



# LET's TALK

Developing gender sensitive mental health program for young people

## Programa formativo



LET'S TALK

**POTENZIARE LE COMPETENZE DI CHI PORTA AVANTI  
PROGRAMMI A SOSTEGNO DELLA SALUTE MENTALE  
NEL CAMPO DELL'ANIMAZIONE SOCIOEDUCATIVA**



Co-funded by  
the European Union

PROGETTO



**Let's Talk – Developing gender sensitive mental health program  
for young people** (Contract no. 2021-1-HR01-KA220-YOU-000028981)

Erasmus+ KA220-YOU-Cooperation partnerships in youth, 2021, Round 1

PARTNER



Finanziato dall'Unione europea. Le opinioni espresse appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono esserne ritenute responsabili.



This work is licensed under Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International. To view a copy of this license, visit <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>



# LET'S TALK

Developing gender sensitive mental health program for young people

## Programa formativo

---

LET'S TALK

**POTENZIARE LE COMPETENZE DI CHI PORTA AVANTI  
PROGRAMMI A SOSTEGNO DELLA SALUTE MENTALE  
NEL CAMPO DELL'ANIMAZIONE SOCIOEDUCATIVA**

Luglio 2023



**Co-funded by  
the European Union**

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



Justice  
4 ALL

We  
are  
[EQUA]

I CAN HEAR YOU  
TO BE

# INDICE

|   |    |
|---|----|
| 1. INFORMAZIONI GENERALI SUL PROGRAMMA .....                                      | 8  |
| 2. OBIETTIVO DEL PROGRAMMA .....  | 19 |
| 3. PROGRAMME OBJECTIVE .....  | 38 |
| 4. RISULTATI DI APPRENDIMENTO .....   | 46 |
| 5. OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO SPECIFICI .....                                     | 52 |
| 6. IL GRUPPO TARGET .....   | 62 |
| 7. ORGANIZZAZIONE E STRATEGIE DI IMPLEMENTAZIONE .....                            | 8  |
| 8. PROGRAMMAZIONE DEL CORSO.....  | 19 |
| 9. SPAZI, ATTREZZATURE E RISORSE NECESSARIE<br>PER LO SVOLGIMENTO DEL CORSO ..... | 38 |
| 10. L'ATTESTATO DI PARTECIPAZIONE .....   | 46 |

## CONTATTI:

**FORUM FOR FREEDOM IN EDUCATION** — [www.fso.hr](http://www.fso.hr)

✉ Marina Brkić : [mbrkic@fso.hr](mailto:mbrkic@fso.hr)

**CENTRE FOR YOUTH WORK (CZOR)** — [www.czor.org](http://www.czor.org)

✉ Dajna Marinković : [dajna.marinkovic@czor.org](mailto:dajna.marinkovic@czor.org)

**CENTRE FOR CREATIVE DEVELOPMENT DANILO DOLCI** — [www.danilodolci.org](http://www.danilodolci.org)

✉ Katarina Vuksan : [katarina.vuksan@danilodolci.org](mailto:katarina.vuksan@danilodolci.org)

**KENTRO MERIMNAS OIKOGENEIAS KAI PAIDIOU** — [www.kmop.gr](http://www.kmop.gr)

✉ Epameinondas Koutavelis : [koutavelis.e@kmop.org](mailto:koutavelis.e@kmop.org)



## 1. INFORMAZIONI GENERALI SUL PROGRAMMA

### 1.1. PROGRAMME NAME:

**Let's Talk — Potenziare le Competenze di chi porta avanti programmi a sostegno della salute mentale nel campo dell'animazione socioeducativa.**

### 1.2. DURATA DEL PROGRAMMA (IN ORE):

**3 moduli, per un totale di 30 ore.**

## 2. OBIETTIVO DEL PROGRAMMA

**Sostenere la salute e il benessere mentale della giovani migliorando le Competenze di chi si occupa di animazione socioeducativa affinché sia in grado di portare avanti dei programmi volti alla tutela della salute mentale attenti alle specificità di genere.**

