in cui tutti possono dare il loro contributo (circle time, brainstorming,...)
- promuovere strategie autovalutative e di valutazione tra pari,

- Favorendo la riflessione metacognitiva
- predisponendo un'ampia gamma di metodi per valutare i progressi
- programmando attività di problem solving

Domande a cui lo psicologo cerca di dare una risposta ogni volta che apre un rapporto sulle difficoltà nella scuola;

**Quali sono le regole acquisite che la scuola attiva per realizzare l'integrazione?**

- Vi è almeno una figura di sistema per l'integrazione
- Sono previsti incontri per informare il personale sugli alunni loro affidati
- Vi è una commissione di coordinamento /supporto per gli insegnanti che seguono alunni cosiddetti "Difficili"
- Vi sono prassi non previste dal regolamento che vengono abitualmente utilizzate per la formazione delle classi

Anche in caso di gravità vengono utilizzati criteri di valutazione condivisi dal collegio

**Come la famiglia concorre al processo di integrazione ?**

- Oltre alle modalità previste dalla normativa la scuola ha attivato prassi specifiche per il coinvolgimento della famiglia
- Nella scuola è presente un referente per la cura dei rapporti con le famiglie
- Ci sono temi definiti di confronto e di negoziazione con le famiglie (composizione della classe, elaborazioni e verifiche del PDF, elaborazione e verifiche del PEI, passaggio alla classe successiva)
- Il dirigente scolastico incontra i famigliari degli alunni con difficoltà
- La scuola rileva dalla famiglia le propensioni e le preferenze dell'alunno con difficoltà
- Le famiglie degli alunni sono sollecitate a partecipare ai regolari incontri scuola-famiglia (colloqui generali, organi collegiali,...)
- La scuola organizza formazione specifica per le famiglie
- La scuola promuove e supporta forme di associazionismo tra le famiglie
- La scuola rileva il grado di soddisfazione delle famiglie degli alunni con difficoltà
- Le associazioni dei genitori collaborano a livello progettuale nel GLH d'Istituto

Le associazioni dei genitori sono coinvolte nella valutazione del servizio scolastico

**Che cosa la scuola ritiene di dover fare per costruire il Progetto di vita dell'alunno "Difficile" o con difficoltà ?**

- Conoscere la vita extrascolastica degli alunni con difficoltà di comportamento
- Conoscere la realtà delle persone con comportamenti violenti, con difficoltà specifiche o con comportamenti a rischio
- Proporsi obiettivi utili nella vita e orientati alla vita adulta
- Preparare le azioni necessarie a costruire il futuro (anticipare eventi per non arrivare impreparati)
- Usare modalità "adulte" di lavorare all'apprendimento degli obiettivi per il futuro
- Dare giusta importanza alle autonomie, alla comunicazione in contesti reali e alla capacità di interagire con gli altri
- insegnare a lavorare e non insegnare un lavoro
- insegnare a gestire il proprio tempo libero
- insegnare a gestire le proprie risorse
- aiutare a sviluppare e mantenere una rete di supporto sociale informale
- costruire con l'alunno un Portfolio di competenze acquisite
- insegnare all'alunno a fare delle scelte riferite a sé (abbigliamento, amici, studio, lavoro,...)
- promuovere l'autostima e un sistema di attribuzione corretto
- orientare nella scelta dei percorsi scolastici e formativi
- promuovere iniziative di formazione e di supporto per i genitori



### Incontri di Focus-Group e Problem Solving

Incontri di Focus-group e Problem-Solving con i consigli di classe potranno essere attivati nel caso in cui emergano situazioni problematiche che riguardano il gruppo classe.

Il **Focus group** con i docenti del **consiglio di classe** rappresenta un momento di condivisione e di messa a fuoco delle problematiche principali. L'obiettivo fondamentale è far emergere le difficoltà non come prodotto delle sole indicazioni dello specialista, ma come frutto di un confronto di opinioni, in modo che ciascuno possa sentire il quadro descritto come rappresentativo della situazione attuale.

E' generalmente riconosciuto che una ricerca compiuta attraverso questa metodologia contiene almeno quattro elementi fondamentali, che possono costituire la base per una specificazione più precisa del termine.

- \* **Un gruppo di più partecipanti.**
- \* **Interazione all'interno del gruppo.** Il Focus Group è l'unica metodologia di ricerca qualitativa in cui i soggetti sono stimolati a comunicare tra loro. Di conseguenza una maggiore interazione corrisponde a una maggiore efficacia.
- \* **Presenza di un moderatore,** esterno al gruppo, che controlla l'interazione tra i partecipanti e riconduce le risposte agli obiettivi stabiliti.

