#

# A picture containing icon  Description automatically generated

**Formazione di alfabetizzazionefinanziaria per genitori**

**Programma della sessione**

**Modulo 4 – Gestire le emozioni associate ai soldi**

**Introduzione**

Le sessioni di formazione di Money Matters contengono una serie di otto workshop di mezza giornata per genitori e tutori.

I workshop dei moduli da 1 a 6 mirano ad assistere genitori e tutori nello sviluppo delle loro capacità in termini di alfabetizzazione finanziaria attraverso la serie di attività e di materiali didattici dedicati che sono stati sviluppati dal progetto Money Matters.

I workshop dei moduli 7 e 8 mirano a sostenere genitori e tutori nel loro ruolo di formatori dell'apprendimento familiare all'interno delle loro reti familiari immediate, fornendo loro le capacità e le competenze per condividere le risorse di Money Matters con la loro rete di conoscenze e di conoscenti.

**Contenutidei moduliformativi:**

|  |  |
| --- | --- |
| 1 | Vocabolario finanziario |
| 2 | Gestione della finanza familiare   |
| 3 | Risorse e strumenti finanziari online |
| 4 | Gestire le emozioni associate al denaro |
| 5 | Gestire il denaro durante i periodi critici della vita  |
| 6 | Diventare una consumatrice critica / un consumatore critico |
| 7 | Apprendimento in famiglia |
| 8 | Cassetta degli attrezzi digitale di Money Matters  |

Benvenuti al workshop del Modulo 4 – Gestire le emozioni associate al denaro.

Risultati dell’apprendimento (LOs – Learning Outcomes): Dopo aver completato questo workshop, genitori e tutori saranno in grado di:

* Affrontare discussioni o situazioni difficili in famiglia sul denaro in modo positivo e identificare strategie utili per regolare le emozioni
* riconoscere i bisogni emotivi legati al denaro e alla gratificazione
* discutere su come spendere soldi può avere un impatto sul benessere emotivo in modi diversi