Secondo il documento delle Nazioni Unite dal titolo *COVID-19 and the Need for Action on Mental Health* (2020) circa il 70% dei servizi di supporto psicologico rivolti a minori e adolescenti si è interrotto a causa della pandemia. Tale situazione è stata ulteriormente aggravata dalla carenza di supporto fra pari e dall'impossibilità di vivere momenti essenziali della vita delle giovani generazioni a causa della chiusura delle scuole, della cancellazione di eventi e del rinvio degli esami. Le difficoltà emotive della giovani sono state ulteriormente esacerbate dallo stress familiare e dall'isolamento sociale che hanno costretto alcune di loro a fare fronte ad abusi, all'interruzione del percorso di studi e alle incertezze per il futuro in un momento cruciale dello sviluppo emotivo. Da tale quadro emerge il bisogno di sostenere tutte le persone che lavorano a contatto con la giovani dando loro tutte le Competenze necessarie per comprendere quando fornire sostegno, ricorrere al parere di esperti o rivolgersi alle famiglie o altre strutture attive sul territorio. Secondo la dichiarazione finale della terza *European YW Convention* (2020), l'animazione socioeducativa dovrebbe costituire una rete di sicurezza per tutte la giovani in momenti di incertezza. Nella dichiarazione finale la promozione della salute mentale è ritenuta un elemento cruciale. Chi si occupa di animazione socioeducativa, infatti, dovrebbe avere le Competenze necessarie per portare avanti progetti volti alla promozione e alla tutela della salute mentale giovanile, in particolare delle persone che sono esposte a vulnerabilità multiple. Secondo le indicazioni ricevute da chi opera sul campo, le differenze di genere meritano una maggiore attenzione dal momento che ragazze e ragazzi adottano comportamenti distruttivi e autodistruttivi differenti che necessitano di un supporto adeguato. Tali affermazioni sono supportate da numerosi studi secondo i quali nel corso dell'adolescenza le ragazze sarebbero più inclini alla depressione e ai disturbi alimentari, nonché ad avere pensieri e a commettere dei tentativi di suicidio. Al contrario i ragazzi sembrerebbero essere più soggetti alla rabbia, ad assumere comportamenti a rischio e a commettere suicidi. In generale, è possibile affermare che le adolescenti tendono a interioriz-

<sup>1</sup> La durata del programma si riferisce esclusivamente al tempo necessario ad affrontare i contenuti dei moduli. Non contempla sessioni introduttive, attività di socializzazione e volte a individuare regole di condotta e aspettative, valutazione delle sessioni, ecc. Pertanto, chi sceglie di organizzare il corso dovrà tenere conto di questi aspetti e sommare la durata delle attività elencate a quella del corso.



zare il loro disagio, mentre gli adolescenti lo esternano e agiscono<sup>2</sup>. Tali questioni emerse con maggior forza nel corso della pandemia. Dai rapporti redatti nei principali paesi europei risulta evidente che i servizi di supporto psicologico sono rivolti principalmente a bambinæ e a persone adulte e di rado affrontano le esigenze di adolescenti e giovani.

Chi lavora a contatto con læ giovani ha il compito di sostenerne il benessere mentale agendo da punto di riferimento in virtù della propria professionalità, del proprio sapere e della propria vicinanza che fanno sì che possa riconoscere e soddisfare le loro reali esigenze e facilitare il processo di inclusione. L'animazione socioeducativa può contribuire a tutelare il benessere mentale, in quanto per sua natura promuove il senso di appartenenza e dà l'opportunità di dare un senso alla propria vita. Tuttavia, chi opera in questo settore spesso non dispone delle Competenze necessarie per riconoscere i problemi di salute mentale in una fase iniziale e, quindi, per fornire un sostegno adeguato. Læ animatoræ socioeducativæ o youth worker hanno sperimentato numerosi ostacoli nel corso della pandemia – lezioni online e lockdown hanno lasciato loro poco spazio per lavorare direttamente con læ giovani nel loro contesto di riferimento. Gli ultimi rapporti a livello europeo sottolineano che *“L'educazione socio-emotiva contribuisce a garantire il benessere psicologico, di conseguenza meriterebbe di essere riconosciuta come ambito disciplinare a sé e pilastro dell'istruzione di qualità in Europa. Dovrebbe, quindi, essere inserita come area chiave nel quadro europeo delle Competenze chiave per l'apprendimento permanente”*. Dal momento che la salute mentale costituisce uno dei principali problemi globali a causa della pandemia, è fondamentale che tutti gli stakeholder lavorino insieme allæ giovani per potenziare le loro Competenze in questo ambito.

Il corso è stato ideato nell'ambito del progetto *Let's Talk: Developing gender sensitive mental health program for young people* co-finanziato dall'Unione Europea. Il materiale è disponibile gratuitamente e può essere adattato alle esigenze e agli obiettivi formativi dei vari gruppo. Ad ogni modo invitiamo chi decidesse di servirsi dei materiali qui presentati a citare la fonte.