Nel **Problem Solving** si utilizzano procedure simili a quelle del Focus Group. Esso rappresenta, però, una tappa successiva di lavoro, in quanto l'intero processo di analisi non consiste nell'esplorazione dello spazio del problema, ma è finalizzato a generare alternative possibili rispetto alle mete che ci si è posti, a ipotizzarne le conseguenze, e a manipolare mentalmente il set di operazioni necessarie per attuare l'intervento. Con questo strumento, infatti, l'insegnante viene messo in grado di individuare e leggere il disagio, ma anche di prospettarsi soluzioni per ridurlo.

Quando il gruppo degli insegnanti lavora insieme per affrontare delle situazioni problematiche inerenti qualche singolo studente o piccoli gruppi e che possono condurre a migrazioni o dispersioni di studenti allora diventa importante un incontro di follow-up per monitorare l'esito delle strategie intraprese.

Molti insegnanti preferiscono parlare delle loro preferenze quando si trovano in gruppo. La presenza di altre persone fornisce infatti un maggior livello di sicurezza emotiva e le risposte fornite sono più vicine alle reali percezioni del soggetto.

Il vantaggio dell'interazione con altri membri del gruppo è che si stimola la discussione ed emergono informazioni aggiuntive che altrimenti non verrebbero espresse dal singolo.

### **Organizzazione Sportello D'Ascolto**

Lo Sportello D'ascolto è attivo nell'orario scolastico e gratuito per gli utenti (studenti, genitori, insegnanti) rappresenta un'occasione di avvicinamento a una preziosa figura d'aiuto, lo Psicologo appunto, offrendo nel corso dell'anno scolastico ad ogni studente la possibilità di sperimentare il valore della riflessione guidata dell'esperto, preferibilmente esterno all'Istituzione Scolastica.

Si prevede la presenza del Professionista per un totale di 15 ore a decorrere dalla stipula del contratto, in giorni prestabiliti, in un'aula prestabilita per lo Sportello.

Il servizio offre una consultazione psicologica breve finalizzata a orientare l'adolescente o il bambino in difficoltà.

La riflessione con l'esperto permette di ridurre la confusione, ristabilire ordini di priorità sulla base dei valori del ragazzo, focalizzare le proprie esigenze tenendole separate dalle pressioni di tipo sociale cui l'adolescente o il bambino è sensibile. Lo Sportello non si delinea quindi come un percorso psicoterapeutico e prevede un massimo di 3-4 incontri per studente, in genere sufficienti per consentirgli di focalizzare le soluzioni attuabili, a riscoprire le proprie potenzialità inesprese, ad uscire dall'impasse che in alcuni momenti della vita causa passività e sofferenza.

#### **4) Destinatari**

Alunni e tutti gli adulti che sentano l'esigenza di confrontarsi sulle problematiche vissute a scuola nel rapporto con i bambini e gli adolescenti.

Lo psicologo, quindi, si rende disponibile al confronto anche con insegnanti e genitori, al fine di considerare e sperimentare modalità di relazione più funzionali al benessere degli allievi.

## 5) Contenuti e segretezza (Privacy)

I contenuti di ogni colloquio sono strettamente coperti dal segreto professionale. Tuttavia, dovessero emergere delle aree-problema su cui fosse importante intervenire dal punto di vista educativo-preventivo, lo psicologo fornirà alla Scuola opportune indicazioni per promuovere in seguito nuove iniziative di prevenzione intervento. Gli studenti che vogliono accedere individualmente al Servizio devono presentare il previsto modulo di consenso informato debitamente compilato e firmato da un genitore.

## ELABORAZIONE PROGETTO - GRUPPO CLASSE

### PREMESSA

In questa particolare situazione di emergenza sanitaria che ancora invade le nostre vite, gli alunni possono risentire di questo clima di incertezza in cui sia la dimensione educativa/didattica che quella emotiva giocano un ruolo fondamentale.

È molto importante non sottovalutare l'impatto emotivo di questo periodo anche in ambito scolastico in quanto l'apprendimento, se non accompagnato da un'attenzione all'espressione e all'ascolto delle emozioni, potrebbe rivelarsi un po' più difficoltoso del solito. Quando viene data cittadinanza all'espressione dei vissuti emotivi in classe, sia oralmente che per iscritto, le emozioni agiscono anche da fattori protettivi di comportamenti a rischio. La conoscenza e la comprensione del proprio spazio interiore permette di valorizzare tutti i vissuti e tutte le diversità, educando persone libere che si possono esprimere pienamente.

