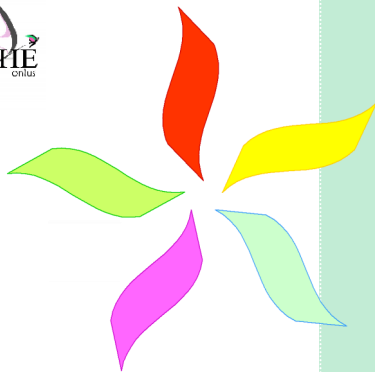


# Emozioni In...



**I Laboratori di  
Alfabetizzazione Emotiva  
dell'Associazione Psyché Onlus**

# L'Associazione "Psyché Onlus"



*Psyché Onlus è un'Associazione di Promozione Sociale nata dalla volontà di tre psicologi, provenienti da esperienze formative diverse, di creare una realtà nuova sul territorio che sappia leggere e raccogliere i bisogni della comunità.*

*La mission di Psyché è quella di realizzare un'interfaccia sociale innovativa ed interattiva tra la professione psicologica e la collettività con l'obiettivo di creare una sinergia tra le parti che permetta ad entrambe di crescere e svilupparsi. Psyché punta a rimettere al centro dell'attenzione la persona come portatrice di risorse prima ancora che di "problemi" ed a renderla protagonista e promotrice del proprio benessere bio-psico-sociale.*

*Nello specifico l'Associazione si occupa di: consulenze psicologiche; gruppi di sostegno psicologico; progetti per le scuole; iniziative formative; percorsi tematici; laboratori.*

Cosa è  
l'Alfabetizzazione  
Emotiva ?



*Cosa sono le emozioni? Perché in certi momenti “ci sentiamo a pezzi”, in altri “abbiamo il cuore in gola” oppure in altri ancora “abbiamo un diavolo per capello”?*

*Di continuo ci capita di provare sensazioni che magari non riusciamo a definire, che non riusciamo a comprendere e spesso ci comportiamo in un certo modo sotto l'influsso di queste. Eppure questo non è un destino inevitabile perché le emozioni, l'aspetto forse più importante e caratteristico di una persona, possono essere conosciute e finanche gestite.*

*Ciò è importante per chiunque ma a maggior ragione per bambini e ragazzi in crescita in quanto conoscere lo sviluppo del proprio mondo emotivo è fondamentale non solo per favorire un armonico sviluppo psico - fisico, ma anche per prevenire problematiche di carattere affettivo e sociale.*

*L'Alfabetizzazione Emotiva permette di: comprendere la struttura di base ed il significato di un'emozione; conoscere le emozioni fondamentali; riconoscere e dare un nome ai vissuti personali della vita quotidiana; riconoscere e dare un nome ai vissuti personali degli altri; comprendere come gestire i vissuti personali che generano sofferenza; comprendere come potenziare i vissuti personali che generano benessere.*

"Emozioni In..."  
I Percorsi



*I Percorsi di Alfabetizzazione Emotiva sono progettati e realizzati dai membri dell'Associazione Psyché Onlus con l'eventuale collaborazione di altre figure professionali.*

*Essi hanno una durata complessiva di circa dieci incontri, di due ore ciascuno, a cadenza settimanale.*

*Il contributo di partecipazione a ciascun Percorso è fissato in 50 Euro complessivi.*

*L'effettiva realizzazione di ciascun Percorso è subordinata al raggiungimento di un numero minimo di partecipanti.*

*Essi potranno essere realizzati anche con la collaborazione di altri Enti o Associazioni; in questo caso il contributo di partecipazione e le modalità di svolgimento verranno rimodulati in accordo con essi.*

*Per particolari esigenze è possibile progettare e realizzare Percorsi di Alfabetizzazione Emotiva individuali il cui contributo di partecipazione e le modalità di svolgimento saranno da concordare.*

# Emozioni In... Social





## Per chi?

Il Percorso è destinato a tutti i ragazzi di età compresa tra 15 e 19 anni.

## Perché?

L'obiettivo generale è quello di apprendere quelle competenze emotive che saranno utili per affrontare le problematiche della vita quotidiana. In particolare ci si propone di promuovere spazi di confronto dove "poter dire la mia" e creare l'opportunità di confrontarsi su tematiche che molto spesso non vengono affrontate e/o che è difficile affrontare nella quotidianità.

## Come?

Il gruppo dei pari, come spazio di confronto in cui condividere esperienze, pensieri ed emozioni, permette la costruzione della propria identità in quanto canalizzatore dei vissuti emotivi dei ragazzi. Il mondo dei social media farà da sfondo, da contenitore e da strumento principale per le attività proposte in quanto gli adolescenti di oggi tendono a ricreare la dimensione gruppa-  
le non solo nei contesti reali ma anche in quelli virtuali.



Info e Contatti

## Associazione Psyché Onlus

Sede: Via Aldo Moro, 42 - 76011 - Bisceglie (BT)

### Recapiti telefonici:

Presidente - Dott.ssa Maria Celeste PETRELLI

(psicologa) 3405991607

Dott. Mauro DELL'OLIO

(psicologo) 3384615395

Dott. Roberto ANCONA

(psicologo) 3451109148

E- mail: [associazionepsycheonlus@gmail.com](mailto:associazionepsycheonlus@gmail.com)

Pagina Facebook: Associazione Psyché Onlus

Sito Web: <http://psycheonlus.wix.com/website>

*Le emozioni  
danno forma alle idee*