### 3. OBIETTIVI DEL PROGRAMMA

**Potenziare Competenze dellæ youth worker affinché possano mettere a punto dei programmi attenti alla salute mentale dellæ giovani, servendosi di tecniche di apprendimento non formali.**

### 4. RISULTATI DI APPRENDIMENTO

- \* conoscere le caratteristiche, le loro fragilità, la dimensione intersezionale dell'identità e le sfide affrontate dallæ giovani (in particolare nel corso dell'adolescenza) e sapere come rispondere;
- \* Lavorare insieme allæ giovani e gestire il processo di apprendimento individuale e di gruppo;
- \* Riconoscere le opportunità e fornire supporto emotivo allæ giovani;
- \* Conoscere i diversi aspetti del processo di socializzazione (educazione, genere, dinamiche, ecc.) e i rapporti interpersonali che influiscono sulla salute mentale dellæ giovani;
- \* Aiutare læ giovani a essere più resilienti per tutelare il loro benessere psicologico;
- \* Sapere come promuovere il benessere psicologico e contrastare la stigmatizzazione dei problemi di salute mentale fra læ giovani/all'interno della comunità locale.

<sup>2</sup> Gender and Mental Health, WHO, 2022



## 5. OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO SPECIFICI

|   |  |
|---|--|
| N°: 1                                   | <b><i>Essere giovani oggi</i></b>  |
| MODULO:                                 |  |
| <b>CONOSCENZE</b>                       | <p>Al termine di questo modulo le partecipanti saranno in grado di:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• conoscere le tappe della crescita delle giovani;</li> <li>• comprendere il concetto di costruzione dell'identità;</li> <li>• comprendere l'idea di genere e i concetti di uguaglianza e identità di genere;</li> <li>• conoscere le norme e gli stereotipi di genere;</li> <li>• conoscere l'impatto della disuguaglianza di genere e delle discriminazioni sulla crescita delle giovani (in particolare sulla salute mentale e il benessere);</li> <li>• conoscere le modalità più adatte per comunicare con le giovani, riconoscere i possibili rischi e bias, nonché i problemi connessi a bullismo e violenza di genere;</li> <li>• riconoscere i diversi tipi di relazioni nonché essere capaci di individuare quelle tossiche;</li> <li>• comprendere il punto di vista e l'esperienza giovanile e aiutare le giovani a formare e a intrattenere dei rapporti sani;</li> <li>• comprendere il processo di socializzazione e la sua importanza ai fini della crescita delle giovani;</li> <li>• conoscere il contesto sociale, politico, culturale e le sottoculture giovanili;</li> <li>• comprendere il ruolo delle persone adulte nella crescita delle giovani.</li> </ul>  |
| <b>COMPETENZE</b>                       | <p>Al termine di questo modulo le partecipanti saranno in grado di:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• riconoscere le competenze socio-emotive da sviluppare nelle giovani;</li> <li>• sviluppare strategie atte a creare ambienti inclusivi e equi per le giovani;</li> <li>• avviare delle attività in grado di promuovere l'uguaglianza di genere;</li> <li>• lavorare con gruppi diversi e comprendere le sfide affrontate da ciascuno;</li> <li>• valutare e analizzare le esigenze di gruppi specifici di giovani.</li> </ul>  |
| <b>ATTEGGIAMENTI E<br/>COMPORAMENTI</b> | <p>Al termine di questo modulo le partecipanti saranno in grado di:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• avranno un atteggiamento positivo e mostreranno interesse nel lavorare a contatto con le giovani;</li> <li>• impareranno a guardare le giovani nel loro complesso e a considerarle risorse e non problemi;</li> <li>• avranno una mentalità aperta e saranno pronte a mettere in discussione i propri pregiudizi riguardo al genere;</li> <li>• daranno prova di empatia e comprensione nei confronti delle esperienze delle giovani che vivono in una condizione di emarginazione a causa delle questioni di genere;</li> <li>• si impegneranno per promuovere l'uguaglianza di genere;</li> <li>• adotteranno un atteggiamento non giudicante, sosterranno e mostreranno empatia nei confronti delle giovani e delle loro scelte;</li> <li>• sottolineeranno l'importanza della comunicazione;</li> <li>• saranno pronte ad ascoltare le esigenze e le esperienze delle giovani;</li> <li>• avranno una mentalità aperta nei confronti delle relazioni;</li> <li>• faranno propri i valori di accettazione e comprensione delle giovani;</li> <li>• mostreranno rispetto e comprensione nei confronti delle giovani;</li> <li>• instaureranno un rapporto di fiducia con le giovani;</li> <li>• adotteranno un approccio positivo, partecipativo e non opprimente;</li> <li>• si fideranno della capacità delle giovani di prendere in mano il loro percorso di apprendimento.</li> </ul> |





### CONOSCENZE

Al termine di questo modulo le partecipanti saranno in grado di:

