



“Progetto Felicità Vitale” Bimbi felici e genitori sereni



Il Progetto “Felicità Vitale” è un progetto integrale, promosso dalla Scuola di Sofrologia Caycediana di Milano. E’ un progetto globale che coinvolge i bambini, i genitori e gli educatori, con l’obiettivo dello sviluppo della persona umana verso l’armonia e la pienezza.

“Felicità Vitale”: il bambino, supremamente importante, i genitori, gli insegnanti ed educatori.

Per i genitori: è previsto un programma di *gestione dello stress*, essenziale per le contingenze sociali non facili in cui viviamo, e di cammino verso il *benessere psicofisico* a livello sia personale che di coppia su richiesta, e dall’altra parte il coinvolgimento naturale del genitore nell’accompagnamento del bambino verso lo *sviluppo armonioso della personalità*, al fine di stimolarne le capacità e il talento e prepararlo alla vita. E’ obiettivo fondamentale che il bambino acquisti quella capacità di adattamento necessaria alla scolarizzazione e alla scoperta del mondo.

Per i bambini: un programma originale, in forma ludica, basato sul Metodo Caycedo, ben noto e utilizzato da anni all’estero (Francia, Svizzera, Spagna), al fine di far acquisire loro *sicurezza e serenità*, *sviluppare lo schema corporeo* e le *capacità psichiche* in modo dolce e divertente. Il bambino potenzia le abilità cognitive e acquisisce e potenzia le capacità manuali. In questo modo arriva alla scuola primaria con un background personale più ampio e con la **sicurezza in se stesso** necessaria ad una scolarizzazione che dia frutto e riduca la fatica dell’apprendimento. Il programma è efficace per la prevenzione dei disturbi dell’attenzione e la gestione emozionale dei piccoli.

Per gli insegnanti e gli educatori: gestione dello stress, fondamentale per una vita serena a livello personale e professionale, e l’offerta di un corso mirato a far acquisire strumenti e metodiche da utilizzare coi bambini, al fine di affiancare i genitori nell’accompagnamento, in modo organico ed armonioso.

Due giornate per cominciare a vivere insieme il progetto, col seguente programma:

1° giorno

per genitori ed educatori

Gestione dello stress: teoria e pratica (facili ed efficaci esercizi prêt-à-porter, da vivere a casa per un mese, seguiti quotidianamente dal soffrologo via mail e per telefono).

L'individuo primo nucleo fondamentale, prima del noi c'è un io. Le dinamiche familiari: dalla famiglia patologica alla famiglia soffronica. I valori.

Il bambino: presentazione della soffrologia per i bambini, tornare bambini insieme ai propri figli (teoria e facili esercizi ludici da vivere a casa insieme ai propri figli).

2° giorno

Mattina: per gli insegnanti e gli educatori

Gestione delle problematiche emozionali a livello personale e professionale.

Presentazione del Corso di Formazione "Soffrologia Caycediana per educatori" con parte teorica e parte pratica.

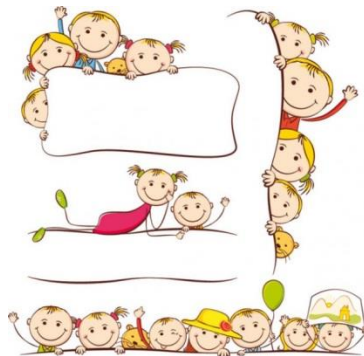
Pomeriggio: i bambini protagonisti

Soffrologia per bimbi, con i loro fratelli e sorelle, i genitori, gli insegnanti ed educatori.

La quota di partecipazione è di € 60 a persona e comprende:

- la partecipazione alla prima giornata
- il materiale relativo alla gestione dello stress
- i file audio per gli esercizi a casa
- la disponibilità del soffrologo per un mese, attraverso i feedback quotidiani via mail e i colloqui telefonici che saranno necessari
- la partecipazione al pomeriggio del 2° giorno con i bambini (frequentanti la scuola e gli eventuali fratelli o sorelle anche in età scolare)
- il materiale per gli esercizi da fare a casa coi propri bimbi.

