

PERSONALE SCOLASTICO ED EDUCATORI

WORKSHOP 2.

“Il legame: la chiave per uno spazio sicuro

- ATTIVITA' 1: PENSARE INSIEME. FIDUCIA EPISTEMICA
 - Guida per dinamizzare l'attività
- ATTIVITA' 2: CONDIVIDIAMO STRATEGIE PER RAFFORZARE IL LEGAME
 - Guida per dinamizzare l'attività
- ATTIVITA' 3: CONDIVIDIAMO STRUMENTI PER RAFFORZARE IL LEGAME
 - Guida per dinamizzare l'attività
 - Informazioni grafiche

CICLO “CREAR SPAZI SICURI PER PREVENIRE LA VIOLENZA”

WORKSHOP 2. Il legame: la chiave per uno spazio sicuro



Le attività e le strategie indicate di seguito sono state concepite in modo da poter essere facilmente realizzate seguendo questa guida, con l'obiettivo di creare un legame con gli alunni e diventare un punto di riferimento sicuro a cui rivolgersi in caso di problemi.

In corsivo troverete le indicazioni specifiche sul modo in cui impostare l'attività.

"Tra virgolette, vedrete il testo per rivolgervi agli insegnanti"

ATTIVITÀ 1: PENSARE INSIEME - LA FIDUCIA EPISTEMICA: docente-docente

INTRODUZIONE DELL'ATTIVITÀ (15 MINUTI)

Dinamizzatore: Benvenuti! Oggi lavoreremo con la metodologia nota come "Pensare insieme". Prima di iniziare, spiegheremo un concetto creato da Fonagy e Allison che servirà come base per l'attività di oggi: la fiducia epistemica. Questo termine si riferisce alla propensione di una persona a fidarsi dell'autenticità, della valenza personale e della generalizzabilità delle informazioni trasmesse a livello interpersonale. Questa particolare forma di fiducia è uno dei meccanismi che rafforzano l'abilità più importante dell'umanità: la nostra capacità di insegnare e imparare gli uni dagli altri. Ad esempio, un insegnante che infonde fiducia come persona, ispira implicitamente fiducia su ciò che insegna.

"Pensare insieme" consiste nell'aiutare le persone a ricorrere alla mentalizzazione quando si trovano di fronte a dei problemi. L'idea alla base della mentalizzazione è quella di facilitare e recuperare la capacità di pensare in modo efficace. A questo proposito, vi mostriamo un video molto chiarificatore su questo processo (potete vederlo al seguente link: [https://www.youtube.com/watch?v=sq61A5wGC8o&t=363s, 00:00-7:22](https://www.youtube.com/watch?v=sq61A5wGC8o&t=363s,00:00-7:22)). L'obiettivo di questo esercizio di mentalizzazione del momento è migliorare la nostra capacità di comunicare con gli studenti. A volte situazioni difficili e conflittuali in classe ci impediscono di pensare e comunicare in modo chiaro e coerente i contenuti che dobbiamo trasmettere. Per questo motivo, è consigliabile sviluppare la nostra capacità di mentalizzare quando ci troviamo di fronte a situazioni specifiche. In questo modo, se pensiamo più chiaramente, possiamo comunicare in modo più efficace. Questo comporta il considerare il punto di vista dell'altro, praticare l'empatia e tenere a mente entrambe le prospettive.

1) DEFINIRE LA TASK (3 MINUTI)

Dinamizzatore: Una volta stabilita questa base, possiamo iniziare a Pensare insieme. Pensare insieme offre una struttura per favorire la conversazione, come le luci di atterraggio sulle piste di volo, che indicano a un aereo che esce dalla nebbia dove deve atterrare in sicurezza. Oggi proporremo una sfida che ha luogo nella sala dei professori quando un collega è stressato a causa di un problema sul lavoro. Prima di tutto, chi presenterà il caso (Si chiede ai presenti)? Chi farà da moderatore? (Il moderatore guida l'attività) e quanto tempo abbiamo a disposizione? Il primo passo è "definire il task", cioè accordarsi sul tempo a disposizione per fare l'esercizio e chi svolgerà il ruolo di moderatore. In questo caso abbiamo 25 minuti. Il dinamizzatore indicherà il tempo da riservare a ciascuna delle fasi e il moderatore dovrà assicurarsi che il tempo sia rispettato e che ogni fase sia osservata.