- comprendere e spiegare il concetto di salute mentale delle giovani;
- definire il concetto di salute mentale adottando una prospettiva di genere;
- conoscere le differenze più comuni fra gli approcci da adottare con ragazze/ragazzi/ persone non binarie allo scopo di aiutarle a gestire i loro problemi di salute mentale;
- comprendere il ruolo della società e del ruolo di genere per gestire i sulle giovani che tentano di accedere ai servizi di supporto psicologico;
- comprendere il ruolo, le potenzialità e i limiti di chi opera nel campo dell'animazione socioeducativa nella gestione dei problemi di salute mentale (in particolare la promozione dei servizi di supporto psicologico e della prevenzione);
- conoscere la differenza fra consapevolezza di sé, fiducia in sé stessa e le loro ricadute sull'immagine che si ha di sé;
- comprendere i concetti di motivazione e resilienza;
- comprendere le emozioni e analizzare in che modo queste si manifestano e influiscono sulla salute mentale delle giovani;
- comprendere e riconoscere l'importanza di rafforzare le competenze sociali ed emotive per prevenire i problemi di salute mentale;
- conoscere i fattori di rischio e le cause dei problemi di salute mentale delle giovani e come si manifestano;
- riconoscere l'impatto che i conflitti interpersonali hanno sulla salute mentale delle giovani;
- imparare a sostenere le giovani con problemi di salute mentale con l'aiuto di altre figure professionali

### COMPETENZE

Al termine di questo modulo le partecipanti saranno in grado di:

- riconoscere i principali problemi di salute mentale che interessano le giovani;
- utilizzare approcci differenti per affrontare i problemi di salute mentale che interessano ragazze/ragazzi e persone non binarie;
- riconoscere gli stereotipi più comuni legati ai problemi di salute mentale delle giovani;
- "normalizzare" il tema della salute mentale delle giovani;
- affrontare crisi e conflitti insieme alle giovani allo scopo di aiutarle a lavorare sulla gestione e la trasformazione dei conflitti;
- incoraggiare le giovani ad acquisire una maggiore fiducia e consapevolezza;
- riconoscere le sfide interpersonali che le giovani affrontano (che influiscono sulla loro salute mentale) e aiutarle a sviluppare delle strategie atte a gestirle;
- aiutare le giovani a individuare e a esprimere le loro emozioni in maniera costruttiva;
- divulgare le informazioni sui servizi di supporto psicologico a disposizione delle giovani;
- individuare i campanelli di allarme, organizzare e mettere le giovani in contatto con il tipo di supporto di cui hanno bisogno.

### ATTEGGIAMENTI E COMPORAMENTI

Al termine di questo modulo le partecipanti saranno in grado di:

- mostreranno interesse nei confronti del tema della salute mentale delle giovani;
- saranno in grado di promuovere l'importanza della salute mentale;
- si dimostreranno desiderose di decostruire stereotipi e combattere lo stigma legato ai problemi salute mentale;
- avranno un atteggiamento positivo nel lavorare sul tema della salute mentale;
- si apriranno a discussioni in merito alla salute mentale e ai disturbi delle giovani senza pregiudizi e senza cadere nella tentazione di formulare delle diagnosi;
- promuoveranno il diritto alla salute mentale delle giovani;
- riconosceranno le esperienze di altre figure professionali nel campo della salute mentale;
- saranno in grado di promuovere il diritto alla salute mentale delle giovani;
- daranno il giusto peso alle esperienze delle persone;
- si prepareranno a promuovere uno stile di vita sano allo scopo di tutelare la salute mentale;
- avranno la motivazione necessaria per collaborare con altre figure professionali nel campo della salute mentale per fornire sostegno alle giovani.



**CONOSCENZE**

Al termine di questo modulo le partecipanti saranno in grado di:

- comprendere le caratteristiche dell'educazione formale, non formale e informale;
- riconoscere le differenze fra le varie tecniche utilizzate per lavorare con le giovani;
- conoscere la definizione di youth work o animazione socioeducativa, nonché i valori e i principi;
- comprendere l'importanza dell'ascolto attivo, dell'empatia e del rispecchiamento emotivo;
- capire le dinamiche di gruppo, nonché le fasi, i meccanismi e le dinamiche di gruppo;
- familiarizzare con il ciclo e gli stili di apprendimento;
- comprendere i diversi elementi necessari per pianificare e attuare un programma volto a tutelare la salute mentale delle giovani;
- comprendere il rapporto fra youth worker e giovani e stabilire dei limiti professionali ed etici;
- comprendere l'importanza della tutela e della sicurezza quando si lavora a contatto con minori;
- comprendere l'importanza di servirsi di diverse competenze comunicative;
- familiarizzare con diversi metodi educativi e riconoscere quando utilizzarli.