|  |  |
| --- | --- |
|

|  |
| --- |
| Titolo del modulo: **Gestire le emozioni associate al denaro** |

 |
| **Durata** | **Attività di apprendimento** | **Metodi educativi** | **Materiali / Attrezzature richieste** | **Dispense e schede delle attività**  |
| 5 minuti | **Dare il benvenuto****Risultati di apprendimento (LO)**Fornire una breve panoramica dei risultati di apprendimento del modulo e una descrizione dell'importanza del corretto utilizzo dei pagamenti online ed elettronici.**Pianificare la sessione**Introdurre il programma visivo fornendo una breve panoramica ed eventuali pulizie / avvisi. | Orientamento | PC eproiettore PP 2- LOPP3 Programma Visivo | Registro delle presenze |
| 10minuti | **Attività M 4.1:Attività rompighiaccio: Come ti senti rispetto alla parola “soldi”?** Fornisci ai partecipanti un foglietto di carta e chiedi loro di scrivere o disegnare come si sentono quando sentono o pensano alla parola "denaro", “soldi”. Raccogli le risposte e il gruppo ne discuterà.  | Collaborazione & Pratica | PP 4 | Foglio di carta bianco tagliato in foglietti. |
| 25 minuti | **Attività M4.2 Cosa sono le emozioni?** Lo scopo di questa attività è quello di fornire ai partecipanti l'opportunità di riflettere sulle diverse emozioni che un individuo può provare e su come possono influire sul loro rapporto con il denaro.Suscitare una descrizione delle emozioni dei partecipanti. **Passo 1:** Guarda la copia vuota di una Ruota delle Emozioni. Dispensa M4.2**Passo 2:** Metti queste emozioni: Paura, Disgusto, Rabbia, Sorpresa, Felicità, Tristezza nei **sei cerchi interni** **Fase 3:** I partecipanti identificano le emozioni, associate alle sei principali emozioni nei sei cerchi esterni e raccolgono le loro risposte. **Passo 4:** Metti una ruota delle emozioni (PP7) su PowerPoint. **Passo 5:** Coinvolgi i genitori in una discussione su come queste emozioni che sono state identificate possono avere un impatto sul loro rapporto con il denaro.  | Collaborazione & Pratica | Scheda delle attività PP5 – Introduzione alla ruota delle emozioniPP6 – AttivitàPP7 – Domande e risposte suggerite su questioni sul denaro | Dispensa M4.2 |
| 10minuti | **Attività M4.3 Parlare di soldi** Introdurre il tema dei sentimenti legati al parlare di denaro (PP8)Quindi invita i partecipanti, in coppia, a identificare situazioni in cui potrebbero trovare difficile (o facile) parlare di soldi. | Collaborazione e pratica | PP8 introPP9 Attività |  |
| 30 minuti | **Attività M4.4: Gestire le emozioni associate al denaro - Gioco di ruolo**Nelle stesse coppie, per 3 minuti la persona A spiega una situazione finanziaria difficile su cui vorrebbero un consiglio (immaginaria o reale). Il partner B offre consulenza. Nei 3 minuti successivi, invertire la situazione:il partner B presenta una situazione finanziaria diversa e il partner A risponde.Ora chiedi ai partecipanti quali sentimenti hanno provato quando hanno posto le domande o offerto consigli in questo gioco di ruolo. | Gioco di ruoloCollaborazione & Pratica  | Nessuna risorsa aggiuntiva richiesta.PP10 |  |
| 10minuti | **Come si può usare il denaro per farti sentire meglio o peggio?** Usa questa domanda come trampolino di lancio per generare una discussione su come il denaro può essere usato per aumentare le emozioni e farti sentire meglio o peggio. Discussione sulla gratificazione, incentrandosi sulla gratificazione a breve termine o istantanea (PP12)  | Apprendimento attivo | PP11-12 |  |
| 15 minuti | PausaPP13  |
| 10minuti | **Gestire le emozioni associate al denaro: salute mentale e denaro** Mostra PP 14: Sei d'accordo o in disaccordo?I partecipanti saranno invitati ad esprimere se concordano, o no, con le dichiarazioni sulla relazione tra il preoccuparsi del denaro e avere difficoltà nella sua gestione. | Discussione con il gruppo. | PP 14 |  |
| 20 minuti | **Attività M 4. 5 – Comportamenti associati al denaro e al ciclo di evitamento (*AvoidanceCircle*)** Introdurre le dichiarazioni di PP15 relative a comportamenti e preoccupazioni quando si prendono decisioni finanziarie. Il Ciclo di Evitamento collega comportamenti ed emozioni.Emozioni e attività associate al denaro.Ai partecipanti verrà chiesto di creare i propri esempi di *AvoidanceCircle* utilizzando le linee guida offerte. Una volta creati, i partecipanti possono presentare i loro risultati al gruppo, ad esempio, arriva la carta di credito, pago solo gli interessi, poi arriva un'altra bolletta. | Collaborazione & Pratica  | PP15 – Comportamenti e preoccupazioniPP16 Intro to ACPP17 Attività- Emozioni e attività | Ai partecipanti vengono consegnati carta bianca e penne |
| 15 minuti | **Attività M 4.6 Esplorazione dei problemi**PP 18 Dare al gruppo il tempo di esplorare alcune delle questioni che l’attività M 4.5 potrebbe aver sollevato.Non esiste un'unica soluzione; le discussioni possono sollevare esperienze e possibili suggerimenti.*Bisogna fare attenzione con questo esercizio. Nel caso in cui dovessero emergere delle questioni difficili, ai partecipanti dovrebbero essere segnalati sia dei consulenti finanziari che dei centri di consulenza comunitaria, come per esempio il CitizensAdvice Bureau del Regno Unito, per richiedere ulteriore aiuto.*PP 19 Esplorazione di alcune delle questioni che potenzialmente sollevano problemi. |  | PP18 Esplorare i problemiPP19  |  |
| 10minuti | **Attività M4.7: Suggerimenti dalla cultura popolare –autovalutazione dei propri punti di forza e di debolezza****Costruire la fiducia**Incoraggia i partecipanti a pensare alla propria autostima e a quella dei propri figli. Assicurati che i partecipanti comprendano quanto sia importante incoraggiare i bambini a concentrarsi sui propri punti di forzapersonali.Consegnare la dispensa M4.7 ai partecipanti perché la compilino. Incoraggia la riflessione a riconoscere le proprie capacità e punti di forza personali. | Collaborazione e pratica | PP20  | Dispensa M4.7 – I miei punti di forza e di debolezza |
| 20 minuti. | **Attività 4.8 – Gestire le emozioni quando si hanno discussioni difficili sul denaro con bambini o adolescenti.**Sposta l'attenzione sul relazionarsi con i bambini. In coppia, i partecipanti escogitano uno scenario in cui le emozioni potrebbero essere difficili quando si discute di soldi con bambini o adolescenti.Raccogli due o tre scenari dal gruppo e chiedi suggerimenti per gestire la situazione. |  | PP21 |  |
|  | **Chiusura**Per chiudere il workshop, ringrazia il gruppo per aver partecipato. Per ulteriori risorse visita il sito web di Money Matters. |  | PP22 |  |
|  | **Risorse aggiuntive (se necessarie)** PP23 Collegamenti a siti Web di salute mentale e di gestione del denaroPP24- 26 Regolazione emotiva cognitiva.  |  | PP23PP24-26 |  |
| **Valutazione (Come scoprirai cosa hanno imparato genitori e tutori?)**I partecipanti saranno continuamente valutati durante tutta la sessione, nella loro partecipazione attiva alle attività individuali e di gruppo. La formatrice porrà domande sui materiali di apprendimento e incoraggerà i partecipanti a riflettere sul contenuto della sessione di formazione. |
| Esempi di valutazione  | * Dimostrazione delle conoscenze:
	+ I formatori organizzeranno dei giochi di ruolo e delle attività da proporre ai partecipanti per esaminare le conoscenze acquisite durante la sessione formativa.
* Collaborazione e pratica:
	+ I partecipanti saranno valutati in base alla loro volontà di collaborare e praticare il contenuto dell'apprendimento.
	+ Per facilitare l'apprendimento, i formatori porranno domande guidate e strutturate ai partecipanti.
* Costruzione del consenso:Attraverso discussioni di gruppo, i partecipanti saranno valutati per la loro disponibilità ad arrivare a decisioni collettive come gruppo.
 |
| Durata | 1. Minuti
 |