<table>
<tr><td>Nome: Il viaggio della consapevolezza di sé</td><td colspan="2">Obiettivo: Per aiutare i genitori a esplorare i propri valori, le proprie convinzioni e le proprie emozioni e a sviluppare empatia per i bisogni dei propri figli.</td></tr>
<tr><td>Ora e numero di sessioni:
2/3 ore/2 sessioni</td><td>Tipologia/agenti sociali: formatore/esperto insegnanti/genitori</td><td>Materiale: fogli di lavoro/matite colorate</td></tr>
<tr><td colspan="3">Sviluppo: il formatore inizia con una discussione sull'importanza dell'autoconsapevolezza nella genitorialità, spiegando che comprendere noi stessi ci aiuta a comprendere meglio i nostri figli.

Il formatore chiede ai genitori di riflettere e scrivere i loro 5 valori genitoriali più importanti (ad esempio amore, rispetto, onestà, responsabilità, libertà). Poi chiede loro di esplorare come questi valori influenzano le loro decisioni e il loro comportamento genitoriale.

Il formatore può utilizzare schede con domande come

● Come esprimi questi valori nella vita quotidiana con i tuoi figli?

● Ci sono momenti in cui le tue azioni non sono in linea con i tuoi valori?

Infine, incoraggia i genitori a condividere le loro esperienze e a discutere di come si sentono.

Per aiutare i genitori a sviluppare empatia, il formatore potrebbe chiedere loro di pensare a una situazione difficile che hanno affrontato con i loro figli.

Poi chiede loro di provare a vedere la situazione dal punto di vista dei loro figli e incoraggia i genitori a pensare a come si sentivano i loro figli e a quali fossero i loro bisogni.

Infine, il formatore riassume i punti chiave e le idee emerse dalla discussione.</td></tr>
</table>

Numero di progetto: 2023-1-ES01-KA220-SCH-000160237

Finanziato dall'Unione Europea. Le opinioni e i punti di vista espressi in questo sito web impegnano esclusivamente gli autori e non necessariamente quelli dell'Unione Europea o del Servizio Spagnolo per l'Internazionalizzazione dell'Istruzione (SEPIE). Né l'Unione Europea né l'Agenzia Nazionale SEPIE possono esserne ritenute responsabili.