



**Carissimi genitori,**

i nostri ragazzi e le nostre ragazze hanno iniziato quest'anno una nuova grande avventura alla scuola media inferiore. Il passaggio da un ciclo all'altro di studio è sempre **un momento cruciale di crescita**, ed oggi lo è ancor di più, alla luce degli stravolgimenti degli ultimi anni di pandemia.

Abbiamo di fronte **una generazione che è stata sospesa nel limbo del covid**, tenersi a distanza dagli altri, indossare le mascherine, perdere occasioni preziose per essere abbracciati, accarezzati, convivere con la paura e l'incertezza, seguire le lezioni su PC o tablet, rinunciare a momenti di socialità, di sport ed aggregazione, avere sempre un ristretto orizzonte di progettazione, ha modificando irrimediabilmente il loro **percorso di sviluppo**.

Ora che la pandemia sembra allentare la presa e l'emergenza si attenua, restano le cicatrici.

Come persone, famiglie, gruppi, comunità oggi non viviamo più in una fase di allarme ed **il futuro chiede con forza di essere immaginato** attraverso sguardi nuovi capaci di accompagnare i ragazzi e le ragazze verso possibili orizzonti.

L'amministrazione comunale di Sant'Ilario d'Enza insieme alle operatrici del servizio sociale territoriale dell'Unione Val d'Enza e al team #GIORNIfelici ha ipotizzato che la strada per costruirli fosse quella di lasciarsi guidare da **una visione di fioritura** della nostra comunità ed ha attivato da inizio 2022 attività capaci di far germogliare nuove competenze nei luoghi di vita, nei caseggiati, nei condomini, nelle piazze, nei giardini, nelle scuole, promuovendo, sostenendo, facilitando la nascita di una comunità resiliente.

Crediamo fortemente che l'esperienza vissuta ci possa preparare ad una rinascita, grazie ad un tempo dedicato a **responsabilizzare** i giovani, rispettandoli nelle loro difficoltà e risorse.





La scuola e la famiglia hanno in questo un compito importante, ma non possono essere lasciate da sole. Abbiamo pertanto immaginato di accompagnare tutta la comunità educante a rivolgere lo sguardo al futuro attraverso un prezioso viaggio da vivere insieme: un **Workshop #GIORNIfelici**

Nei mesi di gennaio e febbraio ciascuna classe prima della scuola secondaria di primo grado avrà la possibilità di immergersi in un laboratorio capace di donare a tutti noi **strumenti potenti per il nostro Ben-Essere**.

4 parole guidano il percorso, una per classe, tutte strettamente collegate al concetto scientificamente fondato di **Capitale Psicologico**. Lo PsyCap così come definito dalla letteratura della Psicologia Positiva è costituito da queste quattro dimensioni: autoefficacia, ottimismo, resilienza e speranza, che adeguatamente sviluppate permettono ad ogni persona di accrescere il proprio potenziale ed il proprio benessere.

- **Resilienza.** Che cosa significa resilienza? In che modo interessa i ragazzi e le ragazze? La resilienza, non è qualcosa che si ha o non si ha, ma una predisposizione che può essere coltivata e favorita, a partire dall'infanzia. Quali sono gli ingredienti della resilienza e come possiamo portarli concretamente nella nostra quotidianità? Un incontro capace di svelare preziosi strumenti per allenare la capacità di avere cura della nostra energia vitale.
- **Speranza.** Cos'è la speranza? Che esperienze hanno i ragazzi e le ragazze con la speranza? Come questo influenza la loro realtà ed il loro sviluppo? Ci immergeremo in una nuova visione della speranza, rappresentata da un punto di vista scientifico dalla nostra capacità di pianificazione. La speranza infatti è qualcosa di molto concreto, non è un sogno, è un progetto, è perseveranza che ci consente di costruire, passo dopo passo le azioni concrete per raggiungere ciò che vediamo e desideriamo nel futuro, superando gli imprevisti e rispondendo con abilità a ciò che ci accade. Capiremo insieme ai ragazzi ed alle ragazze come allenare la capacità di progettazione attraverso un semplice strumento capace di educare alla speranza.





- **Ottimismo.** L'ottimismo è davvero un potere magico? No, e questo è il punto interessante della ricerca scientifica: l'ottimismo non è altro che un abito mentale, un modo di pensare e di affrontare la realtà. E come tutti gli abiti mentali, chiunque può allenarlo: tutti noi, nessuno escluso, possiamo diventare ottimisti. Quali emozioni proviamo quotidianamente e quanto siamo in grado di riconoscerle? Accompagneremo i partecipanti al percorso a scoprire nuovi strumenti per allenare la propria intelligenza emotiva.
- **Autoefficacia.** Come possiamo sentirci capaci? Quale è il pensiero ricorrente sulla nostra capacità di realizzazione? Quale linguaggio utilizziamo nel nostro dialogo interiore e nell'incontro con l'altro? Avremo la possibilità di donare ai ragazzi ed alle ragazze strumenti concreti per allenare l'intelligenza linguistica.

**Ciascuno di noi ha la possibilità di accompagnare i più giovani a sviluppare se stessi e le proprie potenzialità**, cogliamo l'occasione di farci raccontare i potenti strumenti appresi in classe e di condividere con loro l'allenamento delle nuove abilità grazie ai 5 elementi per aver cura dell'energia vitale, al vocabolario delle parole eccellenti, alla ruota delle emozioni e la mappa della speranza.

Vi chiediamo di raccontarci passo a passo cosa il percorso ha scatenato in famiglia, scrivendoci una mail a [santilariocomunitaresiliente@gmail.com](mailto:santilariocomunitaresiliente@gmail.com)

Per informazioni contattate il numero **0522.672260** o **339.7759128**

**Grazie!**

