

# VITAMINA SCUOLA

Laboratorio  
sull'empatia e l'inclusione

Un progetto di  
DENISE SARRECCHIA

A cura di  
Maria Vallillo

In collaborazione con  
Centro EOS per il benessere psichico  
Maria Antonietta Rossi



DENISE SARRECCHIA  
[www.denisesarrecchia.org](http://www.denisesarrecchia.org) - [www.selkink.com](http://www.selkink.com)  
[denisesarrecchia@gmail.com](mailto:denisesarrecchia@gmail.com) - 333/7207061

# Il libro



Educare il cuore è una materia molto spesso sottovalutata nella formazione, eppure abbiamo prova che **bambini più empatici e rispettosi diventano adulti consapevoli e aperti**, meno inclini alla violenza e al bullismo.

Rivolto agli **educatori di 3<sup>a</sup>, 4<sup>a</sup>, 5<sup>a</sup> elementare e 1<sup>a</sup> media**, questo libro è un assaggio di scuola inclusiva, curato da **professionisti del settore psico-pedagogico** con una formula ad hoc che prevede una **breve formazione docenti** tramite consulenze mirate (se si aderisce al progetto) e una serie di attività

divise in **gioco, lettura e creatività**, iniziando con una **breve sessione di mindfulness** e terminando con **“l’ora di classe”**, ripresa dal **modello danese** a cui parte del laboratorio fa riferimento, per dare modo alla classe di confrontarsi pacificamente in un clima di rispetto e di accoglienza.

All’interno del libro, dei **qr code** consentiranno l’accesso a vari **contenuti multimediali**, come podcast di approfondimento, questionari, 2 audiolibri, una sessione di mindfulness per bambini e altri materiali di supporto.

Una composizione tutta al naturale con un concentrato di ingredienti fondamentali, quali l’empatia, l’inclusione e la gentilezza che accompagneranno i bambini per tutto il percorso. Un’esperienza unica e allo stesso tempo un irrinunciabile “passo a due”, che **valorizzi la diversità in quanto unicità** e che riconosca la propensione all’empatia come dote inestimabile in una società di “io”.

Il libro è disponibile su [Amazon.it](https://www.amazon.it)

# Descrizione del progetto



*Vitamina Scuola. Laboratorio sull'empatia e l'inclusione* è un progetto rivolto agli **educatori delle scuole primarie** di terza, quarta e quinta elementare.

Si pone gli **obiettivi** di ridurre il fenomeno del bullismo, rafforzare l'unità di gruppo, migliorare le relazioni sociali, stimolare le capacità empatiche dei bambini portando- li a comprendere, accogliere e rispettare la sensibilità dei loro coetanei, favorendo una maggiore apertura all'integrazione sociale e alla conoscenza delle proprie emozioni. Aiuterà anche gli insegnanti a capire meglio le dinamiche relazionali all'interno delle classi e a ottimizzare la gestione di circostanze poco inclusive.

Il percorso laboratoriale prevede una serie di attività divise in **gioco, lettura e creatività**, iniziando con una breve sessione di **mindfulness** e terminando con "l'ora di classe", ripresa dal **modello danese** a cui parte del laboratorio fa riferimento, per dar modo alla classe di confrontarsi pacificamente in un clima di **rispetto** e di **accoglienza**.

