

Antonietta Sajeva

Crea-attiva-mente

*Attività creative per migliorare
il clima relazionale in classe*

Per psicologi, insegnanti e conduttori di gruppi

Erickson
LIVE



EDITING

MEDIALAB

DAVIDE BORTOLI

IMPAGINAZIONE

MEDIALAB

ANDREA MANTICA

IMMAGINE DI COPERTINA

SILVIA ONORATI

COPERTINA

MEDIALAB

ANDREA MANTICA

DIREZIONE ARTISTICA

GIORDANO PACENZA

© 2019 Edizioni Centro Studi Erickson S.p.A.

Via del Pioppeto 24

38121 TRENTO

Tel. 0461 951500

N. verde 800 844052

Fax 0461 950698

www.erickson.it

info@erickson.it

Tutti i diritti riservati. Vietata la riproduzione con qualsiasi mezzo effettuata, se non previa autorizzazione dell'Editore.

Antonietta Sajeve

Crea-attiva-mente

*Attività creative per migliorare
il clima relazionale in classe*

Per psicologi, insegnanti e conduttori di gruppo





Vivi. Scrivi. Pubblica. Condividi.

La nuova linea editoriale di Erickson che dà voce alle tue esperienze

È il progetto firmato Erickson che propone libri di narrativa, testi autobiografici, presentazioni di buone prassi, descrizioni di sperimentazioni, metodologie e strumenti di lavoro, dando voce ai professionisti del mondo della scuola, dell'educazione e del settore socio-sanitario, ma anche a genitori, studenti, pazienti, utenti, volontari e cittadini attivi.

Seleziona e pubblica le esperienze, le sperimentazioni e le idee che questi protagonisti hanno sviluppato e realizzato in ambito educativo, didattico, psicologico e socio-sanitario, per dare loro la possibilità di condividerle attraverso la stampa tradizionale, l'e-book e il web.

Sul sito **www.ericksonlive.it** è attiva una community dove autori e lettori possono incontrarsi per confrontarsi, dare e ricevere suggerimenti, scambiare le proprie esperienze, commentare le opere, trovare approfondimenti, scaricare materiali. Un'occasione unica per approfondire una serie di tematiche importanti per la propria crescita personale e professionale.

Indice

<i>Introduzione</i>	9
<i>Capitolo 1</i>	15
Attività che favoriscono la conoscenza reciproca tra alunni	
L'appello	16
L'appello del come mi sento	18
L'intervista	20
L'autoritratto	23
Indovina la domanda	26
Indovina la bugia	29
Mi presento così	31
La mia forza, la mia fragilità	33
Nei panni di un professore	35
Il cerchio della conoscenza	39
Musica, maestro!	43
L'albero delle qualità	46
Ti racconto di me	49
Ti apprezzo molto quando...	52
La scatola della gentilezza	55
La mano dell'amicizia	57
Il poster dell'identità	60
Il disegno a due mani	64
<i>Capitolo 2</i>	67
Attività per la gestione delle emozioni e la risoluzione dei conflitti	
La scatola dei chiarimenti	68
La presa in giro	72

Risolvere un conflitto	76
Della mia classe mi piace... e mi disturba...	81
Facciamo la pace?	84
Far sbollire la rabbia	88
I chiodi nello steccato	93
Una perdita, una conquista!	96
Il quaderno delle emozioni	100
Identikit del bullo	103
Tutti per uno!	109
<i>Capitolo 3</i>	113
Le pause di libertà: attività motorie, ludiche e grafiche per allentare le tensioni e favorire la concentrazione	
Le pause di libertà	114
Il dado	118
La lavagna umana	120
Il cambio dell'ora	124
La candela	127
Ascolto il silenzio	131
Il mandala del nome	135
Alfabeto corporeo	139
L'orologio	142
L'osservazione	144
<i>Capitolo 4</i>	147
Attività cooperative, di riflessione ed elaborazione su temi di attualità	
Come visionare un film	148
Una canzone per riflettere	152
Lo spot pubblicitario	155
La galleria della bellezza	158
Giornale di classe	161
Come motivare una lezione	165
La scuola che vorrei	171
Professore per un giorno	176

<i>Capitolo 5</i>	179
Attività di valutazione. La pagella. Gli esami. Restituzioni finali	
Il professore ideale	180
La mia pagella	183
La pagella dei professori	185
La simulazione d'esame	189
Gli esami non finiscono mai!	192
Scheda di restituzione finale per le attività svolte in classe	195
<i>Salutare la classe</i>	201
<i>Bibliografia e filmografia</i>	203

Ringraziamenti

Mentre scrivo queste righe, il mio primo libro sta per andare in stampa! Vivo un'intensa emozione, epilogo di tre anni di lavoro, stesura, revisione, limatura. Tra poco il risultato finale!

Non posso tralasciare di ringraziare tutti coloro che hanno contribuito perché un sogno conservato gelosamente nel cassetto dei desideri potesse concretizzarsi. La lista sarebbe molto lunga... perché il mio ringraziamento va alla Vita, che ha elargito a piene mani nei miei confronti... la Vita che attraverso mille mani, sguardi, voci mi accompagna e sostiene nel mio cammino.

Il primo grazie lo dono a chi mi ha messa al mondo, i miei genitori, che attraverso il loro esempio sono stati maestri dei valori fondamentali dell'umanità: il rispetto, l'onestà, la sincerità. Ora non sono più accanto a me, ma vivono costantemente nel mio intimo, e sono certa che sarebbero fieri di poter condividere la gioia per il mio traguardo editoriale.

A cascata grazie a tutti i maestri e insegnanti incrociati nel corso della mia esistenza: prima tra tutti la maestra delle elementari, che mi ha contagiato con l'amore per la cultura e l'apprendimento.

Grazie a tutti i docenti, formatori, dirigenti e studenti che mi hanno affiancata nel lavoro a scuola, incoraggiandomi a testimoniare attraverso un libro il frutto di un'esperienza sul campo. Non posso citarli tutti: la lista sarebbe troppo lunga e non vorrei dimenticare nessuno!

Grazie alla Pubblica Istruzione di Riccione, che per prima ha creduto nella mia professionalità affidandomi il servizio dello sportello di ascolto.

Grazie alla mia famiglia, che mi ha supportato e pazientemente «sopportato» nel lavoro di stesura, correzione e ricerca editoriale.

E grazie a tutti gli amici di vecchia data o recente conoscenza, che con la loro stima, il loro affetto e l'incoraggiamento hanno fornito il carburante emotivo per concludere questa avventura.

Ancora dei nomi scolpiti nel cuore, non posso evitare di sottolinearli. Grazie a Carlo, Daniela, Maria, miei grandi Amici e maestri di vita!

Grazie!

Introduzione

L'idea di scrivere questo libro è maturata lentamente nel corso degli anni, soprattutto grazie all'esperienza acquisita a scuola in qualità di referente di uno sportello psico-pedagogico sia negli istituti comprensivi che nelle scuole secondarie di primo e secondo grado.

Lavorando nelle istituzioni scolastiche e interfacciandomi quotidianamente con il corpo docente, ho raccolto e preso in considerazione le riflessioni, le esigenze e i bisogni degli insegnanti nel rapportarsi con il gruppo classe.

A mio parere, gli insegnanti non hanno bisogno di ascoltare ulteriori teorie, sono già abbastanza oberati di etichette, definizioni e categorie nelle quali inglobare gli alunni con cui ogni giorno lavorano, con il rischio che questo aspetto soffochi e offuschi la messa a fuoco dell'aspetto emotivo e affettivo.

L'apprendimento si veicola attraverso tutti i sensi, tramite la motricità, il gioco, ma prima di tutto occorre motivare l'alunno, conducendolo ad appassionarsi e incuriosirsi al sapere e alla conoscenza, così da presentargli un ventaglio più ampio possibile di alternative

e competenze che sappiano in futuro orientarlo consapevolmente nella scelta della sua professione. E la motivazione passa attraverso una relazione precisa e curata con il discente: questa forse la sfida più ardua ma sicuramente la premessa ineludibile per creare ambienti di apprendimento che siano fucine del sapere, dove ogni individuo nella propria unicità e diversità venga riconosciuto.

La relazione costa impegno, fatica, attenzione costante e oggi più che mai deve essere inglobata in una visione di rete, dove la famiglia e la scuola collaborano e si confrontano per un fine unico: la formazione di persone preparate, competenti, capaci di relazionarsi con gli altri nel rispetto dei fondamentali diritti umani.

Quando parlo con gli insegnanti, la prima azione che compio è quella di risvegliare in essi la consapevolezza e l'elevato valore del compito educativo cui sono chiamati: talvolta ho percepito che le incombenze o le piccole difficoltà quotidiane intaccano e minano la soddisfazione e il riconoscimento per la loro *mission*. L'educazione e la formazione dei futuri cittadini dovrebbero essere sottolineate e riconosciute, anche economicamente, come due pilastri aurei di una società civile in evoluzione. Eppure, ad esempio, gli insegnanti della scuola dell'infanzia percepiscono uno stipendio inferiore ai docenti delle scuole secondarie e delle università, nonostante ai maestri dei piccoli umani spetti il gravoso e delicato compito di seguirli e accompagnarli nei primi anni della vita, per gettare le premesse di un futuro equilibrato e sano.

Nel corso di anni, dialogando e confrontandomi con i docenti, ho rilevato la necessità di proposte operative da applicare concretamente, nella quotidianità della classe, in modo da gestire le difficoltà relazionali degli alunni attraverso interventi efficaci, fruibili e verificabili.

Ecco perché ho scelto di pubblicare questo testo sotto forma di schede di lavoro sintetiche, operative e facilmente riproponibili da chi opera nel mondo dell'educazione: non solo insegnanti ma anche educatori, psicologi, formatori, animatori, catechisti.

Ogni scheda può essere letta e applicata indipendentemente dalle altre: è sufficiente scorrerne le prime righe per individuare i destinatari, le finalità dell'attività proposta, la durata e il materiale eventualmente richiesto.

Queste pagine testimoniano il frutto di un'esperienza diretta, vissuta in classe in prima persona, tra gli alunni, con le insegnanti presenti, sempre vigili e partecipi, ma in rispettoso silenzio, pronte a supportarmi nel mantenimento della disciplina là dove ce ne fosse bisogno.

Quando dialogo con i docenti, una delle prime convinzioni che cerco di trasmettere è che i veri esperti della classe sono loro, che ogni giorno incontrano gli alunni, ne conoscono le storie, le famiglie alle spalle, il percorso scolastico, i successi e gli insuccessi. Sono gli insegnanti che hanno il polso della situazione e la radiografia della classe: non si può delegare a un esterno, per quanto competente e qualificato sia, la risoluzione di dinamiche e problemi interni.

La funzione dell'esperto deve essere principalmente quella di *facilitatore della comunicazione*, ossia di offrire gli strumenti e le metodologie adeguate per migliorare la comunicazione sia all'interno del team degli insegnanti, sia tra i componenti del gruppo classe. Ho potuto constatare infatti, nel corso della mia esperienza non solo professionale ma anche umana, come la comunicazione sia veramente un'arte da imparare, veicolata su fili sottili e invisibili che quando si intrecciano possono creare ricami incantevoli o trame indistricabili.

Molte delle attività qui suggerite sono impostate sotto forma di gioco: la pedagogia e la psicologia contemporanea insegnano che il bambino apprende giocando e, se riuscissimo a potenziare l'applicazione di metodologie ludiche all'interno del percorso di apprendimento, credo che avremmo fatto un grande balzo in avanti nella motivazione a imparare.

È per questo motivo che ho cercato, là dove è stato possibile, di lasciare agli insegnanti indicazioni per applicare la forma ludica nella didattica quotidiana. I docenti che hanno sperimentato quanto

suggerito mi hanno descritto nei feedback finali il miglioramento del clima di apprendimento in classe.

Infine, credo doveroso citare la fonte di ispirazione delle attività raccolte nel volume. Ho attinto alcune delle proposte e dei giochi suggeriti dall'ampio bagaglio di attività presenti nelle pubblicazioni di settore e online ma, soprattutto, ho frugato nella mia memoria. Durante l'adolescenza, per non gravare sul bilancio familiare, ho accettato di lavorare per alcuni anni all'interno di una cooperativa di animazione per bambini: ho pertanto acquisito esperienza nella conduzione di gruppi, in giochi, feste di compleanno, laboratori sull'uso della voce e sulla psicomotricità. Tutto questo bagaglio ogni tanto riaffiora alla mia memoria e, a seconda dei bisogni e delle circostanze, lo riadatto, lo modifico, lo personalizzo, tarandolo sulle esigenze della classe che incontro.

Ma la maggior parte delle proposte e attività che troverete è frutto della mia personale inventiva e creatività. Spesso le insegnanti mi chiedono: «*Ma dove hai trovato questa attività? Mi potresti indicare il libro da cui attingi le idee?*». E io rispondo la verità: il libro non esiste, perché gli interventi sono frutto della mia fantasia e della esperienza. Da dove attingo le idee? Tutto è fonte di ispirazione, potrei dire in una sola parola che la mia musa ispiratrice è la vita, alla quale devo tanto, dalla quale ho ricevuto e continuo a ricevere tanta abbondanza e ricchezza, e ritengo quanto meno doveroso restituire al mondo quanto mi è stato donato.

Come utilizzare il libro

Ho raccolto le schede di lavoro secondo le differenti tematiche trattate, come indicato di seguito.

1. Attività che favoriscono la conoscenza reciproca tra alunni.
2. Attività per la gestione delle emozioni e la risoluzione dei conflitti.

3. Le pause di libertà: attività motorie, ludiche e grafiche per allentare la tensione in classe e favorire la concentrazione.
4. Attività cooperative, di riflessione ed elaborazione su temi di attualità.
5. Attività di valutazione. La pagella. Gli esami. Restituzioni finali.

Ogni scheda può essere letta e utilizzata indipendentemente dalle altre.

Ciascuna attività è concepita per uno specifico target di destinatari. Troverete indicazioni sia sul tempo indispensabile per attuarla sia sul materiale necessario, ma nulla vieta che con adeguate modifiche e accorgimenti possano essere utilizzate anche in altri contesti.

Le indicazioni tracciate all'inizio della scheda fanno riferimento alla mia personale esperienza, e sono orientative: ogni lettore potrà, in base al contesto nel quale lavora, adattarle, modificarle, estrapolarne solo un frammento per lui fruibile e congeniale.

La maggior parte del materiale è stato ideato per migliorare il clima relazionale nel gruppo classe e pertanto le tecniche utilizzate sono di matrice ludica, espressiva, motoria. In alcuni casi ho cercato di suggerire possibili applicazioni didattiche partendo dalle attività proposte, in modo da vivacizzare il tempo dell'apprendimento attraverso modalità divertenti e coinvolgenti.

Auguro a ogni insegnante o educatore che si avventura tra queste pagine di trovare spunti operativi per poter successivamente integrare e arricchire con la propria inventiva ed esperienza personale gli interventi che andrà ad attuare nel gruppo classe.

Buona lettura e buon lavoro!

Capitolo 1

Attività che favoriscono la conoscenza reciproca tra alunni

Le attività che seguono favoriscono l'*approccio iniziale con gli studenti*, per acquisire informazioni sulla classe e instaurare un clima di accoglienza e fiducia, funzionale ad approfondire e migliorare la *conoscenza reciproca tra compagni di classe*.

L'appello

DESTINATARI: Alunni della scuola dell'infanzia e della scuola primaria.

OBIETTIVO: Acquisire informazioni sullo stato psicofisico degli alunni.

DURATA: 15 minuti.

Questa semplice e fruibile attività è scaturita da alcune riflessioni e osservazioni effettuate in alcune classi della scuola primaria in seguito alle richieste di intervento da parte del corpo insegnante.

Nella mia memoria di alunna che ha frequentato la scuola intorno agli anni Settanta, ricordo l'*appello* come rito di accoglienza e saluto quotidiano mattutino. Sentirsi nominati ogni giorno dall'autorevole voce della maestra, e rispondere prontamente: «Presente!», era un modo per *affermare il proprio esserci*, pronti per affrontare la giornata e le ore dedicate all'apprendimento. Rappresentava un'occasione per scoprire se qualche compagna mancava e domandarsene il motivo, se l'assenza si protraeva oltre un giorno. Il rito si ripeteva puntuale ogni mattina inaugurando la lezione e si attendeva quasi con ansia di essere nominati. Se la maestra per distrazione saltava un nome, subito qualcuno alzava prontamente la mano per ricordare l'omissione di quel nominativo.

Il rituale immancabile si ripeteva anche nella scuola secondaria. Se talvolta l'insegnante dimenticava di fare l'appello e di segnare gli assenti, qualche zelante alunno lo ricordava interpretando il desiderio di molti, forse anche per sottrarre qualche minuto a una lezione pesante e impegnativa o sfuggire alla spada di Damocle di un'interrogazione annunciata.

Entrando nelle classi della primaria ho potuto notare che a volte l'appello viene sacrificato e omesso, sostituendolo semplicemente con la richiesta di segnalazione degli alunni assenti. Ma i presenti, in tal modo, vengono collocati in secondo piano, come se fosse più importante rilevare chi manca piuttosto che chi è presente.

L'accoglienza mattutina è una cartina di tornasole per dare avvio alla giornata di lavoro guardandosi prima negli occhi, incrociando sguardi e stati d'animo, per individuare il *clima emotivo* del gruppo classe e regolarsi di conseguenza.

Un appello eseguito accuratamente e non in modo distratto, superficiale e veloce fornisce informazioni utili per un'ottimale gestione della lezione.

L'insegnante si rapporta con esseri umani in continua evoluzione e mutamento, per questo occorre monitorare costantemente il proprio operato di educatore, perché la lezione non diventi sterile e cristallizzata all'interno di schemi magari stilisticamente e formalmente adeguati e precisi, ma che non trovano riscontro e risonanza con il tessuto emotivo e cognitivo dei piccoli discenti.

Pertanto, vorrei esortare e incoraggiare gli insegnanti che dovessero ritenere il rito dell'appello obsoleto o antico a rimetterlo in auge, evitando di relegarlo negletto in un angolo!

L'appello del come mi sento

DESTINATARI: Alunni della scuola dell'Infanzia e primaria.

OBIETTIVO: Acquisire informazioni sullo stato psicofisico degli alunni.

DURATA: 15 minuti.

Chiedete a ogni alunno di presentarsi utilizzando questa breve formula: «Buongiorno a tutti! Mi chiamo... e oggi mi sento...» (a questo punto l'alunno è invitato a esprimere come si sente: contento, annoiato, stanco, arrabbiato, felice, preoccupato, ecc.).

Dopo che l'alunno ha espresso il *suo stato d'animo* o semplicemente il *suo stato fisico* (potrebbe aver mal di pancia, essere assonnato o affamato perché ha saltato la colazione), esplorate con alcune domande le motivazioni delle sue sensazioni ed emozioni.

Potrete in tal modo acquisire elementi importanti e scoprire, ad esempio, che dietro alla stanchezza o al disinteresse di un alunno si nasconde l'abitudine di andare a letto tardi, non riposando le ore sufficienti per affrontare una mattinata di attenzione a scuola.

Qualche bambino potrebbe dichiararsi arrabbiato a causa di un litigio con il fratello o con un genitore, e così via.

L'aspetto emotivo, soprattutto nell'età evolutiva della scuola primaria, è un componente fondamentale che interferisce nella sfera dell'apprendimento e la condiziona. Un alunno triste, risentito o preoccupato non avrà la mente sgombra per assimilare liberamente i contenuti che con tanto zelo e solerzia la maestra cercherà di trasmettergli.

A volte si corre il rischio di scambiare per svogliatezza o mancanza di impegno quella che in realtà è solo stanchezza fisica o la conseguenza di un episodio accaduto nella giornata precedente.