**COMPETENZE**

Al termine di questo modulo le partecipanti saranno in grado di:

- utilizzare metodi non-formali e tecniche appropriate quando si lavora con le giovani (sia individui che gruppi);
- applicare i principi e i valori dell'animazione socioeducativa;
- riflettere sulle proprie strategie e migliorarsi, utilizzando strumenti di valutazione partecipativi;
- utilizzare le proprie competenze comunicative e la capacità di ascolto attivo quando si lavora con le giovani;
- servirsi dell'empatia e del rispecchiamento emotivo;
- favorire i processi di riflessione individuale e di gruppo;
- affrontare situazioni difficili all'interno dei gruppi e sapere come gestire le partecipanti;
- riconoscere le caratteristiche dei vari gruppi allo scopo di adattare le tecniche educative utilizzate;
- progettare, portare avanti e valutare un programma sulla salute mentale adatto alle giovani che sia anche coinvolgente e stimolante;
- servirsi di diverse tecniche per favorire l'apprendimento delle giovani e coinvolgerle in discussioni e attività stimolanti legate all'uguaglianza di genere e alla salute mentale;
- variare il proprio approccio e i metodi utilizzati sulla base delle esigenze delle giovani in materia di salute mentale;
- lavorare sui propri valori in base all'approccio utilizzato.

**ATTEGGIAMENTI E  
COMPORAMENTI**

Al termine di questo modulo le partecipanti saranno in grado di:

- dimostreranno la loro disponibilità a riflettere, mettere in discussione e migliorare il loro modo di operare;
- saranno in grado di motivare e contribuire all'empowerment delle giovani;
- avranno la motivazione necessaria per promuovere la partecipazione attiva;
- saranno in grado di rispettare i limiti etici nel lavorare con un gruppo di giovani;
- saranno in grado di sostenere le giovani in situazioni di crisi in maniera costruttiva;
- avranno il coraggio di improvvisare, sperimentare e riconoscere l'importanza di tali procedure;
- ispireranno e sapranno come mantenere la fiducia del gruppo;
- si ispireranno ai valori di onestà, rispetto e trasparenza;
- desidereranno affrontare le questioni difficili per imparare dalle altre persone;
- saranno pronte a mettersi in discussione e ad assumersi dei rischi;
- saranno pronte a migliorarsi e a aggiornarsi sui metodi e le risorse esistenti;
- saranno disposte ad aprirsi a nuove e inaspettate opportunità di apprendimento;
- saranno inclini a coinvolgere le giovani nella progettazione del programma di formazione;
- saranno pronte a favorire i processi di apprendimento fra pari;
- saranno in grado di promuovere l'apprendimento non formale in contesti formali.



## 6. IL GRUPPO TARGET

Il programma è pensato per la youth worker che lavorano nelle scuole (docenti che si servono di metodi di apprendimento non formali, personale delle organizzazioni della società civile o altre istituzioni che si occupano di percorsi extracurricolari a scuola, ecc.), ma può essere adattato a diversi gruppi inserendo elementi più o meno avanzati a seconda del profilo, delle esperienze e delle competenze dell'è partecipanti. Per questa ragione, occorre analizzare in maniera scrupolosa le esigenze del gruppo prima di procedere alla finalizzazione del programma.

## 7. ORGANIZZAZIONE E STRATEGIE DI IMPLEMENTAZIONE

È possibile scegliere se affrontare il percorso proposto nella sua interezza oppure selezionare solo alcuni moduli ad esempio, nel caso in cui ci si trovi davanti a gruppo sia composto da youth worker esperti che si servono da tempo di tecniche non formali nel loro lavoro, ma che avrebbero bisogno di approfondire il tema del benessere psicologico. Consigliamo di dedicare una giornata a ciascun modulo oppure di prevedere un corso della durata di ogni settimana. Tale scelta dipende dalle risorse, dalle capacità e dagli obiettivi di chi scegliere di proporre questo percorso formativo. La durata del programma si riferisce esclusivamente al tempo necessario ad affrontare i contenuti dei moduli. Non contempla sessioni introduttive, attività di socializzazione e volte a individuare regole di condotta e aspettative, valutazione delle sessioni, ecc.

Pertanto, chi sceglie di organizzare il corso dovrà tenere conto di questi aspetti e sommare la durata delle attività elencate a quella del corso. È previsto il ricorso a tecniche non formali, inoltre il programma comprende lezioni teoriche, attività pratiche ed esercizi.