2) PRESENTAZIONE DEL CASO (7 MINUTI)

Una volta accordato il tempo e chiarito chi farà da moderatore, uno dei membri del gruppo spiega il caso o la situazione che lo angoscia durante il tempo prestabilito (argomento: Situazione di disagio nel contesto scolastico).

3) MENTALIZZARE IL MOMENTO (8 MINUTI)

Moderatore: Si tratta di empatizzare con lo stato emotivo del collega che descrive il caso, il resto delle persone lo ascolta, concentrandosi sulle sue emozioni e non sul contenuto del problema. Non si cercano, né si forniscono soluzioni. Si tratta di mettersi nei suoi panni, di pensare a come ci si sentirebbe in una situazione simile, di cercare di essere consapevoli dei propri sentimenti e di immaginarli. Al termine, si può esprimere volontariamente ciò che ognuno ha sentito mentre ascoltava il proprio collega. Prego, spiegaci la situazione.

Pass-out: Dinamizzatore: Il moderatore, o un altro membro del gruppo, riporta il caso come l'ha capito. Il collega che ha presentato il caso si limita ad ascoltare, non interviene. Altri colleghi possono fare domande per chiarire eventuali dubbi sul contenuto.

ATTIVITÀ 1: PENSARE INSIEME - LA FIDUCIA EPISTEMICA: docente-docente

4) RITORNO ALL'OBIETTIVO (7 MINUTI)

Moderatore: La persona che ha raccontato la storia spiega come si è sentito, se gli è stata utile e se gli sono venute in mente delle cose nuove. Altri possono contribuire proponendo suggerimenti per risolvere il problema. In questa fase, sia il consultante che gli altri colleghi si concentrano sui contenuti e propongono soluzioni.

È molto probabile che lo stesso docente che ha presentato il problema abbia maggiori capacità per pensare e trovare soluzioni (ricordate che il livello di stress del docente si è abbassato e quindi può pensare in modo più fluido). Tutti possono contribuire alla ricerca di soluzioni.

RIFLESSIONE FINALE (20 MINUTI)

Dinamizzatore: *Bene, e ora che stiamo terminando, cosa avete imparato dall'attività Pensare insieme?* Possibili idee: Questa attività ci ha aiutato a riflettere e a pensare senza giudicare l'altro, a essere consapevoli dell'importanza di abbassare il livello di ansia per poter pensare. Saper ascoltare e sentirsi ascoltati, non giudicati. L'importanza di lavorare "fianco a fianco".

TEMPO TOTALE: 60 MINUTI

ATTIVITÀ 2: CONDIVIDIAMO STRATEGIE PER CREARE UN LEGAME

TECNICA 1-2-4 (15 MINUTI)

Pensate prima individualmente (1 minuto), poi in coppia (5 minuti) e infine in gruppi di 4 persone (5 minuti).

"Quali risorse o strategie utilizzi per creare legami con gli studenti? Una volta che ognuno ha deciso quali sono, a proprio avviso, le 5 risorse a cui ricorre, iniziate a lavorare in coppia (5 minuti) per stabilire le 5 risorse, e poi in gruppo di 4 persone (5 minuti).

Condivisione: chiedete a ogni gruppo quali risorse ha scelto, che possono essere messe su un cartellone per realizzare un murale.

I LIMITI (15 MINUTI)

In primo luogo, verrà spiegata la necessità di porre dei limiti agli studenti, evidenziando la differenza tra questo e l'autoritarismo.

"Quando parliamo di stabilire dei limiti, si intende definire chiaramente le aspettative e i comportamenti accettabili in classe. Non si tratta di essere autoritari o di imporre regole senza motivo. Al contrario, si tratta di creare un quadro di riferimento che consenta agli studenti di capire i propri confini e le proprie responsabilità, favorendo così un'interazione rispettosa.

L'autoritarismo, invece, implica un uso eccessivo del potere e del controllo, senza tenere conto delle opinioni e delle esigenze degli allievi. Questo approccio può generare risentimento e inibire la partecipazione attiva degli studenti in classe.