In questo panorama si colloca questo laboratorio dedicato all'educazione, all'affettività e alle emozioni (EDUCARE LE LIFE SKILLS).

L'esperienza laboratoriale proverà ad aiutare gli alunni ad esplorare quello che sentono, a verbalizzare i loro stati emotivi. Racconti e immagini offriranno spunti interessanti per parlare di emozioni.

Il progetto si basa sulla consapevolezza che l'apprendimento viene favorito da contesti in cui l'attenzione al vissuto emotivo degli allievi e alle loro relazioni sociali caratterizza i rapporti tra adulti e allievi. L'educazione emotiva ha un ruolo determinante nell'offerta formativa della scuola: coinvolge i processi di sviluppo delle competenze emotive e sociali negli alunni poiché la scuola è anche luogo di apprendimento e di conoscenza emotiva.

La conoscenza ed il rapporto equilibrato con le proprie emozioni migliora la personalità di ogni alunno, il clima della classe, il rapporto con le insegnanti e tra gli alunni stessi sostenendo al loro crescita emotiva e personale in un momento, come quello che stiamo vivendo, in cui la necessità di rileggersi e potersi esprimere diventano validi strumenti per sviluppare al meglio quelle abilità sociali, emotive, relazionali che sono anche alla base di ogni tipo di apprendimento.

Connesso al tema dell'apprendimento, dell'intelligenza e delle emozioni due psicologi hanno certamente apportato un pensiero interessante in questo ambito: Howard Gardner e Daniel Goleman.

20

21

Lo psicologo statunitense Howard Gardner ha definito l'intelligenza come la capacità di risolvere problemi proponendo non una singola intelligenza con caratteristiche diverse, bensì un insieme di intelligenze multiple tra esse diverse e indipendenti. Ha dunque distinto nove tipi fondamentali d'intelligenza, localizzati in parti differenti del cervello. Fanno parte di queste intelligenze anche l'intelligenza intrapersonale che implica una buona conoscenza di sé che spesso si riflette in comportamenti all'insegna dell'autonomia e di una soddisfacente gestione della propria persona e l'intelligenza interpersonale che rende l'individuo capace di costruire relazioni fondate sull'empatia nel comprendere i sentimenti, le emozioni e le esigenze degli altri.

Negli stessi anni un altro psicologo, Daniel Goleman, ha coniato il termine intelligenza emotiva, un tipo di intelligenza sociale che implica tre tipi di abilità: l'abilità di discriminare i vari tipi di emozioni, l'abilità di monitorare le proprie emozioni e quelle altrui e l'abilità di usare le informazioni per guidare i propri pensieri e le proprie azioni.



Tutte le emozioni dunque sono importanti perché esprimono le reazioni delle persone di fronte a situazioni che le toccano e le coinvolgono. Saper riconoscere, ascoltare e rispettare le proprie ed altrui emozioni significa ascoltare e rispettare le persone nella loro globalità.

Aggiungo inoltre che le stesse Indicazioni Nazionali per il Curricolo del primo ciclo di istruzione sostengono l'importanza per i bambini di sviluppare un'autonomia personale e un'accrescita emotiva intesa come "fiducia in sé e negli altri. È importante provare soddisfazione nel fare da sé e saper chiedere aiuto o poter esprimere insoddisfazione e frustrazione elaborando progressivamente risposte e strategie, esprimere sentimenti ed emozioni, partecipare alle decisioni esprimendo opinioni, imparando ad operare scelte e ad assumere comportamenti e atteggiamenti sempre più consapevoli". E ancora "vivere le prime esperienze di cittadinanza significa scoprire l'altro da sé e attribuire progressiva importanza agli altri e ai loro bisogni, significa porre le fondamenta di un comportamento eticamente orientato, rispettoso degli altri, dell'ambiente e della natura".

#### INTRODUZIONE

Con il termine Skill for life si intendono tutte quelle skills (abilità, competenze) che è necessario apprendere per mettersi in relazione con gli altri e per affrontare i problemi, le pressioni e gli stress della vita quotidiana. La mancanza di tali "skills" socio-emotive può causare, in particolare nei giovani, l'instaurarsi di comportamenti negativi e a rischio di risposta agli stress: tentativi di suicidio, tossicodipendenza, alcolismo, dispersione scolastica- abbandono degli studi.