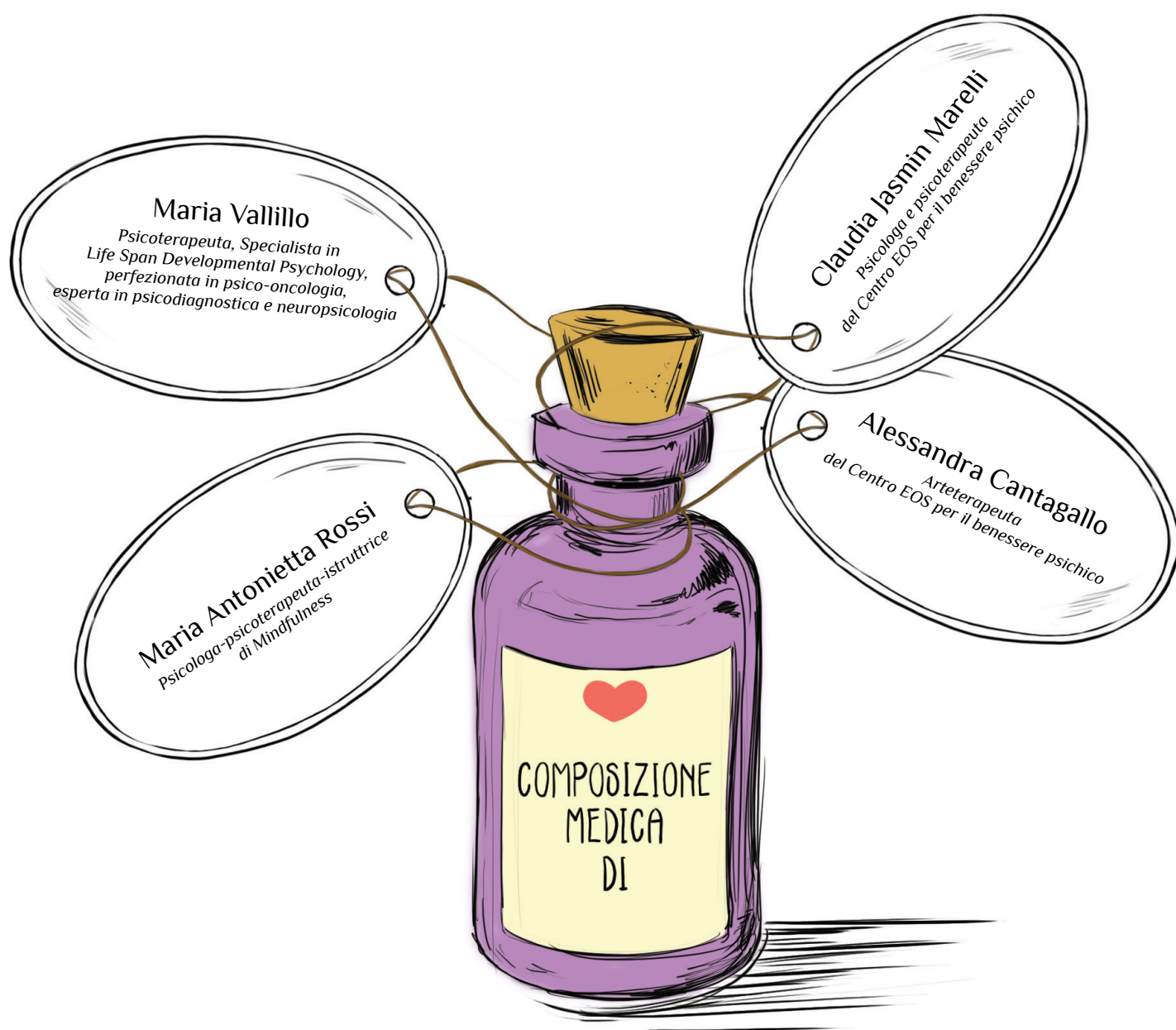
Il progetto prevede una **formazione iniziale da parte di psicoterapeuti**, curatori scientifici delle rispettive sezioni del libro, i quali si metteranno **a disposizione della scuola e delle famiglie** per introdurre il progetto e illustrare approfonditamente gli approcci pedagogici più idonei da adottare durante le attività e consigli utili per il raggiungimento degli obiettivi.

*Vitamina Scuola* non ha la pretesa o la presunzione di rivoluzionare il sistema scolastico, ma di dare uno **spunto di riflessione**, a bambini e insegnanti, sull'importanza dell'empatia, per riuscire a concepire un **modo diverso di essere scuola**. Un modo in cui il benessere emotivo beneficia la capacità di apprendimento, un modo che valorizzi la diversità in quanto unicità e che riconosca la propensione all'empatia come dote inestimabile in una società di "io".

Il libro è fruibile anche da **associazioni di famiglie** interessate a sperimentare il percorso presente nel libro.

Il progetto completo di *Vitamina Scuola* è disponibile sul sito  
[www.denisesarrecchia.org](http://www.denisesarrecchia.org)

# Curatori scientifici

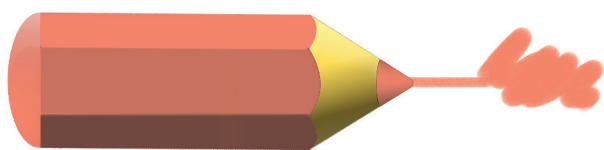


Prefazione di **Guido Stratta**  
(Fondatore dell'Accademia della Gentilezza)

Postfazione di **Biagio Cacciola**  
(pedagogista ANPEC)



# Obiettivi



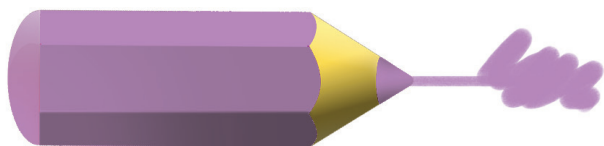
Dare degli spunti di riflessione sull'empatia.