## 8. PROGRAMMAZIONE DEL CORSO

### 8.1. PIANO FORMATIVO

| N°:          | MODULO   | ORE |
|--------------|--|-----|
| 1            | Essere giovani oggi  | 10  |
| 2            | Giovani e salute mentale   | 10  |
| 3            | Tecniche di apprendimento non formale nell'animazione socioeducativa | 10  |
| <i>Total</i> |  | 30  |



## 8.2 PROGRAMMA FORMATIVO

### 8.2.1. MODULO 1: *Essere giovani oggi*

|                             |  |
|-----------------------------|--|
| <b>RISULTATI DEL MODULO</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Le partecipanti impareranno a conoscere chi sono le giovani, comprenderanno il contesto sociale, politico, economico e culturale in cui si muovono, le loro esigenze, nonché come la loro crescita sia influenzata da aspetti quali identità, resilienza, stigmatizzazione, dinamiche relazionali, ecc. Inoltre, le partecipanti comprenderanno quale sia il loro ruolo nella crescita delle giovani.</li> <li>• Approfondiranno le tematiche di genere, scopriranno come le differenze di genere influiscano sulla salute mentale delle giovani e come promuovere l'uguaglianza.</li> </ul>  |
| <b>CONTENUTI DEL MODULO</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Contenuti teorici:</b> analisi del contesto sociale, politico, economico e delle sottoculture giovanili; tematiche di genere, diversità e uguaglianza di genere, socializzazione e adolescenza, identità, rapporti.</li> <li>• <b>Esercizi pratici:</b> individuazione delle esigenze delle giovani e strategie di risposta, ruolo dell'animazione socioeducativa per la crescita delle giovani, attività, iniziative e strategie atte a sostenere le giovani.</li> </ul>  |
| <b>MATERIALE DIDATTICO</b>  | <p>Let's Talk Project Consortium. (2023). <i>Let's Talk... about mental health: Handbook for Youth workers</i>.</p> <p>Let's Talk Project Consortium. (2022). <i>Let's Talk: Policy analysis and recommendations on youth's mental health gender sensitive needs</i> - Transnational report.</p> <p>Harrison, R., Wise, C. (2005). <i>Working with Young People</i>. The Open University.</p> <p>UNICEF Office of Research - Innocenti (2017). <i>The Adolescent Brain: A second window of opportunity</i>. UNICEF Office of Research - Innocenti.</p> <p>Healthline. <i>Ages and Stages: How to Monitor Child Development</i>.<br/> <a href="https://www.healthline.com/health/childrens-health/stages-of-child-development">https://www.healthline.com/health/childrens-health/stages-of-child-development</a></p> <p>Stryker, S. (2008). <i>Transgender History: The Roots of Today's Revolution</i>. Seal Press.</p> <p>Gender Spectrum. <i>The Gender Spectrum: The Science of Gender Identity and Expression</i>.<br/> <a href="https://genderspectrum.org/">https://genderspectrum.org/</a></p> <p>Teich, N. (2012). <i>Transgender 101: A Simple Guide to a Complex Issue</i>. Columbia University Press.</p> <p>Council of Europe. (2013). <i>Gender Matters: A Manual on addressing gender-based violence affecting young people</i>. <a href="http://www.eymb.coe.int/gendermatters/pdf/GenderMatters_EN_2013.pdf">http://www.eymb.coe.int/gendermatters/pdf/GenderMatters_EN_2013.pdf</a></p> <p>Cherry, K. (2022). <i>6 Types of Relationships and Their Effect on Your Life</i>.</p> <p>World Health Organization (WHO). (2021). <i>Violence against Women</i>.<br/> <a href="https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/violence-against-women">https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/violence-against-women</a></p> <p>Youth.gov. <i>Characteristics of Healthy &amp; Unhealthy Relationships</i>.<br/> <a href="https://youth.gov/youth-topics/teen-dating-violence/characteristics">https://youth.gov/youth-topics/teen-dating-violence/characteristics</a></p> <p>European Institute for Gender Equality. <i>Gender Equality Index</i>.<br/> <a href="https://eige.europa.eu/gender-equality-index/2022">https://eige.europa.eu/gender-equality-index/2022</a></p> <p>ILGA-Europe. Glossary.<br/> <a href="https://www.ilga-europe.org/about-us/who-we-are/glossary/">https://www.ilga-europe.org/about-us/who-we-are/glossary/</a></p> <p>Trans Student Educational Resources. Gender Unicorn.<br/> <a href="https://transstudent.org/gender/">https://transstudent.org/gender/</a></p> |



### 8.2.2. MODULO 2: *Giovani e salute mentale*

#### RISULTATI DEL MODULO

- Le partecipanti analizzeranno concetti e definizioni chiave legate al tema della salute mentale delle giovani adottando un approccio attento al genere. Inoltre, studieranno il rapporto fra salute mentale e fattori di rischio per imparare a riconoscerli e a intervenire.
- Le partecipanti impareranno ad aiutare le giovani a esprimere le loro emozioni, a parlare della loro identità, a gestire i conflitti e acquisire una maggiore autostima.