Per ogni ulteriore informazione siamo a disposizione dei genitori via mail soffrologiaonline@gmail.com, e per telefono al 338.30 31 557 tutti i giorni dalle 8 alle 15 e dalle 20.30 alle 22.



Saperne di più.

Il Metodo Caycedo applicato alla pedagogia.

La soffrologia caycediana® è una scienza medica e una disciplina scientifica con una branca pedagogica che, partendo dalla considerazione del **bambino come supremamente importante a livello integrale**, quale protagonista e motore del mondo, ha creato un percorso a sua misura, per permettergli di sviluppare appieno fiducia in se stesso, talenti e capacità. Il percorso prende in considerazione:

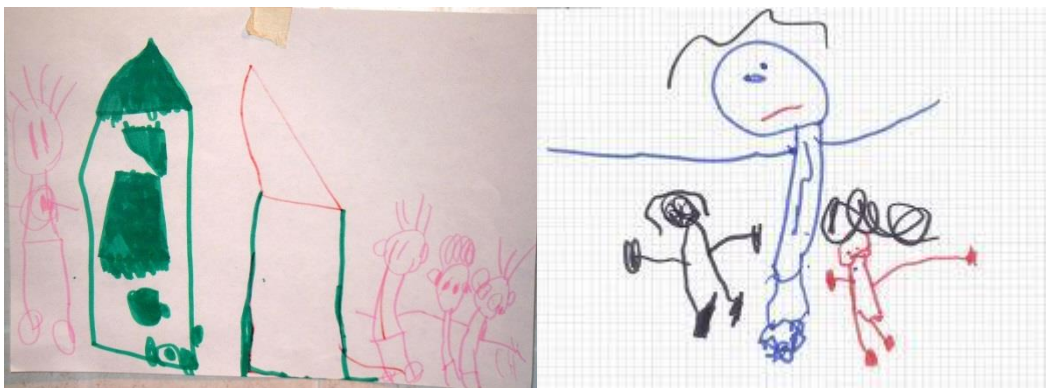
Il corpo: il Metodo, impostato in forma ludica, permette al bambino di scoprire il proprio **schema corporeale**. Appropriazione del movimento, conoscere meglio il corpo e

sentirsi padrone del proprio corpo. Il movimento è la forza della vita, conoscere il corpo e appropriarsi del movimento dà al bambino sicurezza e fiducia per appropriarsi del mondo e sentirsi a suo agio. L'autocontrollo e la coscienza corporale si convertono nel fondamento della futura regolazione etica, per una vita futura ricca e piena di valori.

Il linguaggio: il Metodo aiuta il bambino, già inserito in una struttura pre-scolare d'eccellenza, ad esprimersi liberamente e imparare simultaneamente ad ascoltare gli altri. Il potenziamento delle abilità linguistiche gli permette di strutturare meglio i processi cognitivi, i pensieri, di esternare le emozioni e di prepararsi all'età scolare e all'apprendimento del codice scritto della lingua.

I processi di pensiero, capire il mondo: Il Metodo aiuta il bambino a proseguire il lavoro dei genitori e degli insegnanti ed educatori, valorizzando la propria personalità. L'esplorazione coi sensi gli permette di dare significato a ciò che lo circonda: vedere, toccare, odorare, ascoltare e sentire lo portano a scoprire i fenomeni della vita, della natura e della materia, contribuendo ad ampliare la curiosità e la fiducia in se stesso. Tale processo gli permetterà anche di imparare a stabilire relazioni di causalità, ordinare, classificare, in una parola **nuovi pensieri e processi ideativi e cognitivi che gli spalancheranno le porte della vita.**

Tutto il Metodo Caycedo è basato sul principio di azione positiva e mira a rinforzare nei bimbi l'ottimismo, la sicurezza in se stessi e i valori, che i bambini hanno ben chiari: l'amore, l'amicizia, la lealtà, il rispetto, la giustizia, in modo da dar loro strumenti per affrontare la vita con spirito positivo e sereno e aumentare la capacità di resilienza e adattabilità necessarie per un futuro in piena armonia.



Scuola di Sofrologia Caycediana® di Milano
Via Raffaello Sanzio, 31
20149 Milano
sofrologiaonline@gmail.com 338 30 31 557

www.sofrologiaonline.net
www.sofrologiapertutti.com