Sensibilizzare al tema dell'inclusività e sperimentarla attraverso il gioco, la lettura e l'arte.



Formare gli educatori su diversi approcci pedagogici in presenza delle frequenti problematiche relazionali in fase di percorso formativo.

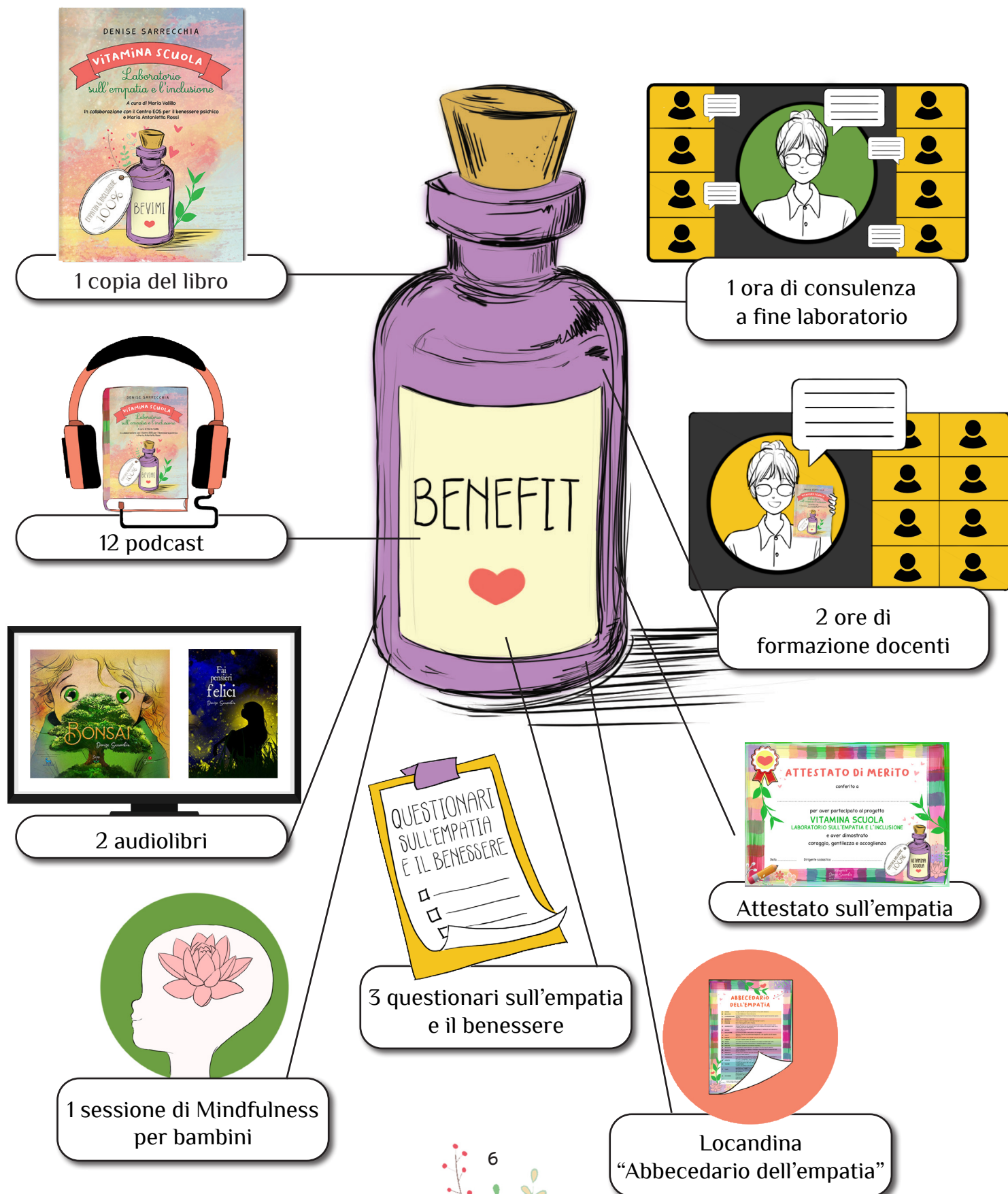


Fornire contatti utili (professionisti del settore) a educatori e genitori.

## A chi è rivolto il progetto



# Cosa include il laboratorio





# In cosa consiste

Il laboratorio consiste in 4 fasi:



Acquistando il libro, contenente tutta la raccolta di materiale laboratoriale, si potrà accedere ad una serie di sezioni (gioco, lettura e disegno) affinché gli educatori possano essere in grado di guidare al meglio i bambini nel percorso. Si consiglia di leggere il libro prima delle 2 ore formative successive.