L'invito che porgo a tutti gli insegnanti è pertanto di iniziare la mattinata scolastica testando l'umore e lo status di ogni alunno: i minuti dedicati a un appello più accurato e approfondito verranno comunque recuperati a un altro livello.

Una seconda variante del tradizionale appello, particolarmente adeguata agli alunni della scuola primaria, è la seguente.

Dopo aver nominato un alunno, lo si invita ad alzarsi, a recarsi in un angolo dell'aula ben visibile a tutti, e a esprimere il suo stato d'animo con una postura del corpo.

I bambini sono attori abilissimi quando si chiede loro di interpretare un'emozione o un vissuto attraverso la mimica sia facciale che corporea.

Chiedete di assumere una posa statica, plastica, come una statua.

Quindi invitate gli altri compagni, previa alzata di mano, a indovinare quale sia lo stato d'animo rappresentato dall'alunno in gioco.

In genere tutti indovinano, partecipano e si divertono nel raccontare attraverso il corpo come si sentono.

Attraverso questo semplice modo alternativo di fare l'appello, l'insegnante avrà inoltre permesso a ogni alunno di muoversi, uscendo dalla rigida struttura del banco, per offrire alla classe la presentazione di se stesso in modo originale e creativo.

Sono certa che, sulla base dei due suggerimenti proposti, ogni maestra potrà inventarne altri, coinvolgendo la classe stessa nella messa a fuoco di nuove idee per eseguire l'appello!

L'intervista

DESTINATARI: Alunni del secondo ciclo della scuola primaria e della scuola secondaria di primo e secondo grado.

OBIETTIVO: Conoscenza dei componenti del gruppo classe attraverso un'intervista.

DURATA: 2 ore.

MATERIALE: Carta e penna.

L'attività che segue è particolarmente indicata all'inizio di un nuovo ciclo di studi, quando gli studenti non si conoscono affatto, ma risulta efficace anche negli anni successivi, in quanto nel processo di sviluppo e crescita dell'essere umano gli interessi, i bisogni, i gusti mutano progressivamente.

L'idea di proporre un'intervista come metodo per acquisire informazioni e approfondire la conoscenza tra compagni è scaturita prendendo spunto da trasmissioni televisive o articoli di periodici, dove attraverso domande mirate e attente emerge la personalità dell'intervistato, evidenziando sia l'ambito della vita privata sia quello professionale o lavorativo.

Ho pertanto proposto nelle classi dove entro per la prima volta l'intervista come strumento facilitatore della conoscenza tra pari.

Ogni studente viene invitato a stilare delle domande al suo compagno di banco, con il fine di conoscere meglio diverse aree o diversi ambiti della sua vita: notizie anagrafiche, composizione del nucleo familiare, eventuale professione svolta dai genitori, preferenze gastronomiche, musicali o sportive.

Va lasciata sempre una traccia scritta alla lavagna prima di far partire la consegna, in modo che i ragazzi abbiano una pista di orientamento il più ampia possibile per la formulazione delle domande.

Nella prima fase dell'attività gli studenti si concentrano sugli interrogativi da porre all'intervistato, che risponderà subito in forma scritta.

In alcune classi, i docenti in compresenza sono stati coinvolti nell'esperienza, rispondendo questa volta oralmente alle curiosità relative alla loro vita privata. I ragazzi sono sempre attratti e desiderosi di esplorare alcune aree del quotidiano dei loro insegnanti al di fuori del contesto scolastico. Conoscere gusti personali, hobby o frammenti di vita adolescenziale rende il docente più vicino alla realtà dello studente, evitando che sia visto come su un piedistallo, spogliato di connotazioni, abitudini e scelte che caratterizzano ogni essere umano. Nella mia memoria di alunna riaffiora il ricordo di quanto fosse gradevole il momento in cui i professori, per allentare il ritmo della didattica, si lasciavano andare a condivisioni o racconti relativi alla propria vita familiare.

Terminata la consegna, si può procedere in diversi modi.

Ne propongo alcuni che ho sperimentato nella classe prima di una secondaria di primo grado.

- Il conduttore raccoglie tutte le interviste e poi le legge a voce alta, lasciando alla classe la possibilità di indovinare il nome dell'intervistato.
- Raccolti tutti i lavori, li si pone in un contenitore e ogni alunno ne pesca uno e, dopo averlo letto in silenzio, lo restituisce per pescarne un altro. Questa modalità consente a tutto il gruppo classe di acquisire un variegato bagaglio di informazioni sui compagni.
- Al termine dell'esperienza si invita la classe a una restituzione del vissuto. Ho rilevato quanto i ragazzi gradiscano esplorare diversi aspetti della vita dei loro pari, scoprendo affinità, aree di interesse comune, o differenze e particolari dei quali altrimenti non sarebbero venuti a conoscenza.

Qualora venga coinvolto anche il docente, la sua figura professionale si ammanta di un velo di simpatia e maggiore familiarità, aspetti che ricadono positivamente nella sfera dell'insegnamento e dell'apprendimento.

Applicazioni didattiche

L'intervista ha un'applicazione elettiva anche nei diversi ambiti disciplinari. Cito di seguito alcune applicazioni didattiche a guisa di esempio.

- Il *docente di storia* può utilizzare lo strumento dell'intervista come metodologia alternativa a una verifica nella sua materia. Dopo aver spiegato un determinato periodo storico o un personaggio rilevante quale Napoleone, Giulio Cesare, ecc., chiede ai suoi studenti di immaginare di formulare domande e risposte relative al personaggio studiato, indagandone aspetti della vita personale e pubblica e mettendosi nei suoi panni, coerentemente con il periodo storico in cui si colloca. La metodologia suggerita presuppone quindi un accurato e approfondito studio del protagonista, in modo da stilare quesiti congrui con il reale contesto storico di appartenenza. Gli studenti che si sono cimentati in questo esercizio riferiscono di essersi appassionati alla consegna, in quanto permette una sorta di identificazione e azione interattiva virtuale con il personaggio in questione.
- La stessa procedura è applicabile nell'*area musicale o artistica*: si individua un compositore o il rappresentante di una corrente pittorica e si invita lo studente a stilare l'intervista secondo lo stile suggerito al punto precedente. Particolarmente gradita risulta l'intervista virtuale al cantante rap in voga al momento.
- Concludo con un suggerimento per il *docente di scienze*, che individuerà uno scienziato o inventore con il quale gli studenti si immedesimeranno per raccogliere uno spaccato della sua vita personale e professionale.

L'autoritratto

DESTINATARI: Alunni del secondo ciclo della scuola primaria e della scuola secondaria di primo grado.

OBIETTIVO: Presentazione e conoscenza dei componenti del gruppo classe attraverso una semplice rappresentazione grafica.

DURATA: 2 ore.

MATERIALE: Carta, penna, matite colorate, pennarelli, materiale di cancelleria.

L'attività è indicata quando il conduttore di un gruppo entra in aula per la prima volta e desidera acquisire gli elementi per una conoscenza minima degli alunni con cui lavora, nonché favorire la conoscenza reciproca tra studenti.

Il conduttore consegna a ogni alunno un foglio di carta con l'invito a disegnare uno specchio e al suo interno il proprio autoritratto. È bene tranquillizzare subito i ragazzi che non si tratta di una prova di disegno o di abilità grafica: il fine dell'attività è quello di presentare se stessi attraverso un autoritratto che contenga i tratti salienti del proprio volto mettendone in evidenza solo alcune caratteristiche (il colore o la foggia dei capelli, eventuali occhiali, il colore degli occhi, ecc.).

Intorno al viso andranno poi tratteggiate alcune nuvolette, nello stile del fumetto, in cui l'alunno scriverà alcune qualità che gli appartengono e qualche difetto.

È buona prassi fornire esempi alla lavagna per sollecitare domande e fugare dubbi o incomprensioni rispetto alla consegna: il conduttore disegnerà la cornice di uno specchio alla lavagna e al suo interno tratteggerà il volto di un ragazzo qualsiasi, frutto della fantasia, e in un secondo momento delle nuvolette all'interno delle quali verranno descritti alcuni tratti di personalità.

Quando tutta la classe ha eseguito la consegna, è possibile procedere in diversi modi: qui di seguito ne suggerisco alcuni sperimentati personalmente.

- Terminato il proprio autoritratto anonimo, ogni alunno è invitato a piegare il foglio a metà e a posarlo sulla cattedra. Quando tutti avranno ultimato il lavoro, il conduttore pescherà un foglio alla volta e mostrandolo alla classe inviterà i presenti a riconoscere l'autore, previa alzata di mano. Individuato l'autore del ritratto, si possono invitare i compagni a commentare le caratteristiche che si è attribuito, al fine di verificare quanto la percezione che un alunno ha di se stesso coincida o si discosti dalla percezione che gli altri hanno di lui.
- Terminato il proprio autoritratto anonimo, ogni alunno è invitato a piegare il foglio a metà e a posarlo sulla cattedra. Quando tutti avranno ultimato il lavoro, il conduttore procederà a consegnare un disegno a ogni alunno invitandolo a indovinarne l'autore, dopo aver mostrato il ritratto a tutti. Se non indovina in prima battuta, possono intervenire i compagni, alzando la mano per evitare confusione e sovrapposizione di risposte.
- Terminato il ritratto, il conduttore proporrà uno scambio di disegno tra coppie di compagni, invitando gli alunni a commentare a voce le caratteristiche emerse. Nello scambio di vedute e di commenti tra compagni, chi lo desidera può aggiungere qualche nuvoletta al proprio autoritratto, arricchendola con il contenuto affiorato dal confronto con il compagno.

Una possibile variante della consegna consiste nel suggerire a ogni alunno di disegnare il ritratto del proprio compagno di banco, arricchendolo con le nuvolette all'interno delle quali scriverà pregi e caratteristiche positive e qualche difetto. In un secondo momento i due studenti si scambieranno i ritratti e ognuno commenterà nella coppia la percezione che l'altro gli ha restituito.

È bene lasciare che siano gli stessi ragazzi a suggerire il modo in cui direzionare il lavoro. Alcune delle idee che ho trascritto in questo libro sono scaturite proprio dalla fantasia e dalla creatività del gruppo classe con il quale ho lavorato.

La ricaduta sulla classe di questa semplice attività è sempre positiva, in quanto consente di sondare in un modo leggero e ludico la percezione che gli studenti hanno riguardo alla propria identità e a quella dei pari.

Riporto alcune delle considerazioni espresse da alcuni studenti di una classe prima della secondaria di primo grado, al termine della consegna.

Mi ha fatto piacere notare che alcuni compagni hanno notato delle qualità che io non pensavo di possedere!

Mi ha colpito vedere come alla fine siamo tutti molto simili sia nei difetti che nei pregi!

Non pensavo che anche altre ragazze si sentissero timide come me.

Ho capito che, al di là delle differenze fisiche, abbiamo tanti punti in comune.

Fare l'autoritratto all'inizio mi ha imbarazzata e credevo di non riuscirci... Alla fine mi sono divertita soprattutto nel guardare i ritratti dei miei compagni.

Mi ha fatto piacere quando il mio compagno di banco ha aggiunto una nuvoletta e ha scritto che sono simpatico e divertente! Non me lo aspettavo.

Indovina la domanda

DESTINATARI: Alunni del secondo ciclo della scuola primaria e della scuola secondaria di primo grado.

OBIETTIVO: Familiarizzare con il gruppo classe scambiandosi alcune informazioni su gusti personali, hobby o aspetti della personalità.

DURATA: 2 ore.

MATERIALE: Carta e penna.

L'attività è indicata soprattutto quando il conduttore entra in classe per la prima volta, in quanto fornisce elementi utili per avere un quadro generale su alcune caratteristiche degli alunni. È concepita come gioco — la forma ludica risulta sempre particolarmente gradita ai ragazzi, soprattutto quando si tratta di «indovinare» i gusti o le preferenze dei compagni.

Vediamone in dettaglio la spiegazione. Ogni studente è invitato a pensare a sei aspetti della sua vita personale: gusti gastronomici, il cantante preferito, città o Paese che vorrebbe visitare, una materia scolastica ritenuta particolarmente ostica, ecc. Consiglio al conduttore di fornire il maggior numero di esempi possibile in termini di caratteristiche elencabili, così che la scelta dei ragazzi possa spaziare tra un'ampia gamma di possibilità.

Gli alunni devono poi concepire queste informazioni come se fossero risposte a domande che li riguardano. Ad esempio, ipotizzando la domanda «Qual è il mio piatto preferito?», l'alunno nel suo foglio scriverà solo la risposta, quindi nello specifico potrebbe scrivere «pizza». Un altro esempio: ipotizzando la domanda «Quanti fratelli ho?», sul proprio foglio scriverebbe il numero di fratelli e sorelle.

Ricordo sempre che la spiegazione del gioco va fatta accuratamente, accertandosi che tutti i presenti abbiano ben compreso la consegna. Per evitare che vengano chiesti troppi chiarimenti e delucidazioni una volta avviata l'attività, è bene fornire esempi e riportarli alla lavagna così che tutti abbiano chiaro il compito da eseguire.

Abitualmente suggerisco di non formulare domande troppo banali, dalla cui risposta si evincerebbe immediatamente la domanda. Nel caso della risposta «pizza», ad esempio, è facilmente deducibile cosa abbia pensato l'alunno in questione.

Terminata la spiegazione, a ognuno viene consegnato un foglio in cui dovrà disegnare un cerchio diviso in sei spicchi. All'interno di ogni spicchio l'alunno scriverà la risposta alla domanda messa a fuoco mentalmente. Se qualcuno esprimesse dubbi sulla scelta della domanda, si può consigliare di rivolgersi all'insegnante presente o al conduttore per avere un consiglio, ma in tal caso lo farà a voce bassa, senza farsi sentire dai compagni.

È opportuno che, prima di iniziare, il conduttore fornisca un esempio concreto del gioco disegnando un cerchio alla lavagna diviso in sei spicchi e scrivendo risposte a domande riferite a qualcuno che si è offerto volontario.

Scritte le risposte, gli alunni piegano il foglio in quattro e lo consegnano al conduttore. Se i fogli sono firmati dall'autore, il gioco si incentrerà sull'indovinare le domande sottostanti alle risposte; se i fogli resteranno anonimi, gli alunni non solo cercheranno di indovinare le domande corrispondenti, ma anche l'autore del foglio (scelta che in genere i ragazzi prediligono).

Nella seconda fase dell'attività è possibile procedere in diversi modi, come indicato di seguito.

- Il conduttore prende casualmente un foglio, tra quelli consegnati, e legge a voce alta tutte le risposte, invitando gli alunni a indovinarne le domande (oppure le domande e l'autore), previa alzata di mano.
- L'insegnante consegna un foglio a ogni alunno, che legge ad alta voce le risposte ricevute e prova a indovinare le domande corrispondenti (oppure sia le domande sia l'autore). Se sbaglia, cede la parola a un compagno che ritiene di avere la risposta corretta.

Applicazioni didattiche

Indovina la domanda si presta ottimamente all'applicazione anche in ambito curricolare. All'interno di una verifica, ad esempio di storia o geografia, il docente può inserire sei o più risposte a domande riguardanti argomenti delle discipline in questione.

In alternativa, ogni alunno può formulare mentalmente sei domande e scrivere le relative risposte consegnando il foglio al docente. In un secondo momento l'insegnante provvederà alla distribuzione casuale dei fogli alla classe e ogni alunno potrà rispondere per via scritta o orale.

Una terza possibilità consiste nello scambiarsi i propri lavori tra compagni di banco.

Un'ultima indicazione: conviene lasciare che siano i ragazzi stessi a individuare altre modalità e strategie per l'applicazione dell'attività nell'ambito didattico. Saranno così aiutati a sviluppare il pensiero laterale e creativo e ad avere un ruolo più attivo e propositivo nel processo di apprendimento.

Indovina la bugia

DESTINATARI: Alunni del secondo ciclo della scuola primaria.

OBIETTIVO: Favorire la conoscenza reciproca degli alunni attraverso un'attività ludica.

DURATA: 2 ore.

La presente attività è adatta agli alunni del secondo ciclo della primaria, ma si può utilizzare anche come strumento per la formazione e la coesione del gruppo classe in una prima della scuola secondaria di primo grado. Come già sottolineato, le indicazioni sono generiche e vanno sempre adattate e modulate in base alle caratteristiche e ai bisogni della classe con cui si lavora.

Per lo svolgimento dell'attività, in prima battuta è preferibile far lavorare i ragazzi in coppia così come sono collocati nell'aula.

Lo studente dovrà comunicare al compagno di banco tre piccole informazioni che riguardano la propria vita, inserendone una falsa. Il compagno dovrà indovinare qual è la bugia tra le informazioni ricevute.

Come di consueto è utile suggerire alla lavagna una serie di informazioni come:

- *Il mio piatto preferito è la pizza.*
- *Quest'estate sono stato in vacanza in montagna.*
- *Ho un'amica che abita in Francia.*
- *Nel tempo libero vado a cavallo.*
- *Nella mia stanza ho un coccodrillo.*

Mi soffermo volutamente sull'ultima affermazione che un alunno di quinta della scuola primaria ha realmente inserito tra le tre, sviando abilmente il compagno che l'aveva individuata come falsa: l'informazione si è rivelata vera, poiché il coccodrillo a cui faceva riferimento era un pupazzo di peluche.

Gli esempi citati saranno utili per far sì che le informazioni fornite non siano né troppo semplici e scontate, né troppo difficili.

Una volta che le coppie si sono scambiate le informazioni, è possibile suggerire agli alunni di cambiare posto, consentendo l'arricchimento della conoscenza reciproca, finalità prioritaria dell'attività.

Un altro modo di svolgere l'attività consiste nel suggerire agli studenti di scrivere le tre informazioni su un foglio, che poi andrà consegnato al conduttore, firmato dal suo autore. In un secondo momento si leggerà a voce alta il contenuto, invitando la classe, previa alzata di mano, a indovinare quale delle tre informazioni sia falsa.

La ricaduta positiva di questa semplice e fruibile attività risiede nella possibilità concessa agli alunni di conoscere aree e ambiti della propria vita personale, prima inesplorati. Una classe, per diventare effettivamente «gruppo», ha bisogno in prima istanza di conoscersi a fondo. Non basta infatti convivere per ore nello stesso spazio per costituire un gruppo di lavoro coeso e unito: occorrono attività, collaborazioni e strumenti che mettano ogni alunno in grado di «scoprire» e apprezzare il multiforme microcosmo dell'altro.

Mi presento così

DESTINATARI: Alunni della scuola primaria e della scuola secondaria di primo grado.

OBIETTIVO: Familiarizzare con gli studenti durante un primo incontro e favorire la conoscenza tra i componenti del gruppo classe.

DURATA: 2 ore.

MATERIALE: Carta e penna, un contenitore (scatola, busta, cestino).

L'attività può essere svolta nel corso di un primo intervento in classe, al fine di familiarizzare con i ragazzi e creare un clima di ascolto, empatia e fiducia, ingredienti fondamentali per lavorare serenamente ed efficacemente nella scuola.

È buona norma che il conduttore si presenti sempre quando entra in aula, spiegando il suo lavoro, le sue competenze e il senso dell'intervento. Nell'eventualità in cui sorgessero domande o curiosità da parte degli alunni, è consigliabile rispondere sempre con precisione, sincerità e chiarezza.

Terminata la presentazione, il conduttore invita gli alunni a procurarsi carta e penna e fornire una breve descrizione di se stessi, in forma anonima, rispondendo ad alcune domande scritte alla lavagna.

Le domande da formulare possono riguardare ad esempio i gusti dei ragazzi, i loro hobby, alcune caratteristiche della personalità, un desiderio nascosto, ecc.

Riporto alcune delle domande ideate nel corso di interventi che ho condotto, in modo che fungano da stimolo e linea guida per elaborarne altre.

