



Educatori Consapevoli

MAPPE E STRUMENTI PER LA CURA DI SÉ

LA PROPOSTA FORMATIVA

Educatori Consapevoli (ECo) è una proposta formativa controcorrente: niente didattica innovativa, niente performance, niente ricette miracolistiche.

Piuttosto un percorso per riflettere sul proprio ruolo di educatori, per trovare più consapevolezza delle proprie emozioni, delle proprie paure, dei propri bisogni. Perché chi, come gli insegnanti, si prende cura degli altri, deve imparare a prendersi cura di sé.

Per consapevolezza si intende la capacità essenziale della mente di osservare se stessa in azione senza giudizio, accorgendosi di stati fisici, emozioni, pensieri e risposte comportamentali. In un tempo complesso, caratterizzato dall'accelerazione e dalla quotidiana trasformazione dei contesti culturali, riteniamo necessario incentivare l'autoregolazione emotiva e cognitiva fondata sulla consapevolezza come preconditione per abitare meglio le situazioni difficili, radicarsi, orientarsi verso gli obiettivi a cui teniamo, accedere a risorse individuali spesso sconosciute.

Il percorso è ispirato ai modelli della Psicologia Umanistica, delle Neuroscienze, della Mindfulness e della Consapevolezza Corporea, con un focus particolare sulla Psicosintesi di Roberto Assagioli.

Il percorso si articola in 20 ore complessive.

ONLINE: 10 incontri di 2 ore ciascuno.

IBRIDA: con incontri online e in presenza da concordare.

CHI SIAMO

Fondazione VERSO promuove progetti educativi e formativi in Italia e all'estero che guardano alla crescita e allo sviluppo della persona nella sua totalità. Tutte le nostre attività si riconoscono nelle finalità descritte dal punto 4 dell'Agenda ONU 2030, volto a garantire a tutti e tutte un'istruzione di qualità. Come attività legata alla mission di Fondazione Verso, alle scuole di ogni ordine e grado il percorso è offerto gratuitamente fino ad esaurimento del budget dedicato.

Contattaci