Gli psicoterapeuti del laboratorio guideranno gli insegnanti nella pratica del laboratorio mediante **2 ore di formazione online**. Ore nelle quali gli educatori avranno la possibilità di capire come somministrare gli esercizi e potranno fare tutte le domande necessarie in merito. In questa fase si consiglia la presenza dello **psicologo della scuola**, che potrà assistere e interagire con i responsabili del progetto e partecipare alle attività laboratoriali, come supporto tecnico all'educatore.

Questa fase verranno svolte le **attività** indicate all'interno del laboratorio.

Terminato il laboratorio, si programmerà una **videocall di 1 ora** tra i responsabili e tecnici del progetto, gli insegnanti e, possibilmente, lo psicologo della scuola, i quali riporteranno impressioni e sensazioni vissute in fase di attività e si confronteranno con professionisti del settore rispetto a situazioni particolarmente difficili o semplicemente per condividere i risultati dell'esperienza.

Alle scuole che vorranno condividere pubblicamente parte del percorso svolto in classe, attraverso mostre interne o pubblicazioni mediatiche, si chiede di assicurarsi che siano in primis i bambini, all'unanimità, a voler esporre i propri lavori, per non urtare la loro sensibilità e compromettere in parte i benefici del percorso laboratoriale.

In caso si ottenessero i loro consensi e le debite autorizzazioni da parte della scuola, la fondatrice del progetto si mette a disposizione per condividere le opere sui suoi canali social in un album apposito, riportando il nome dell'Istituto.



# Costi



## 1. Acquisto del libro



La scuola può acquistare 1 o più copie del libro (**15,60 euro a copia**), senza vincoli di quantità minime, per gli insegnanti interessati a fare il laboratorio. Questi ultimi leggeranno il libro e sperimenteranno in classe con i bambini il laboratorio.

### Cosa comprende il libro:

- 12 podcast
- 2 audiolibri
- 1 sessione di Mindfulness per bambini
- 3 questionari sull'empatia e il benessere
- Locandina "Abbecedario dell'empatia"
- Attestato sull'empatia

In caso si scelga di procedere in questa modalità, la **scuola può acquistare autonomamente il libro** su Amazon, senza alcun procedimento amministrativo.

### info tecniche:

- Pagine: 154 (a colori)
- ISBN: 979-88-48956-86-3
- Formato: 13.49 x 18.21 cm
- Copertina patinata opaca

Il progetto può essere svolto in due modi:

## 2. Acquisto del progetto



Aderendo al progetto completo, la scuola riceverà **una copia omaggio del libro** e potrà usufruire di **2 ore di formazione insegnanti** e **1 ora di consulenza finale tenuta dalle psicoterapeute** che hanno curato il progetto.

A questi incontri, che si svolgeranno online, avranno la possibilità di **partecipare anche le famiglie degli alunni**, che potranno ricevere consigli utili attraverso il confronto con professionisti del settore.

### Si potrà optare per 2 pacchetti:

PACCHETTO 1: € 800,00

#### Il pacchetto 1 comprende:

- 1 copia del libro con tutti i contenuti multimediali
- 2 ore di formazione docenti
- 1 ora di consulenza finale

PACCHETTO 2: € 400,00

#### Il pacchetto 2 comprende:

- 1 copia del libro con tutti i contenuti multimediali
- 1 ora di consulenza (a scelta della scuola se farla prima, durante o a fine laboratorio)

In caso si scelga di acquistare il progetto, il Dirigente scolastico dovrà firmare il modulo di adesione e procedere all'iter amministrativo indicato nella pagina a seguire.



# Iter amministrativo

Per aderire al progetto (opzione 2), l'Istituto scolastico deve seguire il seguente iter:

- compilare la **domanda di partecipazione** (scaricabile dalla pagina web del progetto);
- attendere da **Denise Sarrecchia** (fondatrice del progetto *Vitamina Scuola*) la **fattura elettronica di**
  - € 800,00 (+ imposta INPS) se si sceglie pacchetto 1
  - € 400,00 (+ imposta INPS) se si sceglie pacchetto 2
- **effettuare il bonifico** a Denise Sarrecchia.

Una volta terminata la pratica amministrativa, l'Istituto riceverà la **copia omaggio** del libro *Vitamina Scuola. Laboratorio sull'empatia e l'inclusione* e si procederà alla **calendarizzazione** delle attività formative e laboratoriali con il/i responsabile/i del progetto.

## PER INFO:

denisesarrecchia@gmail.com

333/7207061

www.denisesarrecchia.org