- *Quale Paese straniero vorresti visitare?*
- *Qual è il tuo cantante preferito?*
- *Quale materia ti appassiona di più?*
- *Cosa ti piace fare nel tempo libero?*

- *Scrivi una tua qualità e un tuo difetto.*
- *Hai un sogno nel cassetto?*

Quando tutti gli alunni hanno risposto alle domande, li si invita a piegare in quattro parti il foglio e a depositarlo in un contenitore da reperire in classe (potrà andar bene una scatola, una busta, un sacchetto, anche un cappello).

Nella seconda fase dell'attività, ogni alunno è invitato a turno a estrarre a sorte un foglio e a consegnarlo al conduttore, che lo leggerà a voce alta.

Lo scopo del gioco è indovinare l'autore delle risposte. Chi pensa di aver indovinato alza la mano prenotandosi e, se non ha riconosciuto il compagno, cede a un altro la possibilità di indovinare.

Questa forma ludica di presentazione è sempre molto gradita, poiché consente di verificare quanto gli alunni si conoscano tra loro e di esplorare alcune aree della personalità, oltre ad abitudini e gusti spesso sconosciuti. Inoltre, può essere utilizzata per individuare l'argomento che gli alunni vorrebbero trattare nel corso dei successivi interventi. In tal caso, l'ultima domanda può essere formulata in questo modo:

- *Scrivi un argomento di tuo interesse che ti piacerebbe affrontare e approfondire in classe.*

Per aiutare i ragazzi nell'individuare il tema da sviscerare insieme, si possono citare alcuni esempi come il bullismo, le prepotenze, l'amicizia tra pari, la differenza di genere, la gestione delle emozioni.

Il conduttore scriverà alla lavagna tutti gli argomenti emersi e inviterà la classe a votare, tramite alzata di mano, per selezionare il tema che riscuote maggior interesse.

La mia forza, la mia fragilità

DESTINATARI: Alunni della scuola secondaria di primo e secondo grado.

OBIETTIVO: Riflessione personale e condivisione nel piccolo gruppo su alcuni aspetti della personalità.

DURATA: Due o tre incontri della durata di 2 ore ciascuno.

MATERIALE: Carta e penna.

L'attività qui proposta è scaturita in seguito a un intervento in una classe seconda della scuola secondaria di secondo grado, dove la richiesta dei ragazzi riguardava il tema dell'autostima.

Come di consueto, dopo un'introduzione sulla tematica scelta di circa quaranta minuti, ho sollecitato l'intervento dei ragazzi, chiedendo loro cosa ne pensassero. La discussione è stata molto vivace e partecipe, e non si è esaurita in un solo incontro. Sia i ragazzi che l'insegnante hanno espresso il bisogno di continuare a riflettere sui contenuti emersi per sviscerarli e approfondirli ulteriormente.

Ho pertanto preso spunto dal materiale affiorato, invitando i ragazzi a scrivere su un foglio quali fossero i personali punti di forza e fragilità. Anche in questo caso, la riflessione è stata proposta in forma anonima, in modo che ognuno si sentisse libero di esporsi senza timore di essere giudicato, criticato o tanto meno deriso da un compagno. In un clima di rispettoso silenzio tutti hanno eseguito la consegna, impegnandosi con serietà e profondità. Consegnati tutti i biglietti, ho chiesto al gruppo classe che uso avrebbe voluto fare di quel lavoro e la maggioranza ha espresso la volontà di una lettura a voce alta per una condivisione collettiva dei vissuti e delle riflessioni.

Le considerazioni scaturite sono risultate molto interessanti, tanto da meritare ulteriori elaborazioni e attenzione. La maggior parte degli studenti è stata compatta e unanime nel constatare quanto la fragilità di uno fosse percepita come propria anche dagli altri.

L'attività sarebbe potuta terminare in seguito alla condivisione collettiva, ma insieme ai ragazzi abbiamo deciso di continuare ad

approfondire il tema, proponendo una riflessione in piccoli gruppi. La consegna è stata la seguente:

Formare liberamente gruppi di quattro unità: all'interno di essi a turno ogni componente condividerà una sua fragilità. Gli altri, dopo aver ascoltato in silenzio, evitando commenti e valutazioni negative, proveranno a suggerire soluzioni e strategie utili per affrontare e superare quel punto debole.

I gruppi si sono formati velocemente e solo due ragazzi non hanno accettato di mettersi in gioco. Pertanto, ho suggerito loro di aggiungersi a uno dei gruppi formati, assumendo il ruolo di spettatori, presenti ma in silenzio. In tal modo anche i due studenti hanno partecipato all'esperienza calandosi nel ruolo di osservatore attivo. È stato molto interessante osservare tutti i gruppi lavorare e partecipare con impegno e serietà all'attività proposta.

Terminata l'esperienza, ho richiesto come di consueto una restituzione del lavoro svolto.

L'aspetto più interessante è stato sentire quanto fosse stato utile e proficuo il confronto su alcuni temi e aspetti riguardanti se stessi, sui quali non si erano mai confrontati. All'interno di ogni gruppo di lavoro, i partecipanti si erano sentiti liberi di esprimersi e confrontarsi su un aspetto della loro personalità che non avrebbero mai pensato di condividere. L'ascolto di fragilità o punti deboli altrui in qualche modo aveva ridimensionato la percezione della propria zona d'ombra. I ragazzi, inoltre, messi in una condizione di fiducia e responsabilità, hanno esternato risorse e soluzioni efficaci, fornendo punti di vista differenti e arricchenti.

A conclusione degli incontri, la docente in compresenza, constatata la ricaduta positiva dell'attività sulla classe, mi ha comunicato la decisione di istituire, con cadenza periodica mensile, un momento di confronto e apertura su tematiche affini agli interessi e ai bisogni degli studenti.

Nei panni di un professore

DESTINATARI: Alunni della scuola secondaria di primo e secondo grado.

OBIETTIVO: Acquisire informazioni sulla percezione che gli alunni hanno di se stessi.

DURATA: 2 ore.

MATERIALE: Carta e penna.

L'attività seguente è adatta ad alunni che possiedono già una discreta conoscenza dei loro professori. Pertanto, può essere adeguatamente proposta in classi di ogni ordine e grado a eccezione dei primi mesi della scuola secondaria di primo grado, in cui si consiglia di attendere fino agli scrutini del primo quadrimestre.

Il fine dell'intervento consiste nell'ottenere una radiografia di come l'alunno si percepisce, fornendo una presentazione di se stesso in modo descrittivo, immaginando che a eseguirla sia il professore, nei cui panni l'alunno deve quindi immedesimarsi.

Il ragazzo dovrà quindi *parlare di sé in terza persona*, come se a descriverlo fosse il suo professore di lettere, di matematica o di inglese: a lui la libera scelta.

Suggerisco di consegnare agli alunni una scheda prestampata dove venga esplicitata con chiarezza la consegna. Ogni conduttore può elaborare la scheda a suo piacimento in base agli elementi che vuole rilevare.

Riporto le indicazioni che ho fornito ai gruppi classe di una scuola secondaria di primo grado.

- *Immagina di essere un professore e di presentare te stesso. Metti in evidenza i tuoi punti di forza, ossia le materie dove il tuo rendimento è almeno sufficiente, i punti di debolezza (materie con valutazione insufficiente), pregi e difetti del tuo carattere, il comportamento in classe con i docenti e con i compagni.*
- *Esprimi, sempre mettendoti nei panni del professore, una valutazione sommaria sul tuo rendimento scolastico, ed eventualmente fornisci*

dei consigli per il metodo di studio o per colmare eventuali lacune nell'apprendimento.

Naturalmente, come ho già sottolineato per le altre attività, ogni insegnante può e deve attingere alla propria inventiva personale per tarare e monitorare la proposta di lavoro sulle reali esigenze e bisogni del proprio gruppo classe.

Nella mia esperienza personale ho potuto constatare come i ragazzi spesso siano severi e intransigenti con se stessi, in misura anche maggiore dei loro insegnanti; inoltre, messi in condizione di esprimersi liberamente, non mentono e dichiarano apertamente le loro difficoltà, lacune, carenze o limiti. Quindi, se usata nel modo adeguato, tale attività può diventare uno strumento per cogliere aspetti della personalità dell'alunno, timori e aspettative, difficoltà relazionali, e ulteriori caratteristiche utili al corpo docente.

La presentazione nei panni del professore può essere ottimamente utilizzata prima degli scrutini finali, con lo scopo di verificare quanto la percezione che l'alunno ha di se stesso e della sua preparazione coincida con la valutazione da parte del docente.

Un'altra opzione consiste nell'utilizzare questa forma di *auto-valutazione in prossimità dell'esame finale*. In tal caso, il fine risiede nel sondare lo stato d'animo, le aspettative e i timori degli alunni, testando la percezione personale della loro preparazione in vista del traguardo conclusivo del ciclo di studi.

Di seguito, un esempio di esercizio e di alcune tra le descrizioni più significative che ho raccolto.

Immagina di essere un professore e di presentare te stesso in vista dell'esame di terza media. Nel descriverti metti in evidenza i punti di forza, ossia le materie dove il tuo rendimento è buono e non riporta insufficienze, i punti di debolezza (materie con valutazione insufficiente), pregi e difetti del tuo carattere, il comportamento in classe con i docenti e con i compagni.

Suggerisci inoltre qualche strategia per arrivare all'esame preparato e termina la descrizione con l'orientamento per le scuole superiori.

L'alunna C. è particolarmente brava nelle materie artistiche come musica, arte e tecnica, mentre i suoi punti deboli sono storia e geografia. Nelle altre materie va discretamente ma il suo impegno non è continuo. È solare e sa approcciarsi con i suoi compagni, durante la lezione ascolta ma è anche chiacchierina. Il suo difetto è la non continuità del suo impegno. A volte si chiude in se stessa e per questo bisognerebbe aiutarla.

L'alunno M. va particolarmente bene in matematica, scienze, tecnica, musica e francese. In inglese e arte non va male però sono materie che non gli piacciono. M. studia, si impegna e fa sempre i compiti a volte però parla con i compagni durante la lezione. In classe aiuta abbastanza i compagni. Gli consiglierei di continuare a studiare come fa adesso e di impegnarsi di più in inglese perché in futuro gli servirà molto. Come scuola superiore gli consiglierei un liceo scientifico o un istituto tecnico.

L'alunna B. va bene in italiano, matematica, inglese e musica mentre è carente in tecnica, storia e geografia. Nel secondo quadrimestre non è andata molto bene, soprattutto in scienze. Non svolge i compiti in modo costante, ha un po' il problema nell'esprimersi. È socievole ma in certi casi diventa scorbutica. Quando qualcuno è in difficoltà lo aiuta volentieri. L'alunna quando si applica riesce a raggiungere livelli alti ma quando non si applica si accontenta del sei. Le consiglio di studiare molto e di esercitarsi soprattutto nella esposizione orale.

Annotazioni personali

Lo spazio che segue può essere utilizzato dal lettore per scrivere la consegna della scheda che ha ideato per gli alunni, o alcune considerazioni personali su qualche ragazzo, o altre riflessioni scaturite dalla lettura degli elaborati.

Il cerchio della conoscenza

DESTINATARI: Studenti della scuola secondaria di secondo grado.

OBIETTIVO: Approfondire la conoscenza reciproca tra compagni di classe.

DURATA: Due incontri di 2 ore ciascuno.

Per essere un gruppo non basta condividere lo spazio comune di un'aula scolastica: il gruppo non è la mera somma dei suoi componenti, ma un'entità con un'identità propria che funziona solo se al suo interno vengono sviluppate abilità e competenze trasversali.

Se immaginiamo la formazione del team scolastico come una piramide al cui vertice poniamo la realizzazione e il buon funzionamento del gruppo, inevitabilmente alla base della piramide collochiamo la dimensione della conoscenza reciproca.

Una collaborazione proficua è imprescindibile dalla conoscenza profonda di chi ci affianca perché molte incomprensioni, fraintendimenti e contrasti scaturiscono da una scarsa o travisata conoscenza di chi si ha dinanzi.

I giovani del terzo millennio vivono immersi in una realtà dove la comunicazione interpersonale è quasi totalmente mediata e trasmessa attraverso la forma digitale e informatica: la conseguenza è che il potere della parola viene spogliato delle sue connotazioni essenziali, come il tono e il timbro della voce, la mimica e l'espressione facciale.

Sono le emoticon, frequentemente usate nel linguaggio digitale, che sostituiscono l'espressione della componente emotiva, assolvendo la funzione di arricchire e completare un linguaggio che risulterebbe altrimenti poco espressivo, tecnico e formale. Ma l'ottanta per cento della comunicazione è veicolata attraverso il linguaggio non verbale, e il risultato è dunque che il contenuto arriva distorto, deprivato e impoverito, spesso mal interpretato.

L'attività qui proposta vuole essere una delle tante strategie possibili per facilitare la comunicazione e lo scambio di informazioni

de visu tra compagni da classe che, pur condividendo molte ore di una giornata, spesso si rivelano «perfetti sconosciuti».

La proposta dell'attività va sempre preceduta dalla spiegazione e dalla condivisione del senso e degli obiettivi che essa sottende, in modo che ogni studente possa sentirsi libero di partecipare o astenersi.

Nella mia personale esperienza è capitato talvolta che qualcuno non abbia voluto *in primis* essere coinvolto nel lavoro suggerito: la strategia che adotto in questi casi è quella di non forzare la mano, bensì assecondare la volontà dello studente, il quale, sentendosi rispettato e libero di osservare dall'esterno il lavoro altrui, chiede in un secondo tempo di partecipare. Premesso ciò, va richiesto agli studenti di dividersi in coppie, sedendosi l'uno di fronte all'altro.

1. *Il primo esercizio consisterà nel guardarsi negli occhi per tre minuti, evitando di proferire parola, utilizzando sia lo sguardo che l'espressione e la mimica facciale per inviare un messaggio al compagno di fronte. Prima lavora un componente della coppia e l'altro cerca di decodificare il messaggio ricevuto, poi si invertono i ruoli. Al termine dell'esperienza i partecipanti si scambiano impressioni e vissuti rispetto all'esercizio proposto.*

Nel caso in cui il numero dei presenti sia dispari, si può coinvolgere il docente, se disponibile, oppure si può invitare lo studente che rimane fuori dall'esercizio a calarsi nel ruolo di osservatore esterno. Quindi si può chiedere di scambiare le coppie almeno per tre o quattro volte. A questo primo esercizio vanno dedicati circa venti minuti.

2. *Chiedete, anche per questo secondo esercizio, di costituire delle coppie che lavoreranno l'uno seduto dinanzi all'altro.*

Gli studenti sono invitati a chiudere gli occhi. A turno ogni partecipante esprime al proprio partner il maggior numero di qualità

e aspetti positivi che lo riguardano. Il ricevente accoglie in silenzio le considerazioni del compagno, senza confutarle o commentarle. Quando tutti e due i componenti della coppia hanno terminato l'esperienza, si scambiano un feedback sul vissuto. Quindi si invitano i partecipanti a scambiare le coppie così che tutti abbiano modo di confrontarsi con il maggior numero possibile di compagni.

Terminata l'esperienza, è consigliabile ricostituire un cerchio di sedie e invitare ognuno a esprimere e condividere con gli altri il suo vissuto. In seguito all'esperienza proposta, in accordo con la docente di diritto, le studentesse hanno deciso di riproporre *Il cerchio della conoscenza* almeno una volta al mese, o con maggiore frequenza nel caso ce ne fosse stata la necessità, scegliendo di volta in volta l'argomento sul quale confrontarsi.

Riporto di seguito alcune delle restituzioni finali offerte dalle studentesse di una classe quarta di una scuola secondaria di secondo grado, selezionandole tra quelle più rappresentative e significative del gruppo.

L'esercizio del guardarsi senza parlare è stato interessante anche se un po' imbarazzante. Mi è piaciuto avere l'occasione di parlare con tutte e di poterlo fare verbalmente e non tramite sms di WhatsApp.

Non mi ha stupito ciò che mi hanno detto perché sono tutti aspetti di me che già conoscevo. Ma sentirseli dire da fuori mi ha fatto piacere.

Nell'esercizio del guardarsi senza parlare, è stato difficile capire il messaggio dell'altro, ma comunque mi ha coinvolto e incuriosito come esperienza!

Nell'attività a occhi chiusi, ho fatto fatica a mantenerli così tutto il tempo! Ogni tanto avevo «bisogno di aprirli... forse era il mio desiderio di controllare ciò che mi succede intorno?».

Non mi è stato detto niente che non conoscessi di me stessa. Ma mi ha meravigliata scoprire che quasi tutte abbiano carpito alcuni aspetti della mia persona che pensavo non fossero evidenti.

Di queste attività ho apprezzato la possibilità che ci è stata offerta di parlarci sinceramente e poterci dire delle cose che prima non ci eravamo mai comunicate.

Sarebbe importante e educativo poter avere più frequentemente l'occasione di scambiarsi opinioni, impressioni, e perché no? Anche emozioni! Non pensavo che potessero venire fuori vissuti importanti da una semplice attività!

Lavorare con la Prof. all'inizio mi ha imbarazzata, ma poco dopo la Prof. mi ha messa a mio agio e mi sono sentita libera e tranquilla nell'esprimere il mio pensiero. In quel momento non la vedevo più sotto le spoglie di un'insegnante, ma semplicemente come una donna, una persona come tante altre!

Musica, maestro!

DESTINATARI: Alunni dell'ultimo anno della scuola dell'infanzia e della scuola primaria.

OBIETTIVO: Familiarizzare con i nomi dei partecipanti.

DURATA: 1 ora.

AMBIENTAZIONE: Palestra o aula grande senza i banchi.

MATERIALE: Impianto audio per CD.

L'attività prende spunto da alcuni esercizi di espressione corporea, ed è particolarmente utile per familiarizzare con il gruppo classe proponendo un gioco che allenta le tensioni, diverte e aiuta a familiarizzare con gli altri. È sicuramente un'attività da proporre nel corso del primo intervento poiché contribuisce a creare un clima empatico e piacevole tra i componenti della classe.

Vediamo in dettaglio la descrizione dell'attività. Si propone ai bambini di camminare liberamente nello spazio ascoltando la musica e mettendosi nei panni di un personaggio che di volta in volta verrà suggerito dal conduttore. L'obiettivo del gioco è assumere l'andatura del personaggio nominato: ad esempio, si potrà indicare di camminare come robot, astronauti nello spazio, anziani molto stanchi, bambini molto felici o, al contrario, arrabbiati. La camminata dovrà avere una durata ridotta, al massimo un minuto.

Prima di passare all'andatura successiva, il conduttore dovrà interrompere la musica e invitare i partecipanti a fermarsi di fronte a un compagno e a salutarsi dandosi la mano, dicendo il proprio nome e assumendo la postura e l'atteggiamento del personaggio o dello stato d'animo suggerito. Pertanto, se il personaggio è un robot ci si saluterà con movimenti scattanti e voce metallica, se ci si cala nei panni di un anziano si camminerà lentamente e un po' curvi, parlando con tono di voce debole e tremolante, e così via.

Dopo ogni saluto, il conduttore riaccende la musica fornendo un altro stimolo.

I bambini si divertono moltissimo nel mimare personaggi diversi e sono estremamente abili nel cambiare andature, toni della voce ed espressioni facciali. Inoltre, è possibile chiedere agli stessi partecipanti di suggerire alcuni personaggi o stati d'animo, sollecitando in tal modo la creatività e l'inventiva personale.

Questa attività può essere utile quando l'insegnante rileva che la classe è stanca, annoiata e non riesce più a seguire con attenzione la lezione proposta, poiché il movimento e l'ascolto della musica sono due elementi elettivi per riattivare l'attenzione e far circolare nuova energia all'interno della classe.

Annotazioni personali

Qui di seguito l'insegnante può scrivere alcuni personaggi che ha suggerito e che sono stati particolarmente graditi e appuntare le musiche usate per le andature.

