Dott.ssa Giusi Roviezzo
Psicologa Psicoterapeuta

Proposta di progetto di Formazione Docenti

Promuovere il benessere in classe: strumenti psicologici per una didattica che accoglie

---

Premessa e contesto

Negli ultimi anni il contesto scolastico è diventato sempre più complesso: gli insegnanti si trovano ad affrontare difficoltà legate al comportamento, alla motivazione, all'ansia e alle relazioni tra pari. Promuovere il **benessere emotivo e relazionale in classe** è oggi una condizione essenziale per sostenere l'apprendimento e la crescita armoniosa degli alunni.

Un clima scolastico positivo e un buon equilibrio emotivo degli insegnanti sono fattori protettivi fondamentali per prevenire situazioni di **stress e burnout**.

Obiettivi formativi

Il corso si propone di:

- fornire strumenti per **riconoscere e gestire le dinamiche emotive e relazionali** in classe;
- favorire un clima positivo e cooperativo tra gli studenti;
- potenziare le **competenze comunicative e di ascolto** dell'insegnante;
- offrire strategie per la **promozione del benessere e la prevenzione del disagio** scolastico;
- **prevenire il burnout e sostenere il benessere psicologico degli insegnanti** attraverso strumenti di consapevolezza e autoregolazione emotiva.

Contenuti principali

1. Il benessere in classe: concetto e fattori che lo influenzano
2. Le emozioni a scuola: riconoscimento, espressione e regolazione
3. Comunicazione empatica e gestione dei conflitti
4. Strategie per favorire la cooperazione e la motivazione
5. Prevenzione del burnout e cura del benessere dell'insegnante
6. Esercitazioni pratiche e casi reali

Metodologia

Il corso prevede una modalità **attiva ed esperienziale**, con alternanza di:

- brevi momenti teorici;
- attività di gioco e simulate;
- discussione di casi portati dai docenti;
- condivisione di strumenti pratici da applicare in classe.

Destinatari

Docenti della scuola secondaria di primo grado.
Numero massimo consigliato: **25 partecipanti.**

Durata e articolazione

6 ore complessive, suddivise in **3 incontri da 2 ore ciascuno**, in orario pomeridiano

Date del Corso:

- Martedì 10 Febbraio 2026 ore 16.30-18.30
- Giovedì 19 Febbraio 2026 ore 16.30-18.30
- Giovedì 26 Febbraio 2026 ore 16.30-18.30

Modalità di svolgimento **in presenza.**

Materiali

- Slide e schede operative
- Bibliografia essenziale

Docente formatore

Dott.ssa Giusi Roviezzo
Psicologa – Psicoterapeuta, specializzata in trauma e benessere scolastico

Iscrizione Albo degli Psicologi della Toscana n°6591
Esperienza pluriennale nella formazione di docenti e nel lavoro con minori in contesti educativi.