

# PERCORSO PSICOEDUCATIVO

## CHE COS'È

È un percorso in cui ci alleniamo insieme in alcune cose che per te possono essere difficili.

Te lo proponiamo perché alcune abilità, a volte, possono rendere la tua vita più facile, più tranquilla, meno faticosa. E tu puoi sentirti più capace 🌟

📌 Ma non vuol dire che devi farle per forza, puoi scegliere.

## COSA POSSIAMO ALLENARE?

### 📘 Lettura, scrittura e calcolo

A volte ti proponiamo attività per leggere un po' meglio o più veloce, scrivere con meno fatica, fare i conti più facilmente.

- 📌 Non serve essere perfetti.
- 📌 Non è una gara.
- 📌 Lo facciamo solo se per te ha senso.

### 🏫 Abilità che a scuola spesso chiedono

A volte la scuola chiede cose come:

- stare seduti un po'
- aspettare il tuo turno
- chiedere permesso
- alzare la mano
- iniziare un compito e finirne un pezzetto

Possiamo allenarci per aiutarti a stare meglio a scuola, solo se ti serve e se non ti va, troviamo un'altra strada.

## COSA POSSIAMO ALLENARE?

### 💭 Parlare e capire i pensieri

A volte ti faccio domande perché penso che possa aiutarti a:

- conoscere i tuoi pensieri
- raccontare come ti senti
- trovare parole per spiegarti

Non è un interrogatorio.

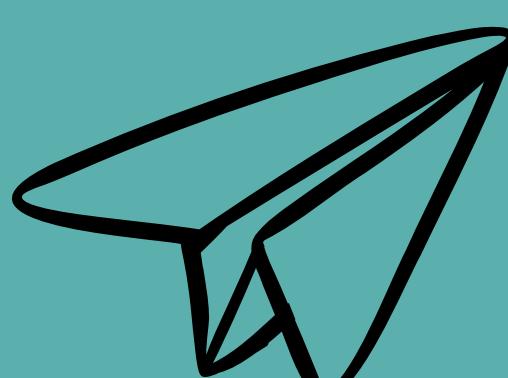
È un modo per aiutarti a conoserti meglio.

### 🖍 Muoversi, disegnare, fare compiti

A volte useremo:

- movimento e giochi
- disegni
- attività con le mani
- compiti o esercizi

Sì, alcune cose possono essere noiose o difficili. E va bene dirlo.



# PERCORSO PSICOEDUCATIVO

## CHE COS'È

È un percorso in cui ci alleniamo insieme in alcune cose che per te possono essere difficili.

Te lo proponiamo perché alcune abilità, a volte, possono rendere la tua vita più facile, più tranquilla, meno faticosa. E tu puoi sentirti più capace 💪

📌 Ma non vuol dire che devi farle per forza, puoi scegliere.

## NON È OBBLIGATORIO

Puoi dire:

- ✓ "Ok, proviamo"
- ✗ "No, non mi va"
- ⌚ "Non oggi"

Se dici no, va bene.

Ne parliamo e troviamo insieme un modo.

## I TUOI DIRITTI

- Hai sempre il diritto di dire:  
"Sono stanco/a" 😴 "Ho bisogno di una pausa" ☕ "Non voglio rispondere" 😢 "Mi vergogno" 🙀 "Questo non mi piace" 😰 "Posso fermarmi?" 🤚

E la risposta è SÌ. Sempre.

- Quello che mi dici è un segreto importante. Ne posso parlare con la tua famiglia solo se tu vuoi.

📌 *Un'unica eccezione:* se qualcuno è in pericolo, devo chiedere aiuto agli adulti per proteggerti.

## LA COSA PIÙ IMPORTANTE

Questo percorso serve per aiutarti.

Ma tu sei sempre tu.

E tu puoi sempre scegliere.

Io sono qui con te.