Per una riuscita ottimale dell'attività, risulta elettiva la musica classica, in particolare le composizioni di Mozart e Vivaldi.

L'albero delle qualità

DESTINATARI: Alunni della scuola primaria e della scuola secondaria di primo grado.

OBIETTIVO: Acquisire informazioni per conoscere il gruppo classe.

DURATA: 2 ore.

MATERIALE: Carta, matite colorate o pennarelli, piccolo impianto audio per CD musicali.

Conoscere gli alunni con cui si lavora è uno degli obiettivi principali di ogni insegnante e conduttore di un gruppo. A tal fine, è consigliabile imparare prima possibile i nomi dei ragazzi con cui si lavora: sentirsi riconosciuti e chiamati per nome è un elemento che crea immediatamente empatia e spirito di collaborazione.

La presente attività trae ispirazione da un test grafico proiettivo molto noto e usato in ambito psicologico: il *test dell'albero*. La versione che propongo vuol essere uno strumento per attingere informazioni sulla percezione che i ragazzi hanno nei confronti di se stessi.

Prima di spiegare l'attività, è buona prassi chiarire il senso e la motivazione del lavoro che si propone.

Vediamo la spiegazione in dettaglio.

Il conduttore dovrà chiedere agli alunni di presentare se stessi attraverso il disegno di un albero, e di scrivere alcune qualità o caratteristiche della propria personalità nelle foglie o nei frutti dell'albero prescelto.

È sempre utile fornire degli esempi prima di far eseguire l'attività: il conduttore può disegnare un albero alla lavagna, tratteggiando frutti e foglie e scrivendo in essi alcuni aspetti della personalità. Ad esempio:

- *Sincerità*
- *Gentilezza*
- *Timidezza*
- *Altruismo*

- *Generosità*
- *Permalosità.*

Per gli alunni della scuola primaria, si può suggerire di scrivere come si definiscono attraverso gli aggettivi:

- *Sinceri*
- *Gentili*
- *Generosi*
- *Timidi*
- *Gioiosi*
- *Arrabbiati*
- *Tristi*
- *Curiosi*
- *Pigri.*

A discrezione del conduttore, si può accompagnare l'attività con l'ascolto di una musica di sottofondo che evochi i suoni della natura.

Ogni alunno è invitato a lasciare il proprio lavoro anonimo e, una volta completato, a consegnare il disegno al conduttore che può decidere di proseguire seguendo diverse modalità, come indicato di seguito.

1. *Tutti gli alberi sono appesi ai muri dell'aula e si lascia che ognuno legga e ammira gli alberi dei coetanei.*
2. *L'insegnante prende un disegno alla volta, lo mostra al gruppo classe leggendone le qualità espresse e chiedendo di indovinare l'autore, previa alzata di mano.*
3. *Si distribuiscono a caso i disegni agli alunni, consentendo a ognuno di indovinare l'autore dell'albero che gli è capitato.*

L'insegnante in un secondo momento è invitato a riflettere sulle qualità affiorate e delineate dai propri alunni: in alcuni casi sarà

possibile rilevare una coincidenza e sovrapposizione tra le qualità che l'alunno si attribuisce e quelle riconosciute anche dall'insegnante; in altri casi, invece, il disegno può essere utile per rilevare la difficoltà di un alunno nell'attribuirsi un pregio, e quindi lo si aiuterà successivamente a valorizzare una qualità non riconosciuta.

Lascio all'inventiva e alla creatività personale l'individuazione di altre strategie nel proporre l'attività suggerita.

Riporto di seguito uno dei disegni realizzato da uno studente del primo anno della scuola secondaria di primo grado.



Ti racconto di me

DESTINATARI: Alunni del secondo ciclo della scuola primaria e alunni della scuola secondaria di primo grado.

OBIETTIVO: Favorire la conoscenza reciproca tra i componenti del gruppo classe.

DURATA: 2 ore.

La seguente attività è particolarmente indicata per aiutare i ragazzi a familiarizzare tra loro e a conoscersi meglio acquisendo informazioni relative alla vita familiare, ai propri gusti, hobby, opinioni personali.

Ho potuto verificare che questo esercizio risulta essere molto utile anche quando il gruppo classe è lo stesso da qualche anno, perché favorisce una maggiore coesione e collaborazione tra alunni, anche laddove esistano contrasti, opposizioni e ostilità. Prima di addentrarsi nella spiegazione, ne vanno premesse le finalità e, come di consueto, si scrive alla lavagna la consegna, in modo che tutti comprendano e abbiano presente visivamente il compito richiesto: individuare e descrivere cinque situazioni che riguardino la propria vita privata o scolastica.

Fornisco qui di seguito gli esempi che ho utilizzato in alcune classi, riscuotendo consenso e coinvolgimento emotivo nella maggior parte dei casi.

- *Descrivi un episodio buffo della tua infanzia che ricordi o che ti hanno raccontato i tuoi genitori.*
- *Parla del tuo gioco preferito quando eri piccolo.*
- *Racconta uno scherzo simpatico fatto o ricevuto.*
- *Parla di un amico o parente che ti sta particolarmente a cuore.*
- *Descrivi brevemente la trama di un film visto recentemente e che ti ha appassionato.*

Dopo aver scritto la consegna alla lavagna, va lasciato ai ragazzi il tempo di individuare mentalmente quale episodio raccontare per

primo. Effettuata la scelta, ogni alunno espone al proprio compagno di banco l'episodio selezionato.

Eseguita la consegna da parte di tutti, gli alunni potranno cambiarsi di posto e riportare lo stesso episodio a un altro compagno, oppure scegliere un'altra tra le opzioni segnate alla lavagna. Si continua secondo questa modalità per circa mezz'ora, facendo in modo che i ragazzi condividano i loro vissuti con il maggior numero di compagni. Va prestata attenzione che si creino anche coppie miste: nella secondaria di primo grado infatti la tendenza spontanea è privilegiare gli appartenenti al proprio sesso.

Quando la maggior parte della classe ha avuto modo di condividere i vissuti con diversi partner, si chiede di ritornare ai propri posti per passare alla condivisione in plenaria, preferibilmente disponendo le sedie in cerchio o, se la scuola lo consente, utilizzando un'aula apposita dove non ci siano i banchi.

Quindi si procede secondo diverse modalità.

Una delle strategie che riscuote maggiore successo consiste nel proporre l'*inversione di ruolo*: si invitano due alunni che hanno lavorato insieme a uscire dal cerchio, o comunque a collocarsi in un angolo dell'aula dove siano ben visibili al resto della classe, e a riportare l'episodio raccontato dal partner mettendosi nei suoi panni, come se l'avesse vissuto in prima persona, presentandosi anche con il nome del compagno.

Al vero protagonista dell'episodio spetta il compito di ascoltare in silenzio senza interrompere e correggere eventuali errori o inesattezze nel racconto. Solo al termine dell'esperienza entrambe le parti sono invitate a precisare quanto il compagno sia stato fedele e preciso nell'espone i particolari o abbia alterato e omesso alcuni frammenti della vicenda.

Tale metodologia consente di evidenziare diversi *aspetti della comunicazione*: uno dei primi elementi che affiora è l'*attenzione selettiva* nei confronti delle storie ascoltate. Molti particolari, infatti,

vengono omessi, sia per distrazione, sia perché ritenuti irrilevanti, o semplicemente perché nella ricezione di un messaggio agiscono e interferiscono i filtri personali: vissuti, credenze, opinioni, che creano un setaccio permeabile solo ad alcune informazioni.

Immedesimarsi nei panni altrui consente inoltre di instaurare una relazione empatica più profonda e autentica, costituendo quindi un terreno fertile per cementare e rafforzare i legami di coesione nel gruppo classe.

Al termine dell'intervento si può chiedere una restituzione in forma scritta o verbale per testare il gradimento dell'esperienza appena vissuta. Nella maggioranza dei casi i ragazzi apprezzano la possibilità offerta loro di conoscersi meglio, acquisendo informazioni e spaccati di vita spesso sconosciuti. In alcune classi, i docenti hanno rilevato che in seguito all'attività si sono ridimensionate o smorzate alcune idiosincrasie tra compagni e si sono rafforzati e solidificati rapporti di amicizia e solidarietà.

Ti apprezzo molto quando...

DESTINATARI: Alunni del secondo ciclo della scuola primaria e del primo anno della scuola secondaria di primo grado.

OBIETTIVO: Migliorare il clima relazionale attraverso l'individuazione e la comunicazione di qualità e comportamenti graditi tra componenti del gruppo classe.

DURATA: 2 ore.

L'attività è stata applicata efficacemente nelle classi quarte e quinte della scuola primaria e in alcune prime della secondaria di primo grado, ma ritengo che con opportune modifiche e adattamenti possa essere utilizzata anche in classi di ordine superiore.

Qui di seguito riporto le indicazioni e le modalità che personalmente ho adottato, ricordando sempre che ogni classe è unica: ogni alunno rappresenta un microcosmo a sé e pertanto spetta all'abilità e alla flessibilità del conduttore del gruppo adattare e modificare l'attività a seconda delle esigenze e dei bisogni rilevati.

Per l'ottimale riuscita dell'intervento è consigliabile disporre gli alunni seduti in cerchio, in modo che ognuno abbia la possibilità di osservare gli altri. Tale disposizione facilita di per sé la comunicazione, poiché tutti i partecipanti sono allo stesso livello, inseriti in un processo circolare.

Il fine del gioco è quello di lasciar emergere dai componenti del gruppo apprezzamenti e valorizzazioni nei confronti dei compagni e di conseguenza *migliorare il clima relazionale*.

Il conduttore suggerisce di esplicitare alcune qualità o pregi graditi nell'altro oppure comportamenti particolarmente apprezzati e fonte di gratificazione.

È sempre opportuno offrire degli esempi per facilitare la consegna e fornire un ventaglio di alternative possibili.

Qui di seguito riporto alcuni dei suggerimenti utilizzati in una classe quinta della primaria.

- *Mi sei molto simpatico quando mi presti il materiale.*
- *Mi piace molto quando fai battute scherzose.*
- *Mi fa piacere quando mi inviti a giocare con te.*
- *Sono contenta quando mi scegli come tua confidente.*
- *Di te mi piace la tua sincerità.*
- *Apprezzo la tua generosità e gentilezza.*
- *Sono felice quando mi inviti a fare i compiti con te.*
- *Mi è rimasta impressa quella volta in cui hai preso le mie difese.*
- *Sei veramente molto bravo quando giochi a calcio.*

È preferibile offrire diversi esempi, in modo che gli alunni possano spaziare e scegliere tra una vasta gamma di possibilità e alternative per potersi riconoscere in alcune di esse.

Quando tutto il gruppo classe ha afferrato correttamente la consegna, si avvia l'attività: a turno un alunno si alza, si reca in piedi dinanzi a un compagno e guardandolo possibilmente negli occhi gli esprime il suo apprezzamento. Il ricevente accoglie il messaggio senza commento, e semplicemente si limita a rispondere: «Grazie per avermelo detto!».

A seconda del tempo a disposizione, si programma l'attività in modo che a turno ogni alunno esprima la sua opinione nei confronti di tutti, magari partendo dal compagno seduto accanto, senza omettere nessuno.

Qualora l'esperienza venga applicata lasciando che ogni alunno si rivolga a uno solo dei suoi compagni, si corre il rischio che qualcuno venga ignorato e qualcun altro venga riconosciuto e stimato ripetutamente per le stesse qualità. Questa dinamica è assolutamente normale: in una classe si configurano sempre figure leader che catalizzano consensi, ammirazione ed emulazione, mentre altri alunni si isolano e si distaccano dal gruppo.

La finalità del gioco risiede nel migliorare il clima relazionale, pertanto è auspicabile che vengano facilitate la comunicazione e la relazione tra tutti i componenti.

Completata la consegna tra compagni, anche l'insegnante è invitato a esprimere il suo apprezzamento nei riguardi di ciascun alunno.

All'interno di un gruppo classe sono frequentemente presenti alunni il cui comportamento genera disagio nell'insegnante e nei compagni, a livello sia didattico che relazionale. Riuscire a evidenziare e valorizzare aspetti positivi della personalità o aree del comportamento in cui l'alunno agisce senza difficoltà costituisce senza dubbio un rinforzo positivo per lo studente, che si sente riconosciuto e apprezzato al pari di altri.

Terminato il gioco, è bene verificare che tipo di ricaduta abbia avuto sulla classe l'attività proposta attraverso diverse modalità.

- Chiedere a ogni partecipante di esprimere verbalmente il gradimento del gioco e l'impatto emotivo che ha determinato in lui.
- Suggestire di scrivere un breve commento dell'esperienza, che il conduttore leggerà a voce alta, rispettando l'anonimato.
- Chiedere a tutto il gruppo classe di raccogliere su carta i commenti e gli apprezzamenti ricevuti intitolando il lavoro: «I miei compagni mi apprezzano quando...». Tale foglio rappresenterà una sorta di memoria positiva, utile da essere visionata e ricordata nei momenti in cui ci si sente un po' giù di morale o non riconosciuti nelle proprie qualità. Potrebbe costituire un'eccellente risorsa per rinforzare l'autostima!

Lascio al lettore altre modalità di utilizzo che certamente l'esperienza e la creatività personale consentiranno di elaborare.

La scatola della gentilezza

DESTINATARI: Alunni della scuola primaria.

OBIETTIVO: Favorire la comunicazione valorizzando qualità e competenze dell'altro.

DURATA: 2 ore.

MATERIALE: Una scatola di cartone, carta, matite colorate o pennarelli, materiale generico di cancelleria.

Tale attività è stata ideata per essere applicata in una classe terza della scuola primaria, ma può essere adattata e proposta anche nelle prime classi della scuola secondaria di primo grado. Lascio all'inventiva e alla libertà dell'insegnante di modificarne alcuni aspetti in modo che diventi compatibile e calibrata sulle reali esigenze e bisogni del gruppo classe cui si propone.

L'idea di istituire e creare una *scatola della gentilezza* è scaturita in occasione delle festività natalizie, quando tutti i bambini e gli insegnanti erano impegnati nell'allestire una piccola recita per il Natale ed erano in fibrillante attesa dei doni che avrebbero ricevuto sotto l'albero.

Pertanto ho pensato che sarebbe stato positivo e educativo proporre di scambiarsi, prima delle feste, dei messaggi di cortesia e gentilezza, in cui ogni bambino potesse ringraziare un compagno per una sua qualità, come la generosità nel prestare del materiale didattico, la simpatia suscitata, o semplicemente riconoscergli un pregio o una competenza valorizzandola. I bambini e l'insegnante hanno accolto con entusiasmo l'idea e si sono subito messi al lavoro scrivendo i messaggi.

Dietro suggerimento di un'alunna, si è deciso di decorare con piccoli disegni, che potessero rappresentare l'idea della gentilezza, una scatola che è stata denominata «La scatola della gentilezza», contenitore di tutti i messaggi che i bambini desideravano scambiarsi.

Completata e adornata la scatola, ogni alunno ha strappato un foglietto e ha iniziato a scrivere il suo messaggio, arricchendolo talvolta con qualche piccolo simbolo e disegno.

Ho suggerito di firmare sempre il messaggio e, una volta piegato e chiuso a metà, di scrivere il nome del destinatario in modo da riconoscere sia il mittente che il ricevente e avere la possibilità di rispondere.

Qualche bambino ha chiesto se avrebbe potuto includere anche le insegnanti e me tra i possibili destinatari e ovviamente ho risposto in modo affermativo. Nel giro di pochi minuti tutti avevano già scritto e inserito il biglietto nella scatola della gentilezza.

Ultimata la consegna, abbiamo estratto un messaggio alla volta leggendo solo il nome dell'alunno destinatario, consegnandoglielo. Ognuno lo ha letto in rispettoso silenzio e subito si è messo al lavoro per rispondere.

Qualcuno giustamente ha osservato di non aver ricevuto alcun messaggio. Ho ribadito che poteva succedere, in prima battuta, che qualcuno non ne ricevesse, ma sicuramente in un secondo momento sarebbe arrivata la risposta al biglietto da lui scritto. Questa risposta ha tranquillizzato tutti perché in effetti rispondendo a ogni comunicazione ciascuno aveva la possibilità di ricevere un pensiero.

Ho lasciato la classe con la consegna di continuare a scrivere messaggi ai compagni ogni qualvolta lo desiderassero e di decidere con la maestra di istituire un orario e un giorno nel quale pescarli e leggerli, in modo che l'attività divenisse una forma rituale gradita e attesa all'interno dell'organizzazione settimanale.

Nell'incontro successivo, tutti gli alunni mi hanno mostrato orgogliosi i messaggi che avevano ricevuto. C'era chi lo aveva incollato su una pagina del diario, chi li aveva raccolti in un elenco su un foglio, chi aveva acquistato un quadernino apposito dove attaccarli. Alcuni avevano scritto biglietti ai genitori e ai nonni, ricevendone in cambio ringraziamenti e gratitudine.

La maestra mi ha comunicato che l'attività proposta aveva avuto una ricaduta molto positiva sul clima della classe: alcuni alunni avevano potuto sperimentare di essere riconosciuti e apprezzati per alcune qualità o comportamenti che non pensavano fossero tanto graditi.

La mano dell'amicizia

DESTINATARI: Alunni della scuola primaria e della scuola secondaria di primo grado.

OBIETTIVO: Rappresentazione grafica e linguistica sull'esperienza dell'amicizia.

DURATA: 2 ore.

MATERIALE: Carta e penna, matite colorate, pennarelli.

L'attività che segue è scaturita dalla richiesta di parlare di amicizia da parte degli alunni di una classe prima della scuola secondaria di primo grado.

Pertanto, ho proposto di individuare cinque «ingredienti» o caratteristiche fondamentali in una relazione amicale e di scriverli nelle cinque dita della sagoma della propria mano, disegnata su un foglio di carta.

Prima di far partire l'attività, però, è buona norma non solo chiarire le finalità dell'esercizio, ma anche fornire degli esempi, così che tutti i componenti della classe abbiano ben chiaro il compito.

I ragazzi hanno accolto molto favorevolmente la proposta: l'attività grafica è sempre gradita e viene svolta in un clima partecipe e silenzioso.

Disegnata la sagoma della propria mano, la sinistra per i destrimani e la destra per i mancini, a ogni alunno è chiesto di scrivere le caratteristiche scelte all'interno di un dito. In un secondo momento si può procedere alla decorazione del disegno con i colori e la tecnica preferita.