I laboratori avranno come focus il concetto di identità che risulta essere uno dei principali aspetti di valutazione della maturità dell'individuo. Un adolescente consapevole di sé, dei propri bisogni, delle proprie idee e valori, dei propri punti di forza e dei propri limiti ha maggiori possibilità di sviluppare una identità che lo indirizzi verso l'autonomia, verso una maggiore autoconsapevolezza e verso scelte consapevoli. In particolare nel processo di scoperta di sé dell'adolescenza, assume un grande valore il confronto con gli altri, con il gruppo di riferimento che piano piano sostituisce la famiglia.

La capacità critica è uno dei requisiti fondamentali della raggiunta maturità individuale. I laboratori faciliteranno la capacità di osservazione e analisi dei fattori che possono portare a una scelta libera e responsabile oltre al riconoscimento di risorse positive.

**DESTINATARI DEL PROGETTO** Classi scuola secondaria

**DURATA DEGLI INCONTRI**

4 (TOTALE QUATTRO ORE PER CLASSE)

#### LINEE GUIDA

Il percorso prevede lavori esperienziali su ogni Skills:

-**DECISION MAKING**: (Capacità di prendere decisioni): Competenza che aiuta ad affrontare in modo costruttivo le decisioni nelle diverse situazioni e contesti di vita. La capacità di elaborare in modo attivo il processo decisionale può avere implicazioni positive sulla salute attraverso una valutazione delle diverse opzioni e delle conseguenze che esse implicano.

-**PROBLEM SOLVING** (Capacità di risolvere problemi): competenza che permette di affrontare in modo costruttivo i diversi problemi i quali, se lasciati irrisolti possono causare stress mentale e tensioni fisiche.

-**CREATIVITÀ**: contribuisce sia al decision making che al problem solving, permette di esplorare le alternative possibili e le conseguenze delle diverse opzioni. La creatività inoltre può aiutare ad affrontare in modo versatile tutte le situazioni della vita quotidiana.

-**SENSO CRITICO**: abilità nell'analizzare informazioni ed esperienze in modo oggettivo, valutarne vantaggi e svantaggi, al fine di arrivare a una decisione più consapevole. Il senso critico può contribuire alla promozione della salute permettendoci di riconoscere e valutare i diversi fattori che influenzano gli atteggiamenti e il comportamento, quali ad esempio le pressioni dei coetanei e l'influenza dei mass media.

-**COMUNICAZIONE EFFICACE**: consiste nel sapersi esprimere, sia verbalmente che non, in modo efficace e congruo alla propria cultura e in ogni situazione particolare.

-**SKILLS PER LE RELAZIONI INTERPERSONALI**: capacità di interagire e relazionarsi con altri in modo positivo, creare e mantenere relazioni significative, fondamentali per il benessere psico-sociale.

-**AUTOCOSCIENZA**: conoscenza di sé, del proprio carattere, dei propri punti di forza e deboli, dei propri desideri e dei propri bisogni. Aumentare l'autoconsapevolezza può aiutare a comprendere quando si è stressati o sotto tensione. Rappresenta un prerequisito indispensabile per una comunicazione efficace, per relazioni interpersonali positive e per la comprensione empatica degli altri.

-**EMPATIA**: Capacità di comprendere gli altri di "mettersi nei loro panni". Permette di migliorare le relazioni sociali, soprattutto nei confronti di diversità etniche e culturali: facilita l'accettazione e la comprensione verso persone che hanno bisogno di aiuto e di assistenza.

- **GESTIONE DELLE EMOZIONI**: significa riconoscere le emozioni in sé e negli altri, essere consapevoli di come le emozioni influenzano il comportamento e riuscire a gestirle in modo appropriato.

- **GESTIONE DELLO STRESS**: consiste nel riconoscere le cause di tensione e di stress della vita quotidiana e nel controllare sia tramite cambiamenti nell'ambiente o nello stile di vita, sia tramite le capacità di rilassarsi, in modo che gli stress inevitabili non diano luogo a problemi di salute.

- **METODOLOGIA E STRUMENTI**

Gruppi esperienziali, brainstorming, role playing, fantasie guidate, attività pratiche.

**PRIMO INCONTRO DECISION MAKING** Obiettivi :

- Valutare le conseguenze delle proprie azioni
  - Esercitarsi a riconoscere l'origine di una decisione
  - Migliorare la propria capacità di scegliere valutando i pro e i contro di una decisione
- Sviluppare la capacità di decision making in situazioni all'interno del gruppo

Torella del Sannio 06-12-2022