Stabilire dei limiti è fondamentale per creare un ambiente in cui tutti i membri della comunità educativa possono sentirsi sicuri e apprezzati. Quando i confini sono chiari, gli studenti sanno cosa ci si aspetta da loro e cosa possono aspettarsi dagli insegnanti. In questo modo si crea un senso di fiducia e si creano i presupposti per un apprendimento efficace.

Chiedi ai partecipanti di pensare a una situazione in cui hanno dovuto stabilire dei limiti con gli studenti.

Poi chiedi loro di scrivere come si sentirebbero in questa situazione e come reagirebbero sia come insegnanti che come studenti.

DOMANDE SU CUI RIFLETTERE (5 MINUTI)

È facile per noi creare dei legami pur stabilendo dei limiti con i nostri alunni? Ci siamo abituati? Come ci sentiamo quando decidiamo di creare un legame con gli alunni? Condividiamo le nostre risorse e strategie? Cosa succede tra gli adulti? Come possiamo creare dei legami con i colleghi?

COSA HO IMPARATO DURANTE LA SESSIONE ODIERNA? (10 MINUTI)

TEMPO TOTALE: 45 MINUTI

ATTIVITÀ 3: CONDIVIDIAMO RISORSE

CICLO DI DOMANDE PER LA CLASSE

Questa risorsa si compone di una serie di domande che possono essere poste con il [mentimeter/Kahoot/polleverywhere](#) per sondare qual è lo stato d'animo della classe in un giorno specifico. L'ideale è iniziare col porre soltanto la prima domanda e via via, durante l'anno scolastico, dopo aver affrontato con la classe la questione delle emozioni e del benessere emotivo, inserire altre domande.

Come ti senti oggi? [Malissimo// Male// Non tanto bene// Così così // Discretamente // Abbastanza bene // Bene// Molto bene // Benissimo // Fantasticamente bene].

Cosa significa stare bene?

Dì una parola che descriva il tuo stato d'animo in questo momento.

Quali di queste emozioni provi in questo momento? [Allegro // Timoroso // Frustrato // Frustrante // Esplorativo // Sereno /Energico // Speranzoso // Curioso // Felice // Pensieroso // Equilibrato // Incuriosito // Rilassato]]

Qual è la situazione che ti genera più stress a scuola? [Esami // Lavori di gruppo // Parlare in pubblico // Compiti arretrati].

Qual è l'attività che ti rilassa di più dopo una giornata difficile? [Leggere un libro // Ascoltare musica // Fare esercizio fisico // Guardare un film // Incontrare gli amici].

Qui potete trovare un esempio: <https://pollev.com/deliaespanolfernandez493>

RISORSE/STRATEGIE

"È il momento di condividere risorse e strategie per creare un legame con gli alunni. Sarebbe interessante poter elencare ciò che già utilizziamo in classe" Ecco una serie di risorse o strategie che possono essere offerte se non appaiono nel collegio docenti:

- Alla fine dell'esame inserire una domanda di questo genere: "Com'è andato l'esame? Sei riuscito a studiare? Ti è sembrato troppo difficile?"
- Senso dell'umorismo. Sebbene sia necessario che siano attenti alle lezioni, sorridere, ridere e condividere momenti di relax con gli studenti li aiuta a sentirsi più tranquilli in classe.
- Utilizzare le emoticon per valutare un test e essere più vicini agli alunni.
- Prestare attenzione alle loro reazioni per capire le diverse situazioni che si vivono in classe.
- Chiedere quali sono i loro hobby e provare ad associare il contenuto degli esami a ciò che piace al gruppo classe.
- Personalizzare il contenuto di un test o di un'attività.
- Coinvolgere gli studenti nelle tematiche oggetto di studio.
- Ascoltare e tenere conto della loro opinione.
- Raccontare degli episodi aneddotici.
- Rivolgersi a loro chiamandoli per nome.
- Iniziare la lezione chiedendo se qualcuno vuole raccontare qualcosa di personale che è successo (5 minuti).
- Iniziare la lezione raccontando una barzelletta (5 minuti).
- Condividere con la classe una giornata storta.
- Ascoltare insieme la musica che piace agli alunni.

CREIAMO LEGAMI

È il momento di condividere risorse e strategie per creare un legame con gli alunni. Ecco una serie di risorse o strategie che possono essere offerte se non emergono durante la riunione con i docenti.