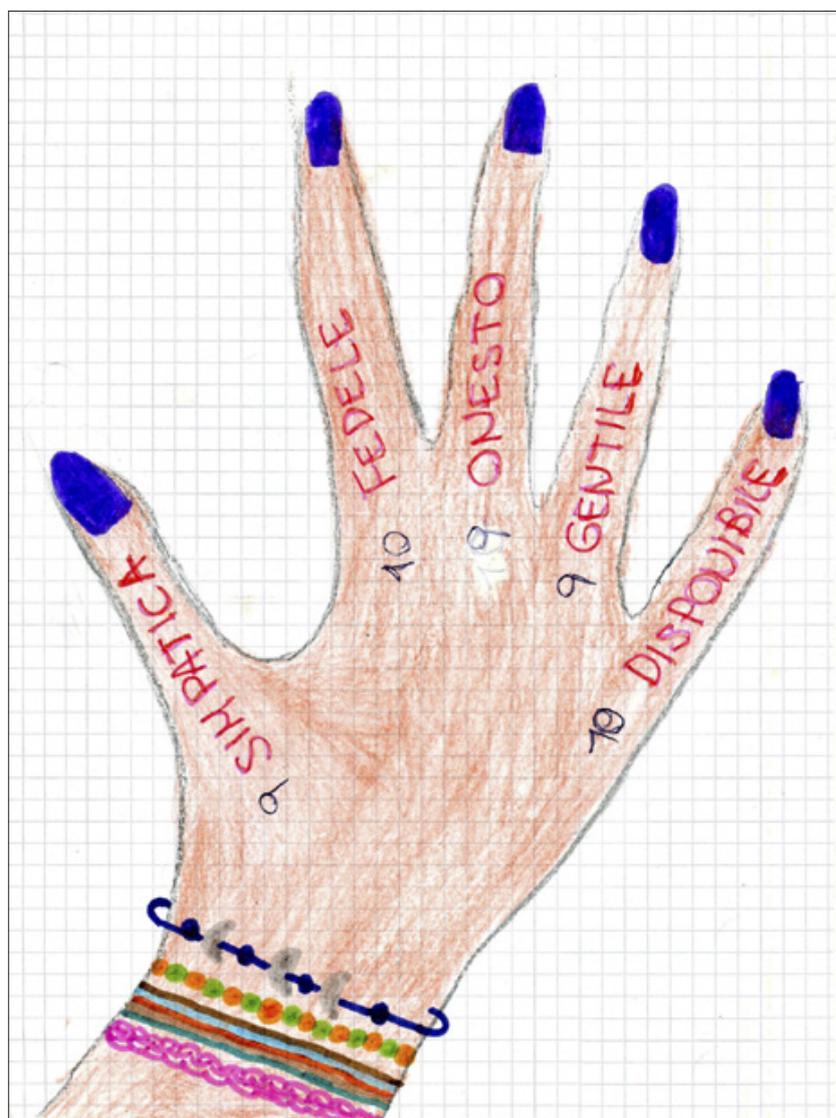
Terminati tutti i disegni, il conduttore è libero di procedere in diversi modi.

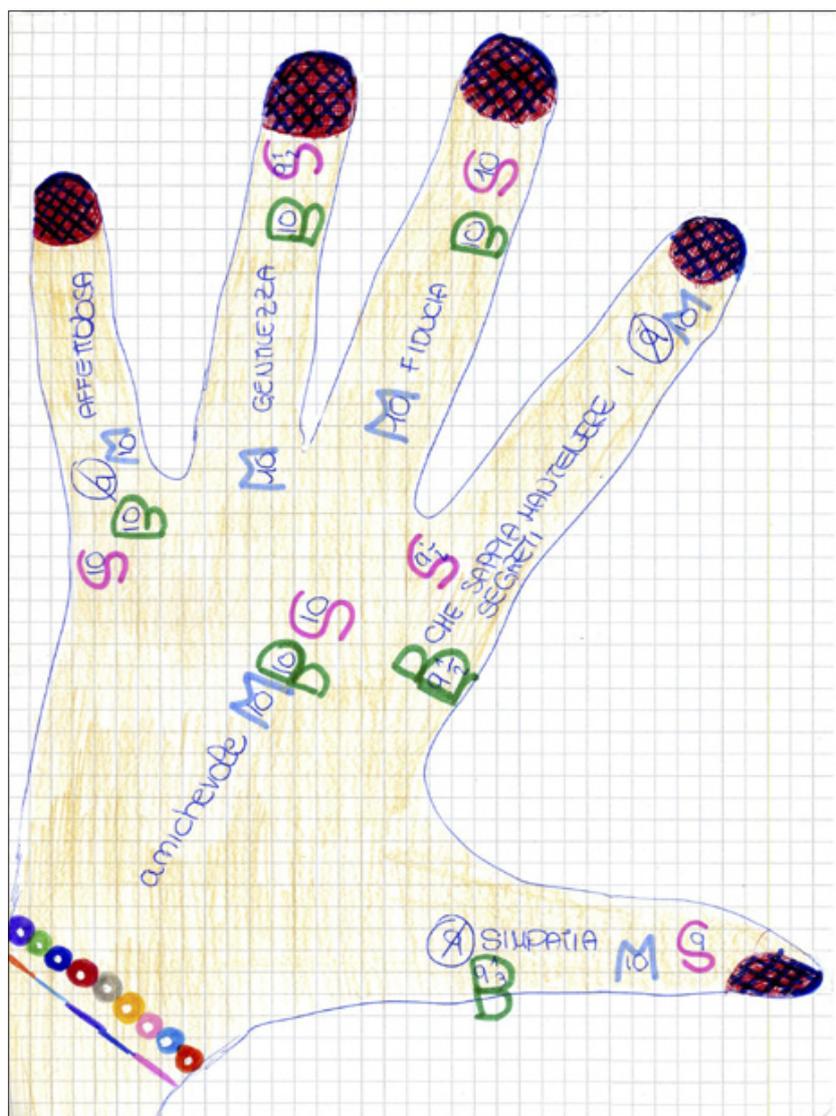
- Si può invitare ogni alunno ad alzarsi in piedi e mostrare il proprio disegno a tutta la classe, leggendo a voce alta le caratteristiche scritte e motivandone eventualmente la scelta.
- Si possono far girare tra i banchi tutte le sagome, in modo che ognuno possa ammirare il lavoro dei compagni e riflettere sulle scelte fatte.
- Si può decidere di intavolare una discussione e di portare degli esempi e delle esperienze vissute rispetto alle caratteristiche scelte.

Personalmente ho adottato tutte e tre le strategie e ho potuto sperimentare come i ragazzi gradiscano in modo particolare parlare dei propri vissuti e confrontarsi con quelli dei coetanei.

Una delle classi dove ho proposto l'attività ha deciso di ritagliare tutte le sagome e di incollarle su di un cartellone da appendere in classe e di inserire sia la foto del cartellone che il racconto dell'attività all'interno del giornalino della scuola, che ogni anno riporta le esperienze più significative nell'ambito sia curricolare che extracurricolare.

Di seguito due esempi di lavori raccolti in una classe prima della scuola secondaria di primo grado.





Il poster dell'identità

DESTINATARI: Alunni della scuola secondaria di primo grado e del primo biennio della secondaria di secondo grado.

OBIETTIVO: Presentazione di se stessi attraverso un lavoro espressivo e creativo.

DURATA: Due incontri di 2 ore ciascuno.

MATERIALE: Un foglio di dimensione A3 per ogni alunno, riviste di moda e attualità, colla, forbici, pastelli, colori a spirito. A scelta, un impianto audio per ascoltare musica di sottofondo.

L'attività trae spunto da alcune tecniche e metodologie dell'arte-terapia. È particolarmente utile proporla quando si entra per la prima volta in una classe e si desidera presentare un modo alternativo per conoscere i ragazzi e acquisire alcuni elementi della loro personalità.

Prima dell'intervento è opportuno dotarsi di un buon numero di riviste di moda o attualità e di un album da disegno in formato A3, così che ogni alunno abbia il suo foglio e almeno un giornale a disposizione. Per quanto riguarda i colori e il materiale di cancelleria, in genere ogni classe è dotata di ciò che è richiesto per il lavoro suggerito.

La consegna da fornire ai ragazzi, dopo essersi presentati, è la seguente:

Come primo incontro ho pensato di proporvi la realizzazione di un piccolo poster che rappresenterà alcuni aspetti della vostra identità, dei vostri gusti, passioni, desideri. Una sorta di carta di identità realizzata attraverso le immagini. Ognuno di voi avrà a disposizione un foglio e una rivista che poi una volta sfogliata potrà scambiare con altri compagni. Il compito consiste nel cercare foto, immagini o frasi che in qualche modo vi rappresentino o che esprimano alcuni aspetti della vostra persona. Ritagliate pure le foto che vi interessano e vi colpiscono, e in un secondo momento incollatele sul foglio, in modo da creare un poster che parli di voi! Si possono aggiungere frasi, aforismi, ritornelli di un brano

musicale nelle cui parole vi riconoscete e tutto ciò che vi passa per la mente... L'importante è che il risultato rappresenti una vostra «fotografia» realizzata attraverso un collage, un mosaico di tessere da voi scelte.

La realizzazione del poster può durare anche due ore: i ragazzi devono avere tutto il tempo di sfogliare con calma diverse riviste, così che le possibilità di scelta siano ampie e variegate, e con accuratezza trovare immagini adeguate.

Non è necessario ritagliare le foto in modo preciso rispettandone i contorni. Le immagini conservano il loro valore e significato anche se rifilate a mano, in modo che i contorni siano grezzi e frastagliati! In genere al termine del primo incontro tutti hanno ultimato il lavoro.

Nel corso del secondo incontro si può procedere in diversi modi. Ne suggerisco alcuni utilizzati nella scuola secondaria di primo grado.

- Si invita ogni alunno a recarsi alla cattedra per mostrare alla classe il suo poster. Viene lasciato qualche minuto di osservazione in silenzio e successivamente si chiede all'autore se desidera commentare le scelte effettuate relative alle immagini. È meglio non forzare la mano: se il ragazzo non desidera aggiungere nulla, può tornare al proprio posto.
- Si invitano i ragazzi a lavorare in coppia, così come si trovano seduti nei banchi. Ogni componente osserva attentamente il lavoro del compagno e commenta le immagini pensando di immedesimarsi in lui e quindi motivandone la scelta. In un secondo momento, chi ha ascoltato i commenti e le considerazioni motiva le sue scelte.
- Si chiede a ogni alunno di ideare un titolo per il poster. Vanno sempre forniti degli esempi alla lavagna che rendano l'idea. Ad esempio: «Mi presento così», «Questo sono io», «Eccomi!».
- Il docente presente fotografa tutti i lavori. Quindi si sollecita la classe a farne il migliore utilizzo. Alcuni studenti hanno pensato di stampare la foto del poster in un formato adeguato a ricoprire la copertina del diario o di un quaderno o di un album.

Per maggiore chiarezza ed esemplificazione, di seguito sono riportate le riproduzioni di alcuni lavori svolti in una scuola secondaria di primo grado.





Il disegno a due mani

DESTINATARI: Alunni del secondo ciclo della scuola primaria e della scuola secondaria di primo grado.

OBIETTIVO: Sviluppare la collaborazione tra alunni attraverso un'attività grafica.

DURATA: 2 ore.

MATERIALE: Carta e matita.

L'attività che propongo è indicata sia per gruppi classe che già si conoscono e sono affiatati, sia per classi che si sono formate da poco e di conseguenza hanno bisogno di sviluppare il senso della cooperazione e della collaborazione.

Attraverso la semplice consegna di realizzare un disegno, gli alunni potranno sperimentare cosa significhi lavorare insieme, andare nella stessa direzione oppure guidare il partner e lasciarsi condurre in altri momenti.

Nel caso specifico di questa attività, consiglio di non fornire eccessive spiegazioni per evitare di condizionare i ragazzi e per lasciare che si calino nell'esperienza scevri da schemi mentali preesistenti.

Il lavoro va eseguito in coppia.

In prima battuta, si consegna un foglio di carta bianco formato A4 a ogni coppia di alunni e si chiede di dotarsi di una sola matita nera.

Si spiega che verrà loro richiesto di eseguire un disegno a due mani, ma una sola matita verrà impugnata dai due alunni contemporaneamente: pertanto dovranno disegnare la figura suggerita dal conduttore, senza darsi indicazioni verbali, assecondando l'uno i movimenti dell'altro, lasciando quindi che il tratto della matita segua l'intenzione alternativamente di entrambi i partecipanti.

Occorre precisare che la mano di un alunno impugnerà la matita in prossimità della punta, mentre la mano del compagno la impugnerà un po' più in alto, in modo da non sovrapporsi.

Quando tutto il gruppo classe ha ben compreso la consegna, si dà inizio all'attività suggerendo di disegnare una figura umana.

Sicuramente alcuni alunni chiederanno se la figura debba essere di genere maschile o femminile. Le coppie possono scegliere in autonomia cosa disegnare. L'importante è non verbalizzare la scelta fatta, in modo che sia il loro braccio e la loro mano a guidare dolcemente il tratto grafico.

Solitamente questa attività suscita ilarità, complicità e stupore.

È interessante notare dall'esterno come si evidenzia all'interno della coppia un alunno che guida maggiormente il disegno e l'altro che si lascia condurre nell'esecuzione del compito.

Al termine dell'attività, ogni coppia esporrà con fierezza il proprio disegno a due mani, esprimendo anche quali siano state le difficoltà sperimentate.

Si evidenzieranno coppie nelle quali ha guidato sempre uno dei due componenti e l'altro si è adattato senza sforzo, coppie dove in momenti alterni uno guidava e l'altro assecondava, e coppie dove entrambi volevano direzionare la matita nel determinare una caratteristica della persona, come l'abbigliamento, i capelli, la postura del corpo. In quest'ultimo caso, la coppia sperimenta la difficoltà di disegnare a due mani: la finalità dell'attività consiste proprio nello sperimentare la collaborazione e la cooperazione tra due persone diverse.

A questo punto, dopo che tutti avranno verbalizzato il loro vissuto e quanto sia stata piacevole o meno l'esperienza, è bene esplicitare il senso dell'attività partendo dai disegni stessi dei ragazzi.

In genere si evidenziano figure umane tratteggiate in modo fluido e armonioso là dove gli alunni sono stati in grado di collaborare efficacemente, dove nessuno dei due ha voluto prevaricare l'altro, ma si sono adattati e ascoltati reciprocamente lasciando che il tratto della matita confluisse in una direzione unica.

Il disegno a due mani è un piccolo riflesso, uno spaccato di quello che significa collaborare tra persone diverse. La collaborazione per essere proficua e fornire risultati soddisfacenti presuppone che entrambe le parti in gioco alternino momenti di direttività e guida

a momenti di passività e flessibilità, adattandosi l'uno alle esigenze dell'altro, crescendo insieme e arricchendosi reciprocamente. È questo il senso più profondo dell'esercizio, che può essere riproposto scambiando le coppie perché si possa verificare come il risultato dipenda dalle diverse personalità in gioco.

Naturalmente, i soggetti da disegnare possono variare. Suggerisco di seguito alcuni temi.

- *Disegnare un animale.*
- *Disegnare una casa.*
- *Disegnare un animale fantastico, le cui caratteristiche siano quindi un agglomerato di elementi diversi: ad esempio la testa di un cane, la coda di un cavallo, le corna di un cervo, le zampe di gallina.*
- *Disegnare un paesaggio.*

Un'indicazione molto importante: nello scambiare le coppie, va fatto in modo che venga invertita l'impugnatura della matita. Questo elemento infatti comporta rilevanti differenze: colui che impugnerà la matita più in basso avrà la tendenza a direzionare maggiormente l'attività.

Un ultimo suggerimento: prima di proporre il disegno a una classe, è meglio provare a sperimentarlo in prima persona con una collega, un'amica o una persona con cui si collabora. Il vissuto personale è sempre uno spartiacque importante nel proporre un lavoro, che acquista una valenza diversa perché filtrato ed elaborato attraverso l'esperienza diretta.

Capitolo 2

Attività per la gestione delle emozioni e la risoluzione dei conflitti

Le attività che seguono sono funzionali a un miglioramento della *gestione delle emozioni in classe*. Sono scaturite dalla richiesta degli insegnanti di ricevere un aiuto nel districarsi tra le piccole contrarietà quotidiane, litigi e conflitti tra compagni. Questi infatti, qualora trascurati o non risolti, creano un clima difficile che va a interferire e ostacolare il normale svolgimento delle lezioni.

Sono certa che il lettore attento e interessato troverà spunti e stimoli per elaborare le sue personali e originali soluzioni per risolvere e dissolvere eventuali dinamiche conflittuali nel gruppo classe.

La scatola dei chiarimenti

DESTINATARI: Alunni della scuola primaria.

OBIETTIVO: Individuazione e risoluzione di piccole contrarietà e conflitti tra componenti del gruppo classe.

DURATA: 2 ore.

MATERIALE: Una scatola di cartone, carta, matite colorate o pennarelli, materiale generico di cancelleria.

L'attività è particolarmente indicata per il secondo ciclo della scuola primaria, ma con i dovuti accorgimenti e adattamenti può essere proposta anche nel primo ciclo della primaria e nella scuola secondaria di primo grado.

Ho pensato di ideare e concretizzare l'attività della *scatola dei chiarimenti* perché ho potuto constatare quanto i piccoli litigi e i contrasti quotidiani interferiscano con il normale svolgimento della lezione e siano la causa di malumori e stati d'animo negativi che vanno a influenzare e ostacolare la sfera dell'apprendimento.

Mi sta a cuore ricordare che l'«esperto» della scuola non è lo psicologo o la figura professionale che entra in classe per due o tre interventi, per quanto interessanti e proficui essi siano. *Il vero esperto è l'insegnante* che ogni giorno si interfaccia con i suoi alunni, li conosce e li segue, indirizzandoli verso il cammino dell'apprendimento e della conoscenza. Pertanto, ogni attività proposta o suggerita dall'esterno va sempre vagliata, adattata e monitorata in base alle reali esigenze e ai bisogni del gruppo classe con cui si lavora.

Tuttavia, è possibile che nonostante l'intervento degli insegnanti, che solitamente svolgono la funzione di pacieri per dissolvere e dileguare i contrasti degli alunni, la situazione non sia del tutto chiarita. I bambini, in questo caso, tenderanno a riproporre le loro dinamiche puntualmente e quotidianamente.

Pertanto, alla luce delle suddette considerazioni, ho proposto a una classe terza e quarta della scuola primaria di scrivere su alcuni

bigliettini se ci fossero delle situazioni di disagio, di conflitto o di contrasto tra di loro, annotando sul foglietto sia il destinatario del messaggio che l'autore.

Ho lasciato come consegna per l'insegnante della classe di reperire una scatola di cartone e di decorarla con tanti foglietti illustrati dai bambini che rappresentassero vignette o situazioni di litigio o contrasto.

Dopo aver scritto i biglietti, i bambini sono stati invitati a depositarli nella scatola. Nel corso dell'incontro successivo li avremmo letti collettivamente.

Durante il secondo incontro, i bambini si sono mostrati fieri della scatola realizzata, totalmente ricoperta di disegni che rappresentavano egregiamente situazioni di contrasto e scontro tra loro, manifestandosi ansiosi di leggerne il contenuto.

Abbiamo deciso che a turno ogni alunno avrebbe estratto a sorte un biglietto che sarebbe stato letto dall'insegnante o da me.

Una volta aperto e letto il messaggio, si chiamano in causa sia l'autore che il destinatario e si domanda loro se abbiano intenzione di chiarire. In genere rilevo accordo unanime sull'opportunità di sciogliere le dinamiche di ostilità, ma potrebbe accadere che uno dei due contendenti non sia disponibile a farlo.

In questo caso non si deve insistere. Non conviene mai forzare la volontà dei bambini. L'esperienza mi ha insegnato che un alunno, per timidezza o imbarazzo, può non voler momentaneamente mettersi in gioco; osservando e ascoltando il lavoro dei compagni, in un secondo tempo accetterà di essere coinvolto.

Individuati i due protagonisti del contrasto, li si invita a sedersi l'uno di fronte all'altro e si interpone un banco tra di loro. Poi si chiede se ci sia tra i compagni qualcuno disposto ad assumere il ruolo del «giudice di pace», ossia una figura che funga da mediatore tra le due parti, intervenendo in ausilio di entrambi là dove ce ne fosse la necessità.

In genere, tutti sono disponibili e desiderosi di calarsi nel ruolo del giudice e pertanto si possono scrivere i nomi degli aspiranti su altri foglietti ed estrarne a sorte uno. Più semplicemente, si può fare una conta per individuare il giudice di turno.

Trovato il giudice, questi si siede tra i due protagonisti e quindi si entra nel vivo dell'attività.

È invitato a parlare per primo l'autore del messaggio, per chiarire ed esplicitare con cura il motivo del contrasto o del fastidio espresso. Occorre spiegare in anticipo ai bambini che, quando uno dei due «contendenti» parla ed esprime le sue ragioni, l'altro è tenuto a restare in silenzio e aspettare il suo turno per rispondere.

Una volta che l'autore ha chiarito il senso e le motivazioni del suo messaggio, entra in gioco il destinatario, che è invitato a spiegare e argomentare il motivo del suo comportamento.

