



PROGRAMMA DI PREVENZIONE ANORESSIA & BULIMIA

- ✓ Per prevenire i disturbi alimentari in adolescenza
- ✓ Per andare incontro alla crisi fisiologica derivante dal “corpo che cresce” e della sessualità ai suoi esordi
- ✓ Per svelare il significato simbolico del cibo e del nutrirsi
- ✓ Per discutere del valore di compensazione del cibo e dell'alimentazione rispetto ad angosce e solitudini che hanno origini lontane
- ✓ Ottimo anche per gruppi maschili e con scarsa conoscenza reciproca

Modulo base*: quattro incontri standard

1) Cibo identità e adolescenza

Si promuove una maggiore conoscenza di se stessi e degli altri attraverso l'analisi della propria relazione con il cibo e i suoi significati affettivi

2) Adolescenza e corporeità

Si favorisce la conoscenza e l'elaborazione dei cambiamenti relativi al passaggio adolescenziale imparando a entrare in contatto con i propri stati emotivi

3) Identità di genere

Si stimola una riflessione sulla femminilità e mascolinità e sul peso che gli stereotipi sessuali hanno nella costruzione dell'identità adulta

4) Relazione e comunicazione

Si riconosce la particolarità della propria modalità di comunicare, prendendo coscienza dei punti di forza e debolezza personali.

** il modulo base è realizzato con incontri tematici di due ore ciascuno indirizzati a gruppi classe già formati. Gli operatori previsti sono in numero di due, di cui uno con funzione di conduzione, il secondo di recorder.*