#### CONTENUTI DEL MODULO

- **Contenuti teorici:** informazioni sul concetto di salute mentale, sul benessere psicologico delle giovani da una prospettiva di genere, gestione dei conflitti, dello stress, autostima, dati e sintomi dei problemi mentali più comuni riscontrati fra le giovani.
- **Esercizi pratici:** limiti nell'animazione socioeducativa, individuazione dei segnali e mappatura dei servizi e delle risorse esistenti.

#### MATERIALE DIDATTICO

Let's Talk Project Consortium. (2023). *Let's Talk...about mental health: Handbook for Youth workers*.

Let's Talk Project Consortium. (2022). *Let's Talk: Policy analysis and recommendations on youth's mental health gender sensitive needs* - Transnational report.

Brannon, L. (2015). *Gender: Psychological Perspectives*. 6th edition. Psychology Press.

World Health Organization and the United Nations Children's Fund (UNICEF). (2021). *Helping Adolescents Thrive Toolkit: Strategies to promote and protect adolescent mental health and reduce self-harm and other risk behaviours*.

World Health Organization. (2020). *Guidelines on mental health promotive and preventive interventions for adolescents: helping adolescents thrive*.

UN Women Training Centre eLearning Campus. *Gender Equality Glossary*. Term: Gender blindness. <https://archive.unescwa.org/gender-blindness>

UNESCO Mahatma Gandhi Institute of Education for Peace and Sustainable Development. *Social Emotional Learning Competenze Development SEL Training Curriculum*: <https://mgiep.unesco.org/sel-for-everyone>

Dweck, C. (2007). *Mindset: The New Psychology of Success*. Random House.

Munivrana, A., Morić, D., Pijaca Plavšić, E., Bajkuša, M., Rastović, M. and Kožić, V. (2021). *Workshop collection „Start the change!“ 40 working ideas with children and young people in the areas of diversity*. Forum for Freedom in Education.

Munivrana, A., Perak, J., Pavlović, V. (2021). *The Voice of Children – creating space and starting the change: manual for adults*. Forum for Freedom in Education.

Hamblin, E., Young, H. (2017). *Gender-sensitive approaches to addressing children and young people's emotional and mental health and well-being: Examples of promising practice*. National Children's Bureau. Gender-sensitive approaches to addressing children and young people's emotional and mental health and well-being: <https://www.ncb.org.uk/sites/default/files/uploads/files/NCB%2520-%2520Examples%2520of%2520gender-sensitive%2520practice%2520with%2520CYP%2520-%2520Aug%25202017.pdf>





### 8.2.3. MODULO 3: *Tecniche di apprendimento non formale nell'animazione socioeducativa*

#### RISULTATI DEL MODULO

- Lə partecipanti acquisiranno un insieme di competenze necessarie per lavorare insieme allə giovani (singolarmente o in gruppo), utilizzando metodi e strumenti di apprendimento non formali.

#### CONTENUTI DEL MODULO

- **Contenuti teorici:** tipi di apprendimento (formale, non-formale, informale), metodi e tecniche non formali, elementi dell'animazione socio-educativa (che cos'è lo youth work, tipologie, valori e principi), principi etici dell'animazione socioeducativa, dinamiche di gruppo, il ciclo di Kolb, comunicazione.
- **Esercizi pratici:** approcci legati all'animazione socioeducativa, il ruolo di chi si occupa di animazione socioeducativa nei programmi volti a tutelare la salute mentale, ascolto attivo, ideazione e implementazione di programmi, valutazione partecipativa.

#### MATERIALE DIDATTICO

Let's Talk Project Consortium. (2023). *Let's Talk...about mental health: Handbook for Youth workers*

Kozić Komar, V., Munivrana, A. (2022). „22 ideje za otpornost“ Zbirka nastavnih listića za razvoj emocionalne otpornosti i suočavanja s krizom. Ured UNICEF-a za Hrvatsku.

Kozić Komar, V., Pijaca Plavšić, E. (2022). *BE-IN: Best Innovative Practices for an Inclusive and Emotional Education to face early school leaving in Europe – National research report of the state of art of inclusive pedagogical and methodological practice – Croatia*. Forum for Freedom in Education.