La funzione del giudice di pace è quella di aiutare a trovare una soluzione di compromesso che rispetti i bisogni di entrambe le parti.

Questo delicato compito viene spiegato dal conduttore dell'attività con esempi calzanti, con proposte di mediazione, affinché gradualmente i bambini apprendano come trovare autonomamente un accordo tra loro, rispettandosi reciprocamente.

Questa è certamente la fase più delicata e importante di tutta l'attività.

In un primo momento, il conduttore dell'attività dovrà aspettarsi che entrambi i contendenti rimangano arroccati sulle proprie opinioni e convinzioni, accusando l'altro di essere responsabile e colpevole del proprio disagio.

I compagni presenti, previa alzata di mano, sono chiamati a intervenire per dare il proprio contributo, suggerendo soluzioni e strategie affinché i due antagonisti trovino un accordo pacifico.

Quando tutti si sono espressi, i due protagonisti sono invitati ad appartarsi in un angolo della classe per discutere sulla soluzione più congeniale a entrambi.

L'impegno preso viene suggellato davanti a tutti con una stretta di mano, testimone l'insegnante e la classe intera.

La soluzione adottata va periodicamente monitorata dall'insegnante, perché è possibile che *in itinere* vadano apportate modifiche e aggiustamenti.

L'attività proposta scaturisce dagli studi e dalle riflessioni di Daniele Novara, noto psicopedagogo che da anni si occupa di conflitti e della loro gestione. Novara suggerisce di lasciare che i bambini risolvano tra loro i contrasti e le piccole conflittualità. Il conflitto rappresenta un'occasione di crescita e di maturazione, qualora si lasci ai due contendenti la possibilità di gestirlo e risolverlo. Al contrario, nell'esperienza degli insegnanti serpeggiano la convinzione e il timore che lasciati a se stessi i bambini non siano in grado di trovare una soluzione e che anzi il contrasto possa degenerare fino all'uso delle mani. Temendo per l'incolumità dei propri alunni, la consuetudine degli insegnanti è quella di intervenire proponendo la pace, o punendo una delle due parti con nota disciplinare.

La ricaduta di questa attività sul clima della classe è stata molto positiva. La *scatola dei chiarimenti* rappresenta una modalità e uno strumento per veicolare e convogliare dei vissuti che se non ascoltati e risolti potrebbero creare problemi nella gestione della disciplina della classe. Pertanto può diventare un'attività da inserire periodicamente all'interno del programma curricolare per monitorare le dinamiche relazionali e migliorare il clima emotivo dei discenti.

La presa in giro

DESTINATARI: Alunni della scuola secondaria di primo grado.

OBIETTIVO: Messa a fuoco sulle motivazioni della derisione tra compagni di classe.

DURATA: Uno o più incontri della durata di 2 ore.

MATERIALE: Carta e penna.

Il tema della «presa in giro» costituisce uno degli argomenti e delle richieste di intervento più frequenti. Quando un professore mi interpella per sostenerlo e aiutarlo nel migliorare il clima della classe, nella maggior parte dei casi riferisce di ragazzi o ragazze presi di mira dai compagni per l'aspetto fisico o la difficoltà in un'area dell'apprendimento (DSA, ADHD, BES) o, ancora, di una discriminazione nei confronti di chi, provenendo ad esempio da un altro Paese, fatica a inserirsi per problemi linguistici e/o socio-culturali.

Anche se prima di entrare in classe conosco già alcune dinamiche conflittuali grazie al quadro presentatomi dai docenti, cerco di prescindere e di mantenere occhi e orecchie scevri da stereotipi e pregiudizi nel momento in cui entro in aula.

Per creare un clima di empatia e fiducia, *in primis* mi presento, chiarendo la mia funzione e il mio ruolo nel contesto scolastico in cui lavoro. Quindi, propongo una breve attività di autopresentazione degli alunni, in forma ludica e divertente (si veda la scheda *Indovina la domanda* nel capitolo 1).

Stabilito un contatto più diretto e disinvolto, chiedo per alzata di mano di dichiarare se dall'inizio del percorso scolastico almeno una volta si sia stati vittima di una «presa in giro», anche lieve o superficiale. Parallelamente, domando anche al professore presente se desidera mettersi in gioco e io stessa partecipo alla piccola inchiesta. In genere, a una richiesta formulata in tale maniera, la classe intera alza la mano, evidenziando come la derisione costituisca un'esperienza e un vissuto che connota un'estesa fascia di preadolescenti.

In un secondo momento, chiedo se tra i presenti ci sia qualcuno che almeno una volta nel proprio percorso scolastico abbia preso in giro un compagno. Anche a questo interrogativo quasi tutti rispondono alzando la mano, autodenunciandosi quindi sia come vittime che come parte attiva nello scenario della derisione.

A questo punto, il clima si è scaldato e iniziano i racconti personali: scaturisce l'esigenza di condividere, denunciare un fatto risalente al passato e mai risolto. Piccole o grandi ferite affiorano, svelando un desiderio antico di rivendicazione, chiarezza, risentimento mai rivelato.

Eppure, non tutti si esprimono. La mia attenzione è maggiormente catalizzata da chi ascolta in silenzio, partecipando con sguardi o reazioni fisiche, non riuscendo a dar voce al proprio vissuto. Per quei ragazzi partecipi ma silenti, suggerisco l'utilizzo di un biglietto anonimo, dove possano esprimere un pensiero o un ricordo, descrivere una «presa in giro» che abbia lasciato loro una ferita nell'animo e nella memoria. Anche questi studenti trovano così modo di comunicare e manifestare in forma anonima il loro vissuto al resto della classe.

Di seguito propongo di riflettere sulle *motivazioni* che spingono a «prendersi in giro», sulle *emozioni* che si provano quando si è vittima della derisione, infine su quali possano essere le *strategie* e le *soluzioni* perché in futuro non si verifichino più episodi pesanti di offesa e derisione.

Fornita questa sintetica pista di orientamento per far luce sulle dinamiche che si innescano tra coetanei, tutti iniziano alacramente a lavorare per poi consegnare ognuno il proprio biglietto accuratamente piegato sulla cattedra.

Solitamente il primo incontro si conclude con la consegna delle riflessioni riguardanti le possibili motivazioni di tali meccanismi.

La volta successiva inizio l'incontro esprimendo il mio apprezzamento per la serietà e impegno profusi nell'eseguire la consegna e quindi interpello la classe sull'utilizzo dei messaggi.

In genere la maggior parte dei presenti desidera la condivisione a condizione che la lettrice sia io, che non riconosco le grafie, nel

rispetto dell'anonimato. Nel caso ci fosse qualcuno non disposto a rendere manifeste le sue riflessioni, lo invito a individuare il suo biglietto e a metterlo da parte.

Quindi procedo con il pescare e leggere a uno a uno tutti i biglietti.

Le considerazioni che affiorano risultano sempre profonde e significative. Riporto qui di seguito alcuni pensieri appartenenti alla classe prima di una scuola secondaria di primo grado:

Le motivazioni per cui si prende in giro. Si prende in giro per divertimento, tanto per passare il tempo, perché ci si sente più forti di altri, per scherzare; è un modo di difesa, per farsi vedere più grandi e mettersi in mostra; si prende in giro perché qualcuno è geloso di una persona e reagisce in questo modo; se per caso ho fatto qualcosa prendo in giro un altro per distogliere l'attenzione da me, per tirare fuori la tua rabbia che hai nel cuore e offendere gli altri.

Cosa provoca la presa in giro. La presa in giro provoca: dolore, tristezza, rabbia, malinconia e vergogna, umiliazione se viene fatta in pubblico, offesa, disprezzo, molto dolore dentro il cuore, vorresti dirgli qualcosa ma non hai il coraggio di dirlo, fastidio.

Strategie e soluzioni. Potrei imparare a dirgli di smettere, fargli capire che non è divertente; potrei spiegare che mi fa soffrire; potrei dire: «Ma tu se fossi preso in giro come ti sentiresti?»; potrei dire quanto mi fa male così forse smetterebbero; potrei isolarmi da coloro che mi hanno preso di mira; potrei parlarne con un amico fidato, confidarmi con i miei genitori; sarebbe utile parlarne a scuola più spesso mettendoci in cerchio; la prossima volta che mi prendono in giro non faccio finta che sono forte e non me ne frega niente, magari potrei imparare ad avere il coraggio di dirgli quanto male fa il suo stupido scherzo!

La lettura condivisa consente a ognuno di riconoscersi, identificarsi nei vissuti altrui, uscire dall'isolamento della propria emozione. Permette di guardarsi con occhi diversi perché in fondo si scopre che si è tutti uguali, fragili e forti a un tempo, «vittime» e «carnefici» a

seconda delle situazioni e dei diversi momenti di crescita. Si apprende che una parola colorita detta a un compagno può scivolargli addosso, oppure causare una ferita che solo il passare degli anni attenuerà.

I docenti in compresenza all'attività hanno verificato un miglioramento del clima relazionale in classe in seguito alle riflessioni condivise.

Alcuni studenti più timidi e impacciati gradualmente hanno trovato il coraggio di esprimere le loro emozioni, grazie al fatto di essersi riconosciuti nel vissuto di altri pari: tale aspetto ha consentito di uscire dalla bolla del silenzio e dell'isolamento per esprimere verbalmente i loro bisogni e diritti.

Risolvere un conflitto

DESTINATARI: Studenti della scuola secondaria di primo e secondo grado.

OBIETTIVO: Implementare la capacità di risolvere contrasti e conflitti attraverso il lavoro di gruppo.

DURATA: Due incontri della durata di 2 ore.

MATERIALE: Carta e penna.

Uno dei maggiori bisogni da parte sia dei ragazzi che degli insegnanti consiste nella richiesta di aiuto nel gestire situazioni di contrasto, litigio, derisione.

L'attività qui descritta pertanto nasce dall'esigenza di fornire strategie e metodologie facilmente fruibili per mettere i ragazzi nella condizione di individuare soluzioni e strategie mirate al rispetto dei bisogni di entrambe le parti in gioco, secondo l'ottica e la logica del «io vinco – tu vinci», contrapponendosi alla mentalità più diffusa del «io vinco – tu perdi».

Prima di lavorare in classe, è consigliabile individuare cinque o sei situazioni conflittuali vicine ai vissuti dei ragazzi affinché loro stessi elaborino possibili soluzioni. La formazione di piccoli gruppi di lavoro è una metodologia elettiva per riflettere. Il numero ideale è di quattro unità per gruppo. Si può lasciare che i gruppi si formino spontaneamente oppure creare gruppi casuali. All'interno di ogni gruppo, viene scelto un segretario al quale spetta il compito di scrivere le considerazioni e le soluzioni individuate da tutti i componenti del gruppo.

Costituiti i gruppi, il conduttore legge a voce alta le situazioni conflittuali stampate su alcuni foglietti che vengono piegati e invita ogni gruppo a pescarne uno.

In alcuni casi ho suggerito ai ragazzi di chiedersi su quale storia avrebbero preferito riflettere al fine di captare le loro preferenze. Ho potuto verificare che non è mai emersa la scelta di un episodio piuttosto che di un altro: gli esempi suggeriti sono tutti vicini ai vissuti e alle esperienze degli adolescenti.

A questo punto il gruppo inizia a lavorare sulla consegna ricevuta. Il tempo a disposizione va esplicitato prima: in genere una mezz'ora è sufficiente.

Tutte le proposte elencate sono state materia di discussione e confronto presso diversi gruppi classe della secondaria di primo grado, trovando un buon grado di riscontro, adesione e vicinanza alle reali situazioni conflittuali dei ragazzi in gioco. Frequentemente è capitato che, prendendo spunto da una situazione fittizia e totalmente inventata, qualcuno si sia identificato e abbia desiderato autodenunciare un conflitto ancora aperto e mai dichiarato.

Cito qui di seguito alcuni spunti di lavoro proposti e sperimentati in alcune classi.

1. *Durante la ricreazione Giulia, una ragazza della terza classe della secondaria di primo grado, viene spesso derisa per il suo modo stravagante di vestire: gonne un po' troppo corte, trucco pesante, magliette che mettono in evidenza il seno. Giulia è stanca dei continui commenti al punto di non uscire più dall'aula durante la ricreazione per evitare sguardi e parole poco gradevoli.*

Discutete la situazione nel gruppo e individuate almeno tre soluzioni per aiutare Giulia, che però ha già premesso di poter rinunciare a tutto ma non al suo trucco!

2. *Francesco è un ragazzo molto chiuso e introverso che non ha nessuna voglia di studiare. In classe disturba continuamente alzandosi, andando dai compagni senza chiedere il permesso, e invece di lavorare giocherella sul banco disegnando e poi mostrando i suoi lavori alla classe. Spesso non porta il materiale scolastico. I professori lo invitano con gentilezza a lavorare e collaborare, ma lui si rifiuta o non risponde. Ogni tanto provoca i compagni minacciando di alzare le mani. Colleziona diverse note disciplinari e sospensioni, ma la situazione resta immutata. La madre, ripetutamente convocata, afferma*

di essere in difficoltà e impotente nei confronti del figlio. Il professore un giorno chiede la collaborazione di tutta la classe per cercare di smuovere Francesco.

Che consiglio daresti a Francesco? Individuate almeno tre soluzioni diverse.

- 3. Omar è un ragazzo straniero da pochi anni in Italia. Ha molte difficoltà a esprimersi correttamente in italiano. Spesso non ha voglia di svolgere i compiti e il pomeriggio chiama la più brava della classe, Giulia, che lo aiuta e spesso esegue al posto suo le consegne per casa. Ma un giorno la professoressa si accorge che Omar copia i compiti da Giulia che, per la prima volta nella sua carriera scolastica, si vede assegnare una nota. Giulia, risentita e dispiaciuta per l'accaduto, smette di parlare con Omar, che invece vorrebbe ancora essere aiutato e continuare a esserle amico. Giulia rifiuta categoricamente ogni contatto.*

Individuate almeno tre soluzioni affinché Giulia e Omar possano chiarirsi e tornare a parlarsi.

- 4. Salvo, 11 anni, al parco gioca da solo a pallone. A un tratto arrivano due ragazzi di qualche anno più grandi che senza chiederlo e con atteggiamento prepotente gli prendono il pallone e lo gettano con disprezzo in uno stagno. Poi iniziano a prenderlo in giro a causa della sua bassa statura e del colore della sua pelle (si è appena trasferito da una regione del Sud d'Italia e ha la pelle molto abbronzata). Salvo non reagisce, ma da quel giorno non va più al parco per timore di incontrare i due ragazzi. È molto dispiaciuto di privarsi del piacere di andare a giocare a pallone.*

Suggerite almeno due soluzioni affinché Salvo possa tornare al parco senza temere l'intervento dei due ragazzi.

- 5. Un vostro compagno, Stefano, vi confida che si è invaghito della ragazza del suo miglior amico. Anche la ragazza gli invia qualche segnale di simpatia, sia con atteggiamenti, sorrisi,*

sguardi, sia attraverso le chat sui social. Stefano è confuso, non sa che fare, vorrebbe dichiararsi, ma non vuole rompere l'amicizia con il suo migliore amico. Viene a chiedervi un consiglio.

Cosa gli suggerite? Individuate tre soluzioni.

- 6. Avete scoperto che una ragazza che frequenta la vostra scuola spettegola alle vostre spalle, dicendo notizie false su voi. Il vostro miglior amico vi ha messo in guardia. Vi ricordate che in passato, alla primaria, lei vi chiedeva spesso di andare a giocare a casa sua, ma vi siete sempre rifiutati perché la mamma non poteva accompagnarvi e non volevate dire il vero motivo per cui respingevate l'invito.*

Come risolvete la situazione?

- 7. Un vostro compagno di classe ultimamente chiede spesso di copiare da voi i compiti fatti a casa perché ha dei problemi di cui non vuole parlarvi: voi lo aiutate ma la situazione si prolunga per mesi e non ne potete più. Lui minaccia, nel caso voi non lo aiutate più, di rivelare un vostro segreto a tutta la classe.*

Come vi comportate? Discutete e trovate almeno tre soluzioni.

Quando i gruppi hanno terminato il lavoro, si propone a ogni rappresentante la lettura delle soluzioni individuate.

Tutti i componenti degli altri gruppi sono chiamati a esprimere la loro opinione sulle soluzioni emerse, sia di consenso che di disappunto, motivandone sempre la ragione. Sono inoltre sollecitati a esprimere altri pareri e considerazioni.

Al termine dell'attività la classe è invitata a restituire il gradimento del lavoro svolto attraverso un breve commento.

Ho potuto constatare quanto la condivisione e il confronto nel gruppo di studenti su tematiche che li riguardano personalmente siano strumenti efficaci per riflessioni profonde che promuovono il miglioramento e la distensione delle relazioni interpersonali.

Spetta poi alla competenza e alla sensibilità del conduttore o del professore di riferimento elaborare e approfondire ulteriormente il materiale emerso dalle considerazioni dei ragazzi.

Concludo riportando alcune delle restituzioni rilasciate dai ragazzi al termine dell'attività:

Questo lavoro mi è piaciuto perché tutte le situazioni inventate in fondo avevano qualcosa di reale.

Il confronto con i miei compagni mi ha aiutato a capire che c'è sempre una soluzione a un problema, soprattutto se ne parli con qualcuno.

Ho imparato una cosa importante: mai giudicare un altro dalle apparenze perché dietro una parola o un comportamento che non capisci spesso si nasconde una sofferenza o un segreto.

Mi è piaciuto trovare soluzioni a delle situazioni molto simili vissute quando ero più piccola. Ora saprei come comportarmi.

La cosa più importante che mi è rimasta di questa attività è stata la collaborazione nel gruppo e parlarsi tutti senza criticarsi e giudicarsi.

Ho capito che, quando stai male, devi trovare una persona di cui ti fidi per parlarne e sentirti ascoltato. Invece a volte hai paura che l'altro non ti capisca e questo può buttarti giù!

Della mia classe mi piace... e mi disturba...

DESTINATARI: Alunni del secondo ciclo della scuola primaria e della scuola secondaria di primo grado.

OBIETTIVO: Esplorare e migliorare le relazioni tra compagni.

DURATA: Due incontri di 2 ore ciascuno.

MATERIALE: Carta e penna.

L'attività che propongo è utile per evidenziare quali siano gli aspetti e i comportamenti più apprezzati e quelli meno graditi nelle relazioni tra pari. Quando richiedo di esprimere opinioni personali riguardo ai comportamenti o agli atteggiamenti dei compagni, propongo sempre l'anonimato, in modo che ognuno si senta libero di comunicare il proprio pensiero senza il timore di essere criticato o giudicato.

Questa attività dunque prevede la distribuzione di un foglio a ogni alunno. Il conduttore chiederà a ogni studente di utilizzare il foglio orientandolo in orizzontale e di dividerlo in tre colonne.

Quindi chiedo di scrivere le seguenti domande, una in ogni colonna partendo da quella di sinistra.

1. *Quali sono i comportamenti che apprezzi maggiormente da parte dei tuoi compagni all'interno della classe?*
2. *Quali sono gli atteggiamenti e i comportamenti che ti danno fastidio e ti disturbano?*
3. *Cosa miglioreresti?*

Una volta dettate e scritte anche alla lavagna le domande, è utile fornire degli esempi che sollecitino i ragazzi a esprimere sinceramente il loro vissuto in modo che il compito sia chiaro ed esplicito per tutta la classe, così che anche l'alunno più distratto, o con DSA, possa facilmente comprendere l'attività proposta.

