

**CORSO ONLINE**

# **Emozioni e atteggiamenti dalla preadolescenza all'adolescenza:**

**13 lezioni per  
conoscere ciò  
che provano  
i ragazzi e  
aiutarli a  
crescere**

a cura di  
• **Enrico  
Castelli Gattinara**

**GIUNTI EDUCare**  
editoria digitale e formazione

**Come possiamo comprendere i ragazzi preadolescenti e adolescenti in questa età di transizione?**

**Come possiamo accompagnarli mantenendo la giusta distanza e nel migliore dei modi verso la maturità?**

**Enrico Castelli Gattinara**, saggista, professore di scuole medie e protagonista di "Scuola di felicità", la docu-fiction di Sky con regia di Walter Veltroni, ci accompagna in un viaggio attraverso quella che è considerata l'età più fragile, ovvero la preadolescenza e l'adolescenza. È in questi anni, infatti, che inizia una fase di cambiamento – detta puberale – durante la quale comincia a svilupparsi la consapevolezza e la necessità di indipendenza. Le emozioni si fanno sentire nei preadolescenti e negli adolescenti con prepotenza e spesso risulta complicato, da parte degli adulti, trovare un punto di contatto. Il corso si rivolge quindi a quegli adulti che vogliono **rafforzare il loro rapporto con i ragazzi, attraverso strumenti per aiutarli nella crescita e nel rispetto dei reciproci ruoli**. Le 13 lezioni approfondiscono le **emozioni degli adolescenti e dei preadolescenti** con la convinzione che, conoscendole, sia possibile fare la differenza nella costruzione del benessere e nella comprensione del mondo dei giovanissimi.

## **PROGRAMMA**

Un viaggio nelle principali emozioni attraverso videolezioni che parlano di:

- Gioia: perché è il fine ultimo che ognuno persegue
- Speranza: perché occorre vederla come una forza per andare avanti
- Curiosità: per sviluppare un sano rapporto con il mondo esterno
- Paura: per capire quando si presenta e in quali forme
- Entusiasmo: come può essere considerato il contraltare della paura
- Noia: come non azzerare la vitalità e stimolare la reazione
- Rabbia: come individuarne le ragioni alla base
- Cambiamento: come accettare un corpo in trasformazione
- Ansia: come gestire e governare paure e preoccupazioni invalidanti
- Amore: come lo pensano e lo vivono i preadolescenti
- Empatia: come provare felicità e come sentirsi sentiti e capiti

Una serie di incontri con l'autore che invita l'adulto a percorrere la strada della comprensione per mantenere la giusta distanza in serenità.

## DURATA

La durata del corso è stimata in 2 ore

## OBIETTIVI

- ✓ Inquadrare le principali emozioni e le manifestazioni in preadolescenza e riconoscere i cambiamenti emotivi che caratterizzano questo momento di crescita
- ✓ Affrontare le difficoltà che spesso si incontrano nella relazione tra adulti e ragazzi per comprendere come comportarci nel rispetto dei reciproci ruoli
- ✓ Riconoscere quali sono le cose importanti per gli adolescenti: dalla condivisione delle emozioni provate alle aspettative verso il futuro, al bisogno di essere ascoltati mantenendo la giusta distanza
- ✓ Riconoscere alcuni atteggiamenti dell'adulto che non favoriscono il benessere



Maggiori dettagli su  
**[www.giuntieducare.it](http://www.giuntieducare.it)**  
oppure scrivi a  
**[formazione.edu@giunti.it](mailto:formazione.edu@giunti.it)**