Munivrana, A., Morić, D., Pijaca Plavšić, E., Bajkuša, M., Rastović, M. and Kozić, V. (2021). *Workshop collection „Start the change!“ 40 working ideas with children and young people in the areas of diversity*. Forum for Freedom in Education.

Munivrana, A., Perak, J., Pavlović, V. (2021). *The Voice of Children – creating space and starting the change: manual for adults*. Forum for Freedom in Education.

Eisenberg, N., Eggum, N. D., Di Giunta, L. (2010). *Empathy related responding: Associations with pro-social behavior, aggression, and intergroup relations*. Social Issues and Policy Review, 4(1), 143–180.

Better Health Channel. *Teenagers and Communication*.

<https://www.betterhealth.vic.gov.au/health/healthyliving/teenagers-and-communication>

UNICEF. *11 tips for communicating with your teen*.

<https://www.unicef.org/parenting/child-care/11-tips-communicating-your-teen>

Livingstone, B. (2010). *How Do Our Young People Communicate Today: What is the Downside and What Can We Do About It? Part One*

<https://www.mentalhelp.net/blogs/how-do-our-young-people-communicate-today-what-is-the-downside-and-what-can-we-do-about-it-part-one/>

Harrison, R., Wise, C. (2005). *Working with Young People*. The Open University.

Benson, J.F. (2001). *Working More Creatively with Groups*. Routledge.

Prendiville, P. (1995). *Developing facilitation Competenze*. Combat Poverty Agency.

Smith, M. (1980). *Creators not consumers*. Youth Clubs UK.

Petković, S. (2022). *The Art of Ethics in Youth Work*. NAPOR – National association of Youth Workers.

Sapin, K. (2012). *Essential Competenze for youth work practice*. SAGE Publications.

Council of Europe Youth Work Portfolio. Council of Europe.

Basarab, T., O'Donovan, J., (2020). *Youth Work Essentials*. Council of Europe and European Commission.

Council of Europe. (2021). *T-kit 6: Training Essentials*. Council of Europe and European Commission.



## 9. SPAZI, ATTREZZATURE E RISORSE NECESSARIE PER LO SVOLGIMENTO DEL CORSO

Il luogo in cui si terrà il corso dovrà essere in linea i seguenti requisiti:

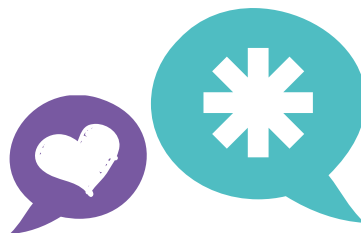
- rispetto delle norme di igiene e sicurezza, incluse quelle volte alla prevenzione della diffusione del COVID19;
- l'aula dovrà essere vuota, con la possibilità di utilizzare delle sedie;
- l'aula deve essere luminosa e ventilata;
- l'aula deve essere accessibile alle persone con disabilità e dotata di dispositivi di sicurezza;
- l'aula deve essere dotata di flip chart o di una lavagna, un videoproiettore e un laptop;
- inoltre, è fondamentale procurarsi del materiale di cancelleria (pennarelli, carta e penna, fogli per flip chart, adesivi) e tutto l'occorrente necessario per svolgere attività interattive.

## 10. L'ATTESTATO DI PARTECIPAZIONE

Ogni partecipante riceverà un attestato di partecipazione al termine del corso, una volta completato almeno l'80% del programma (per ciascun modulo). L'attestato sarà rilasciato dall'organizzazione che tiene il corso e dovrà riportare i loghi, i nomi delle organizzazioni partner e degli enti finanziatori. L'attestato dovrà esplicitare il nome delle partecipante, la data e il luogo in cui si è svolto il corso, nonché le competenze acquisite. Inoltre, dovrà riportare la firma del referente e il timbro dell'organizzazione.





**PARTNER**

*Coordinatore*

**Forum for Freedom in Education**

[www.fso.hr](http://www.fso.hr)



**KENTRO MERIMNAS OIKOGENEIAS  
KAI PAIDIOU**

[www.kmop.gr](http://www.kmop.gr)



**Centre for youth work (CZOR)**

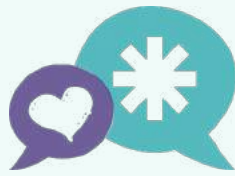
[www.czor.org](http://www.czor.org)



**Centre for Creative Development  
"Danilo Dolci"**

[danilodolci.org](http://danilodolci.org)





# LETsTALK

Developing gender sensitive mental health program for young people



Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



**Co-funded by  
the European Union**