Ogni insegnante, grazie alla sua esperienza, sa riconoscere quali siano i comportamenti più graditi e quelli che generano conflitto e contrasto nella classe e pertanto può suggerire alcune dinamiche già osservate. È mia consuetudine, durante lo svolgimento dell'attività, girare anche tra i banchi per avere un approccio più diretto e personale con ogni alunno. Alcuni ragazzi, infatti, a causa della timidezza o riservatezza, non si espongono a voce alta di fronte alla classe affermando di non aver compreso la consegna dell'esercizio, mentre un rapporto più diretto e personale con gli studenti può aiutare a fugare ogni dubbio o incertezza con facilità e naturalezza.

Il tempo necessario per eseguire il compito è di circa un'ora.

Quando il gruppo classe ha eseguito la consegna, si raccolgono i fogli e si leggono a voce alta cercando di individuare nelle risposte le considerazioni più frequenti e ripetute, scrivendole alla lavagna.

Le opinioni personali così espresse fungeranno da cartina di tornasole per avere una piccola radiografia delle dinamiche relazionali tra compagni e individuare quali siano le aree sulle quali l'esperto potrebbe lavorare e approfondire.

In genere quello che i ragazzi evidenziano tra i comportamenti più graditi è l'aiuto reciproco, la solidarietà, la battuta scherzosa e simpatica, mentre tra gli atteggiamenti ritenuti fastidiosi e irritanti si evidenziano la «presa in giro», il chiacchierare continuamente anche durante le spiegazioni dei professori, gli scherzi pesanti, l'esclusione di alcuni compagni da parte di altri.

Il poter esprimere liberamente la propria opinione consente a tutti di verificare che quello che è ritenuto un vissuto intimo, personale ed esclusivo in realtà è vissuto e condiviso anche da altri compagni. Dunque la dimensione della condivisione risulta estremamente importante e formativa, in quanto ridimensiona l'entità del problema e aiuta a vederlo sotto una prospettiva differente.

Una modalità alternativa per elaborare l'attività, che di per sé è una presa di coscienza da parte di tutti di ciò che è gradito e ciò che

disturba, potrebbe essere quella di individuare un solo comportamento o atteggiamento ritenuto sgradevole, scriverlo alla lavagna e proporre una riflessione in merito.

Un'altra opzione funzionale all'approfondimento della tematica consiste nel dividere la classe in gruppi di quattro alunni e invitare ogni gruppo a individuare soluzioni e comportamenti differenti nei confronti di un atteggiamento ritenuto sgradito.

Ho constatato quante risorse e inventiva posseggano i ragazzi investiti di fiducia, responsabilità e serietà. Anche gli studenti con difficoltà nell'apprendimento trovano nel lavoro di gruppo un canale per dar voce a vissuti importanti o condividere intuizioni e soluzioni utili in situazioni conflittuali.

Facciamo la pace?

DESTINATARI: Alunni del secondo ciclo della scuola primaria e della scuola secondaria di primo grado.

OBIETTIVO: Riflessione sul tema della pace e dei suoi componenti e suggerimento di strategie di pace tra pari.

DURATA: Due incontri della durata di 2 ore ciascuno.

La costruzione di rapporti di pace rappresenta il rovescio della medaglia dello scottante tema del bullismo, che come una macchia d'olio sta allargandosi e contagiando le realtà scolastiche di ogni ordine e grado.

Come ho già evidenziato in altre schede, ritengo fondamentale porre l'accento sulla prevenzione, che è necessario mettere in atto sin dalla scuola dell'infanzia, insegnando le strategie di confronto e di pace ai bambini sin dalla tenera età.

L'attività inizia con un lavoro sul concetto di pace, dove gli alunni sono invitati a individuare quali siano a loro parere i «componenti» o le caratteristiche fondamentali per costruire un rapporto di pace tra pari.

Questa prima fase si può realizzare attraverso diverse modalità. A titolo esemplificativo ne cito alcune tra quelle che ho utilizzato nella classe prima di una scuola secondaria di primo grado.

- Dividere la classe in gruppi di lavoro formati al massimo da quattro alunni, lasciando la consegna di individuare le caratteristiche fondamentali per costruire relazioni pacifiche tra pari, scrivendole su un foglio. In un secondo momento si raccolgono tutti gli elaborati che il conduttore leggerà a voce alta, favorendo e sollecitando gli interventi, le riflessioni o i commenti da parte del gruppo classe sui contenuti emersi.
- Si può suggerire la stessa consegna appena citata, ma in forma individuale: ogni alunno svolgerà il suo compito scrivendo in

forma anonima su un foglietto, che poi verrà consegnato al conduttore e condiviso.

- In alternativa, proporre un brainstorming collettivo al quale partecipa in contemporanea tutta la classe previa alzata di mano: ogni alunno individua e nomina un comportamento e atteggiamento essenziale per instaurare relazioni pacifiche, mentre un volontario si offre di riportare alla lavagna le riflessioni emerse.

Questa prima fase dell'attività ha la funzione di «riscaldare» i presenti, sensibilizzandoli al tema della pace, e potrebbe occupare anche due ore, in quanto è essenziale concedere il tempo adeguato per commentare i contenuti emersi e permettere ai ragazzi, qualora ne esprimessero il desiderio, di riportare un episodio, un ricordo, un frammento di vissuto quotidiano, serbato fino a quel momento in un cassetto della memoria accuratamente sigillato.

Il concetto di pace evoca componenti importanti, quali il rispetto della diversità, la comprensione, l'assenza di giudizio, il perdono, il chiarimento, la denuncia della verità.

La seconda parte dell'attività è incentrata sulla condivisione dei vissuti che i ragazzi iniziano a comunicare sulla scia del precedente lavoro sul concetto di pace.

Parlare di pace infatti significa anche denunciare episodi mai risolti, incomprensioni non chiarite o scoprire fraintendimenti frutto di pettegolezzi a cui si è dato credito scambiandoli per verità assolute. Nel lavorare con diversi gruppi classe ho potuto sperimentare quanto in questi contesti sia importante la *dimensione del chiarimento* per poter dissolvere equivoci, pregiudizi, malintesi o rancori che i ragazzi si trascinano a lungo come zavorre. Si possono spalancare scenari multiformi, pertanto è indispensabile che il conduttore sappia gestire con attenta regia i vissuti emergenti.

Se, durante questa condivisione, un alunno denuncia un episodio di *incomprensione* o «*presa in giro*» da parte di un compagno che è

presente, chiedo se ci sia la volontà da parte di entrambi i protagonisti della vicenda di *risolvere la questione chiarendosi*.

Nella maggior parte dei casi, i ragazzi esprimono una ferma volontà di confrontarsi e dissolvere le ombre che da tempo non consentono più di guardarsi con occhi scevri da giudizio o rancore.

Quindi chiedo agli attori in gioco se desiderano parlarsi appartandosi per qualche minuto, comunicando a turno la propria verità, nonché il vissuto e disagio riguardo alla questione irrisolta.

L'unica condizione da rispettare da entrambe le parti è la denuncia della verità e l'assenza di giudizio nei confronti del partner.

Il gruppo classe e l'insegnante presente garantiscono ai contendenti l'astensione da qualsiasi tipo di domanda, interrogatorio, curiosità riguardo a ciò che i ragazzi si diranno. Questo aspetto è fondamentale, in quanto la *garanzia del rispetto assoluto della privacy* permette a entrambi i protagonisti di esternare e mettere a fuoco aspetti e particolari delicati che non desiderano esplicitare dinanzi ai compagni.

A questo punto, i ragazzi sono invitati a *uscire dalla classe per qualche minuto*, in modo da avere l'opportunità di dialogare in assenza di testimoni. È opportuno lasciare la porta dell'aula semiaperta in modo da monitorare a distanza la vicenda e, qualora fosse presente un altro insegnante, ad esempio il docente di sostegno, lo si può invitare a uscire dall'aula semplicemente come garante della sicurezza, osservando a debita distanza ed evitando di ascoltare.

È molto interessante osservare e rilevare la serietà e l'impegno con i quali i ragazzi affrontano *l'esperienza del chiarimento*: i volti con cui rientrano in aula dopo pochi minuti sono la cartina di tornasole di un nodo che si è sciolto, di un amico ritrovato e, soprattutto, di un peso di cui ci si è liberati.

Quando i ragazzi tornano al loro posto mi limito a fare alcune domande al solo scopo di capire se abbiano chiarito completamente o se persistano ombre residue, e come si sentano al termine dell'esperienza. La maggioranza riporta un vissuto di *leggerezza e riconciliazione*.

La strategia di pace che propongo attiva il più delle volte un *processo a catena*: una volta rotto il ghiaccio, altre mani si alzano e chiedono di poter uscire per chiarirsi e ritrovare un nuovo equilibrio o una tranquillità perduta. È un'esperienza profondamente toccante sperimentare come i ragazzi, messi nelle condizioni adatte e con gli strumenti adeguati, siano in grado di riconciliarsi tra loro dissolvendo incomprensioni e rancori anche di vecchia data.

Per i docenti presenti tale strategia, se bene utilizzata, diventa un ottimo metodo per sganciarsi e svincolarsi dallo scomodo ruolo di imparziale giudice delle situazioni conflittuali emergenti. Il più delle volte, infatti, responsabilizzati e messi nella condizione di confrontarsi riponendo fiducia nella loro capacità di trasparenza, onestà e autenticità, gli studenti dimostrano maturità, profondità e rispetto dell'altro, stupendo gli astanti.

Le insegnanti che hanno adottato e fatta propria la modalità appena suggerita nel gestire rapporti di litigio o di incomprensione tra pari rilevano che il gruppo classe collabora molto meglio e il clima relazionale migliora notevolmente, sviluppando *senso di responsabilità, autonomia e capacità di gestire le emozioni* in modo efficace.

Concludo riportando alcune tra le più significative restituzioni che gli studenti hanno espresso al termine degli incontri.

Chiarendomi ho capito gli errori che ho fatto nei confronti dei miei amici, anche se non volevo ferirli.

Mi ha fatto piacere poter parlare di qualcosa che mi portavo dentro da tanto tempo e non avevo il coraggio di tirare fuori.

Il rispetto della privacy è la cosa che ho apprezzato di più: non avrei mai potuto parlare e chiarirmi davanti alla classe.

Ho capito quanto una parola può essere un'offesa e una ferita per qualcuno, e provocare indifferenza in qualcun altro.

Secondo me talvolta le parole feriscono più delle mani: dovremmo ricordarcelo!

Far sbollire la rabbia

DESTINATARI: Alunni della scuola primaria.

OBIETTIVO: Apprendere strategie e modalità nuove nel gestire l'emozione della rabbia.

DURATA: Due incontri di 2 ore ciascuno.

MATERIALE: Carta e penna.

L'attività presentata è scaturita da una richiesta di intervento in una classe quarta della scuola primaria. L'insegnante mi aveva interpellata affinché la aiutassi a gestire meglio le emozioni dei bambini, in modo particolare la rabbia.

Dopo un incontro preliminare dove il corpo insegnante ha descritto la composizione della classe, i bambini stranieri presenti, le difficoltà familiari di alcuni (separazioni e divorzi in atto, disagi economici, lutti), abbiamo deciso di proporre alcuni interventi in classe della durata di circa due ore, dove il focus dell'attenzione sarebbe stato posto sulle emozioni e sulla loro gestione.

Nel corso del primo intervento, come di consueto, ho proposto un'attività che mi aiutasse a familiarizzare con gli alunni e grazie a cui iniziare a conoscere i ragazzi e le loro emozioni: *L'appello del come mi sento* (si veda il capitolo 1). Prendendo spunto dalle emozioni e sensazioni affiorate durante l'appello, abbiamo iniziato a esplorare il mondo delle emozioni, nominandole e scrivendole alla lavagna a mano a mano che emergevano.

Una volta verbalizzate le emozioni più forti e condivise, abbiamo cominciato a esplorare la rabbia e i bambini hanno chiesto di esprimere i loro vissuti e le loro esperienze a riguardo.

Ho pertanto chiesto di disporsi in cerchio e ognuno di loro ha riferito un piccolo episodio in cui aveva provato tale emozione.

In un secondo momento, ho suggerito agli alunni di scrivere su un foglio quale fosse il loro personale metodo per «far sbollire la rabbia».

Quelle che seguono sono alcune tra le considerazioni più significative emerse.

Per far sbollire la mia rabbia urlo fino al massimo, do i pugni ai cuscini ma poi so che non serve a niente e allora vado in camera mia a piangere per 10 minuti, poi vado in salotto ad abbracciare la mia mamma e lei mi consola. Questo è il mio metodo per far sbollire la rabbia.

Quando sono arrabbiata l'unico modo per calmarmi è quello di ascoltare sul letto la musica a tutto volume con le cuffie. In questo modo io mi isolo, non sento quello che succede intorno a me, così mi rilasso e poi mi calmo.

Io ho diversi metodi: uno di questi è prendere a botte i cuscini, l'altro sarebbe di disfare il letto ma non posso farlo perché la mamma si arrabbia e l'ultimo è di dare i pugni ai miei pupazzi.

Per far sbollire la rabbia mi aiuta tanto lo sport perché così penso a divertirmi con i miei migliori amici e non penso più alla rabbia.

Quando sono arrabbiata, mi chiudo in camera sbattendo la porta. Per calmarmi prendo i miei giochi preferiti che sono: il lego e il cucito. Questi due giochi mi aiutano a rilassare corpo e mente, così mi calmo e torno a ragionare.

Quando qualcuno mi fa arrabbiare, ad esempio mio fratello che mi dà calci, pugni e mi tira i capelli, io stringo forte un cuscino tra le mani oppure vado sul letto e metto la testa tra i cuscini e conto fino a dieci, dopo esco e mi sento molto meglio!

Io la rabbia la sbollisco non usando le mani ma standomene un po' per conto mio, evitando di vedere o parlare con quella persona. Poi aspetto che mi passi e chiarisco facendo la pace.

Per sbollire la rabbia mi sfogo un po' e così la rabbia va via come se cadesse nel bidone. E dopo sono bella serena e posso dire tranquillamente: «Addio rabbia!». Mia sorella dice che la rabbia è il sentimento peggiore che c'è, perché quando sei arrabbiato dici cose che non pensi veramente e puoi offendere qualcuno.

Le riflessioni dei bambini sono state molto profonde e hanno rivelato che spesso anche i più piccoli possiedono interiormente le risorse idonee per gestire le emozioni in modo adeguato.

La lettura condivisa ha inoltre consentito il confronto del proprio vissuto con quello di un compagno al fine di integrare e considerare altri metodi e soluzioni ottimali nella gestione della rabbia.

A termine dell'intervento sia gli alunni che l'insegnante hanno dichiarato di essere soddisfatti del lavoro svolto e ho pertanto proposto di realizzare un cartellone da affiggere in classe nel quale venissero riportate tutte le soluzioni e i metodi adottati dai bambini per «far sbollire la rabbia», invitando ad abbellire con dei disegni le riflessioni emerse.

A distanza di due mesi in accordo con le insegnanti sono tornata in classe per verificare che tipo di ricaduta avesse avuto sulla classe l'attività e ho potuto constatare che tutti i bambini avevano integrato, nel loro comportamento, altri tipi di modalità di gestione dell'emozione. Alcuni hanno raccontato di aver voluto provare i metodi usati dai compagni e in alcuni casi ne avevano tratto giovamento, altri hanno dichiarato di preferire continuare a usare le proprie risorse e strategie personali.

È stato interessante rilevare e far notare al gruppo classe come l'esperienza della condivisione sia sempre arricchente, stimolante e in alcuni casi acceleri i processi decisionali.

L'insegnante inoltre mi ha comunicato che, in seguito all'incontro incentrato sulla rabbia, gli alunni avevano espresso il desiderio di parlare di altre emozioni che stavano loro a cuore. Pertanto, una volta a settimana avevano istituito un momento denominato da loro stessi «Il cerchio delle emozioni», all'interno del quale a turno ognuno si sentiva libero di raccontare un episodio che riguardava l'emozione scelta. Avevano già esplorato la gioia, il rancore e l'incomprensione.

La maestra aveva apprezzato molto l'idea di condividere a voce alta le strategie e le risorse personali di ogni alunno e ha continuato a usare tale metodologia, che si è rivelata efficace e particolarmente gradita. I bambini avevano imparato a riversare in quel rituale set-

timanale le piccole contrarietà, ansie o malintesi che costellavano il loro quotidiano.

L'insegnante mi ha anche confidato la sua perplessità e i suoi dubbi iniziali riguardo alla capacità di gestire il gruppo su tematiche riguardanti i sentimenti e le emozioni, ma poi si è affidata alla sua sensibilità e intuito e soprattutto ha fatto leva sulla relazione di fiducia e conoscenza instaurata negli anni precedenti con gli alunni.

Questi ingredienti, conditi dalla ventennale esperienza di insegnante, hanno permesso che l'attività si snodasse senza difficoltà, diventando così una parentesi di «respiro dalla didattica», come l'aveva definita lei stessa.

La vera «esperta» era diventata la maestra stessa e il mio ruolo era stato importante in quanto attivatore e facilitatore del processo di comunicazione all'interno del gruppo classe.



MI CHIUDO IN CAMERA
E GUARDO I CARTONI!



I chiodi nello steccato

DESTINATARI: Alunni della scuola primaria.

OBIETTIVO: Responsabilizzare gli alunni sulla conseguenza delle proprie azioni.

DURATA: Due incontri della durata di 2 ore ciascuno.

MATERIALE: Un cartellone grande da affiggere al muro, pennarelli, matite, materiale di cancelleria.

Questa attività scaturisce dall'esigenza di alcune insegnanti di scuola primaria di conoscere come gestire i litigi e le prese in giro tra gli alunni delle loro classi, e trae spunto dall'impostazione metodologica di Daniele Novara, pedagogo che da anni si interessa della gestione del conflitto, individuando nei bambini stessi le risorse per la sua risoluzione (per ulteriori approfondimenti, si può far riferimento alla bibliografia).

Come ho già sottolineato, ogni intervento è sempre preceduto da un incontro con le insegnanti del gruppo classe al fine di comprendere e decodificare quali siano i bisogni, le richieste e le difficoltà dei docenti nel gestire gli alunni. Spesso si parte dall'esplicitazione di un problema che in realtà, a un'analisi più accurata, si rivela solo la punta dell'iceberg: sotto di esso infatti si nascondono difficoltà più faticose da manifestare e riconoscere.

Ho notato come tra le insegnanti manchino momenti di condivisione e confronto sulla gestione della classe, nonostante siano previsti molti incontri di programmazione e aggiornamento. Spesso ho avvertito la loro esigenza di essere ascoltate ed è quindi fondamentale, da parte di chi si pone come figura esterna «esperta», entrare in punta di piedi cercando di comprendere la composizione della classe, le dinamiche tra i bambini, eventuali situazioni familiari delicate per poter offrire strategie e metodologie di intervento facilmente fruibili e che non vadano ad appesantire ulteriormente il carico dell'insegnante.

L'attività che ho proposto e pensato per questo incontro è adatta a una classe terza o quarta della primaria, ma nulla vieta che la sensi-

bilità e l'intelligenza di un insegnante possano adattarla e applicarla anche in altre classi.

Come sempre il mio intervento parte da una breve conoscenza del gruppo classe attraverso una forma ludica che aiuti a instaurare un primo approccio in un clima di fiducia e naturalezza.

In un secondo momento, chiedo ai bambini se intuiscono il motivo per cui la maestra ha proposto il mio intervento e dalle riflessioni che scaturiscono traggono spunto e ispirazione per tarare e proporre l'attività più idonea.

I chiodi nello steccato è un breve racconto che conosco da molto tempo, e trovo che ben si adatti e si presti per riflettere e lavorare sul tema del litigio. Ne riporto di seguito la trascrizione.

C'era una volta un ragazzino con un carattere difficile.

Suo padre gli diede un sacchetto di chiodi e gli disse di piantarne uno nello steccato del giardino ogni volta che avesse perso la pazienza e litigato con qualcuno.

Il primo giorno il ragazzo piantò 37 chiodi nello steccato. In seguito il numero di chiodi piantati nello steccato diminuì gradualmente. Aveva scoperto che era più facile controllarsi che piantare quei chiodi.

Finalmente arrivò il giorno in cui il ragazzo riuscì a controllarsi completamente.

Lo raccontò al padre e questi gli propose di togliere un chiodo dallo steccato per ogni giorno in cui non avesse perso la pazienza.

I giorni passarono e finalmente il ragazzo fu in grado di dire al padre che aveva tolto tutti i chiodi dallo steccato.

Il padre prese suo figlio per la mano e lo portò davanti allo steccato. Gli disse: «Ti sei comportato bene, figlio mio, ma guarda quanti buchi ci sono nello steccato. Lo steccato non sarà più quello di prima. Quando litighi con qualcuno e gli dici qualcosa di brutto, gli lasci una ferita come queste. Puoi piantare un coltello in un uomo e poi estrarlo. Non avrà

importanza quante volte ti scuserai, la ferita rimarrà ancora lì. Una ferita verbale fa male quanto una fisica, anzi a volte ferisce di più un'offesa che uno schiaffo».

La lettura ha suscitato diverse riflessioni, espressioni personali, e ha innescato il processo di identificazione con il protagonista.

L'insegnante ha avuto l'ottima idea di disegnare un grande steccato, in cui ogni alunno fosse rappresentato da un'asse di legno con il proprio nome.

Gli alunni hanno suggerito di disegnare un chiodino per ogni litigio avvenuto fra loro proponendo, proprio come nel racconto, di cancellare il chiodino ogni qual volta fossero riusciti a far pace e riconciliarsi.

La settimana successiva sono tornata nella classe e tutti gli alunni fieri mi hanno mostrato il loro tabellone con un grande steccato disegnato e con molti chiodini «piantati» nelle assi dei compagni. Nelle settimane successive i chiodi sono diminuiti progressivamente: autosegnalarsi aveva permesso di acquisire gradualmente una forma di lieve autocontrollo sulla gestione delle emozioni e della rabbia.

Il mio ringraziamento è andato all'intuizione della maestra e alla buona volontà ed entusiasmo dei bambini, che ancora una volta hanno dimostrato come l'esperto che entra in classe non sia altro che un facilitatore della comunicazione e un catalizzatore di idee e proposte giacenti dentro ognuno di loro. L'importante è trovare il giusto stimolo che funga da calamita.

Una perdita, una conquista!

DESTINATARI: Alunni della scuola secondaria di primo grado.

OBIETTIVO: Riflettere sulle esperienze di vita personale e trarne insegnamenti positivi.

DURATA: 2 ore.

MATERIALE: Un libro per il conduttore, carta e penna per gli alunni.

L'attività qui presentata è scaturita dall'esigenza di una professoressa di far riflettere due classi prime di una scuola secondaria di primo grado sul problema dell'esclusione e dell'offesa. Dietro suggerimento della docente di lettere abbiamo accorpato le due prime lavorando a classi aperte, decidendo di comune accordo di ribaltare il fulcro dell'incontro: non più l'esclusione, ma un'attività che potesse coinvolgerli tutti creando un momento di forte coesione.

Ho pensato dunque di proporre la lettura di alcune pagine di un libro dal quale è stata tratta una fiction TV molto seguita e amata dai ragazzi: *Braccialetti rossi*.

Inizialmente ho introdotto la storia del protagonista che, ammalatosi di cancro a 14 anni, trascorre 10 anni della sua vita in ospedale tra cure, ricoveri, chemioterapia, complicazioni. Il libro è il racconto di tutto ciò che la malattia, un'esperienza sicuramente dolorosa e traumatica, gli ha insegnato. In ventitré capitoli, che non a caso vengono chiamati «scoperte», l'autore Albert Espinosa mostra come unire la realtà quotidiana ai sogni più segreti e trasformare ogni istante della vita, anche il più cupo, in un momento di gioia.

Ogni qualvolta leggo in classe storie vere, i ragazzi ne restano catturati e affascinati, avvolti in un rispettoso e fitto silenzio che consente a ciascuno di assaporare un ascolto profondo e proficuo.

Ho scelto di leggere il capitolo in cui il protagonista narra il modo in cui ha appreso come da ogni perdita nella vita, se elaborata ed accettata correttamente, possiamo guadagnare qualcosa, imparare delle lezioni, crescere e arricchirci interiormente.

In seguito alla lettura, risultata a tutti molto gradita, ho lanciato la proposta di scrivere su un biglietto: «La mia perdita... La mia conquista...», condividendo quindi con i compagni l'esperienza di una perdita e riflettendo su cosa in cambio si fosse imparato, conquistato, compreso.

I risultati sono stati sorprendenti per la sensibilità e la profondità delle riflessioni emerse.

Ne cito qui di seguito alcune tra le più significative:

Tanti anni fa quando avevo 5 anni mi è successo di perdere la funzionalità del braccio destro. Per me era veramente doloroso e pensavo che non ci fosse nessuna cura, invece non è stato così. Dopo un paio di giorni che mi son messo il gesso mi è passato e questa esperienza mi ha insegnato che c'è sempre una cura e mi ha dato molta forza e coraggio perché ora la prossima volta che si romperà non avrò paura ma coraggio e lo dico a tutti coloro a cui capita una cosa simile.

Quando ero in quinta elementare e sono passato alle medie ho perso molti compagni di classe, ma alle medie ne ho trovati altri anche se pensavo che non mi avrebbero voluto e invece non è stato così!

Io proprio un mese fa ho perso mia nonna. Lei mi diceva sempre che nella vita non bisogna mai arrendersi, allora ogni volta che sto per arrendermi penso alle sue parole. Infatti è un mese che non mi arrendo!

Due anni fa ho perso il mio bisnonno in Albania. Ogni volta che andavo a trovarlo mi diceva molte cose come ad esempio: «Non piangere mai! E se ti dicono che vali zero ricordati che lo zero è il numero che viene prima di tutti. Quindi mi ha insegnato a non mollare mai!».

Un mese fa ho perso il cellulare e ho guadagnato tanto tempo in più per stare con gli amici e non litigare più su WhatsApp!

Io ho perso la mia festa di compleanno perché avevo l'influenza e son rimasto a casa, ma in compenso ho letto *Le cronache di Narnia* e mi è piaciuto moltissimo!

Ho perso Facebook, perché i miei genitori me l'hanno vietato, ma in compenso ho guadagnato del tempo in più per stare con i miei amici a giocare a pallone!

Da piccolo quando ero all'asilo perdevi spesso matite, spille, gomme e piangevo sempre perché mi dispiaceva di aver perso delle cose che credevo fossero per me care. Questa cosa mi ha fatto capire che nella vita non vale la pena essere tristi per delle piccolissime cose materiali!

Al termine dell'incontro le insegnanti presenti hanno fatto i complimenti ai ragazzi per il comportamento corretto tenuto (erano in tutto circa 50) e soprattutto per la serietà e l'impegno profuso nello svolgere il compito assegnato. Hanno chiesto pertanto un altro intervento per poter continuare a lavorare insieme su un argomento che fosse di interesse per entrambe le classi.

Annotazioni personali

Questo spazio è riservato all'insegnante.

Può essere utilizzato per diversi scopi.

Ne suggerisco qui di seguito alcuni:

- Annotare il capitolo o la pagina del libro sul quale si intende lavorare.
- Riportare le più significative riflessioni scaturite dagli alunni.
- Appuntare idee o spunti per le successive attività.

Il quaderno delle emozioni

DESTINATARI: Alunni della scuola primaria.

OBIETTIVO: Familiarizzare con il mondo delle emozioni.

DURATA: Tre incontri della durata di 2 ore ciascuno.

MATERIALE: Un quaderno ad anelli per ogni bambino, carta, cartoncino, materiale povero di recupero, colori a spirito, pastelli, materiale di cancelleria, riviste di diverso genere, giornali di attualità o di moda.

L'attività che segue scaturisce dalle numerose e frequenti richieste da parte degli insegnanti della scuola primaria di essere supportati nel fornire ai loro alunni un'adeguata alfabetizzazione sul mondo delle emozioni e dei sentimenti.

Ho già descritto in altre schede diverse metodologie e strategie per familiarizzare e gestire con maggior dimestichezza il mondo emotivo dei piccoli discenti.

Il lavoro che propongo qui è in prevalenza manuale e comporta la messa in gioco della creatività e dell'inventiva degli alunni per tradurre i loro pensieri, idee e fantasie che ruotano intorno alle emozioni in un quaderno, o diario, dove le pagine vengono create ed elaborate completamente da loro.

La prima fase del lavoro consiste nello scrivere alla lavagna le lettere dell'alfabeto e lasciare che ogni bambino associ a una lettera un'emozione o un sentimento.

Fornisco degli esempi tratti da lavori già eseguiti:

A come amore, amicizia, antipatia, astio, arroganza.

B come bontà, benessere, bellezza.

C come cattiveria, contentezza, calore umano, collaborazione.

D come divertimento, delusione, dolore.

E come entusiasmo, energia, esclusione, estraneità, estroversione.

F come felicità, fantasia, forza, furbizia.

G come gentilezza, gioia.

Lasciate un ampio spazio di tempo ai bambini affinché trovino il maggior numero di parole possibili.

Quando hanno esaurito l'elenco, potete aiutarli nell'individuare altri termini a loro sconosciuti, come astio, irriverenza, recriminazione, ecc., in modo da ampliare la ricchezza del loro vocabolario emotivo.

Può essere buona prassi sollecitare la ricerca del significato anche sul vocabolario, così che rimanga impresso nella memoria.

Ogni emozione individuata deve essere compresa da tutta la classe e, se si vuole, può essere accompagnata da qualche esempio di vita vissuta dal piccolo protagonista che l'ha enunciata.

Questa prima fase del lavoro potrebbe occupare la durata di un incontro di due ore.

La settimana successiva ogni bambino sarà invitato a costruire il suo quaderno delle emozioni iniziando dalla lettera A.

Per ogni lettera dovrà scegliere due o tre emozioni da rappresentare attraverso una foto ritagliata da una rivista o da un giornale, tramite un disegno o vignetta inventata da lui, o semplicemente scrivere un breve episodio significativo o titoli di qualche canzone che evochi il sentimento o l'emozione in gioco.

Si tratta di un lavoro che occuperà un tempo notevole se consideriamo tutte le 21 lettere dell'alfabeto. Se il tempo a disposizione è ridotto, non è necessario individuare emozioni per ogni singola lettera dell'alfabeto. Ogni alunno potrà decidere spontaneamente di scegliere solo alcune lettere e di corredarle con i suoi lavori creativi che rimandino all'emozione scelta.

Il quaderno delle emozioni accompagnerà l'alunno nel corso dell'intero anno scolastico.

L'insegnante di italiano o di immagine potrà utilizzarlo periodicamente per dividerne i contenuti con il gruppo classe, per trarne spunti di riflessione o arricchimento qualora si voglia istituire un appuntamento periodico e rituale all'interno della didattica, per educare al linguaggio delle emozioni.

L'insegnante di una classe terza della scuola primaria, alla quale avevo suggerito l'attività nel corso di un colloquio allo sportello di ascolto, mi ha riferito che il quaderno delle emozioni, una volta realizzato dai suoi alunni, era diventato un momento periodico inserito nella programmazione didattica, per condividere vissuti emotivi e scambiarsi opinioni, ed era atteso da tutto il gruppo classe con gioiosa fibrillazione.

Identikit del bullo

DESTINATARI: Alunni della scuola secondaria di primo grado.

OBIETTIVO: Riflessione personale e individuazione delle caratteristiche psicologiche e socio-culturali del bullo.

DURATA: Due incontri di 2 ore.

La tematica del bullismo e del cyberbullismo è tra le più richieste da trattare, sia da parte degli alunni che da parte dei docenti.

Tuttavia, affrontare questo tema risulta spesso difficile perché attorno all'argomento aleggia un'aria di riservatezza e vergogna: non tutti gli alunni hanno il coraggio di dichiarare pubblicamente un episodio al quale si è assistito o del quale si è stati protagonisti. Per arginare il problema e introdurre l'argomento in maniera indiretta, spesso il metodo che uso consiste nel leggere ai ragazzi storie vere, testimonianze relative a esperienze di bullismo vissute e subite a scuola.

In genere l'ascolto di esperienze reali suscita attenzione e disponibilità alla riflessione e incentiva l'elaborazione personale, perché queste storie e i loro protagonisti forniscono sempre elementi di aggancio e di identificazione con i vissuti personali dei ragazzi. Questi, infatti, dopo aver commentato o espresso la propria opinione sugli eventi del racconto, iniziano ad alzare la mano per raccontare qualche episodio dei quali sono stati spettatori o protagonisti.

A questo punto è fondamentale sottolineare l'importanza della denuncia dell'episodio da parte dell'alunno, valorizzando il coraggio dimostrato nel dividerlo.

Nella maggior parte dei casi, infatti, le storie di prepotenza, aggressività e violenza fisica o morale vengono vissute in silenzio, trattenendo dolore, rabbia e umiliazione nel proprio intimo, per timore di ulteriori rivendicazioni o ritorsioni da parte dei bulli. Inoltre è tipico il subentrare di un sentimento di vergogna e di senso di inferiorità per ciò che si subisce, al punto di non avere la forza e la

voglia di confidarlo a nessuno, né a un coetaneo né, tanto meno, a professori o genitori.

Il fine dell'attività che propongo è invece quello di aiutare i ragazzi a parlare e condividere le loro esperienze, uscendo dall'isolamento che amplifica i vissuti emotivi, sollecitandoli a individuare strategie e soluzioni nei confronti del problema.

Generalmente le prime due ore di un incontro corrono veloci tra l'ascolto delle storie vere e l'espressione dei commenti personali e degli agganci a situazioni vissute o riportate da compagni.

Nel corso del secondo incontro invito i ragazzi a riflettere sulla figura del bullo, attraverso la proposta di tracciarne un identikit.

Consegno pertanto un foglio ciascuno e suggerisco di disegnare o un volto o la figura completa di un ragazzo che si atteggi a bullo.

Intorno al viso andranno poi disegnate delle nuvolette nello stile del fumetto, all'interno delle quali ognuno potrà scrivere le caratteristiche che attribuisce al bullo, riferite sia a tratti della personalità, sia al contesto socio-culturale di appartenenza.

Come di consueto, tratteggio alla lavagna un volto che rappresenti un bullo e intorno ad esso disegno delle nuvole con alcuni esempi di caratteristiche.

Quando tutti i ragazzi hanno completato e consegnato il lavoro, riflettiamo collettivamente sulle considerazioni emerse.

In genere tutti colgono nella figura del bullo aspetti problematici e conflittuali della vita familiare o personale e sottolineano una personalità fragile e insicura, mascherata dietro atteggiamenti aggressivi e sfrontati.

L'aspetto più rilevante del lavoro consiste però nell'individuare strategie utili affinché le vittime dei bulli possano difendersi o uscire dalla paura e dal timore di rappresaglie e ritorsioni continue.

Tra le soluzioni maggiormente gradite e condivise dai ragazzi cito l'aiuto e il sostegno da parte dei pari. Infatti, più che l'intervento di un adulto, ritengo efficace e risolutivo che altri compagni prendano

a cuore il problema e si affianchino alla vittima intercedendo a suo favore, attraverso un dialogo forte e assertivo nei riguardi del bullo in questione. Servono poco invece rassicurazioni e minimizzazioni sui fatti accaduti o sollecitazioni a ignorare le offese ricevute.

Qui di seguito riporto la descrizione di come ho affrontato in classe il caso di un alunno vittima di un episodio di bullismo.

In un primo momento invito l'alunno in questione a descrivere l'accaduto non omettendo nessun particolare riguardo a luogo, situazione e collocamento temporale in cui si è verificato. Chiedo però di rispettare l'anonimato riguardo all'identità del bullo in questione.

Durante la fase della descrizione sono ammesse e anche sollecitate domande e richieste di chiarimenti da parte del gruppo classe. Spesso le emozioni legate all'episodio vissuto inquinano e condizionano i ricordi, portando a omettere o deformare alcuni particolari.

Una volta che il vissuto della vittima è stato dichiarato alla classe, si chiede se l'episodio si sia ripetuto più volte e se la vittima abbia avuto modo di chiarire e risolvere la questione con l'aggressore.

In alcuni casi i ragazzi dichiarano di aver chiesto l'intervento di un adulto (genitore, parente, catechista) e che la questione si è risolta perché il bullo ha smesso di infierire in seguito all'aiuto richiesto.

Nella maggior parte dei casi, però, le vittime rimangono in silenzio, prigioniere e ingabbiate tra le spire del dolore e dell'umiliazione.

Pertanto, il fatto di venire allo scoperto e condividere con la classe un vissuto di disagio e sofferenza è di per sé un elemento positivo e catartico che va riconosciuto e valorizzato davanti a tutti, in modo che i ragazzi possano individuare come positivo e doveroso il dichiarare ufficialmente episodi di prepotenza, prevaricazione e aggressività fisica o morale.

Il secondo step dell'intervento consiste nel chiedere ai compagni della vittima l'individuazione di soluzioni e strategie utili a uscire dalla situazione di paura, passività o dolore collegati all'episodio vissuto: è questa la fase più importante e delicata dell'attività, in cui vanno

sollecitati interventi e soluzioni a sostegno del benessere e di un ritrovato equilibrio emotivo nella vittima.

In genere i ragazzi, spronati nell'individuazione di strategie originali e risolutive, sono molto creativi e produttivi.

Tutti i suggerimenti che emergono si possono scrivere alla lavagna o in alternativa ognuno può scrivere la soluzione più idonea su un foglietto che consegnerà all'alunno in questione.

Quando la classe intera ha fornito il proprio contributo, la «vittima» verrà di nuovo coinvolta affinché esprima la propria opinione su quale soluzione o suggerimento trovi efficace e attuabile.

Fondamentale al termine dell'intervento è chiedere come si sente il protagonista dell'episodio, se gli sono stati utili il coinvolgimento e la partecipazione della classe e soprattutto se si è modificato anche di poco il vissuto emotivo legato alla vicenda. Parallelamente, è bene chiedere a tutto il gruppo classe quanto ha gradito l'attività e in che misura ha avuto una ricaduta personale su ciascuno.

Nella mia esperienza ho rilevato quanto la condivisione del problema e l'individuazione di strategie risolutive modifichino l'immaginario e il vissuto dei ragazzi nei confronti del bullismo, consentendo di acquisire strumenti nuovi e lenti diverse per affrontare il problema sotto prospettive e angolazioni creative.

In allegato alcuni disegni eseguiti da studenti di una classe seconda della secondaria di primo grado.





Tutti per uno!

DESTINATARI: Alunni del secondo ciclo della scuola primaria e della scuola secondaria di primo grado.

OBIETTIVO: Coinvolgere il gruppo nella classe nella risoluzione di un problema di un singolo alunno.

DURATA: Due incontri della durata di 2 ore ciascuno.

MATERIALE: Carta e penna.

Capita spesso che, di fronte al problema di un singolo alunno, l'insegnante si attivi personalmente interpellando l'alunno in questione, parlando con la famiglia, confrontandosi con il resto del team di insegnanti.

A volte la sinergia di queste risorse e strategie di intervento funziona, ma non sempre è così. Ci sono casi in cui, nonostante il colloquio con i familiari e con il diretto interessato, i tentativi di individuare soluzioni che aiutino l'alunno a uscire da una difficoltà scolastica o relazionale falliscono uno dopo l'altro, lasciando gli insegnanti disarmati e avviliti, e l'alunno in questione scoraggiato e convinto che non ci sia via d'uscita per la sua difficoltà.

Quando gli insegnanti mi interpellano in qualità di esperta della scuola, individuano la mia figura come un'ancora di salvezza, sebbene il mio compito, come ho già ribadito in altre pagine del volume, consista principalmente nel fornire strumenti e strategie affinché si faciliti la comunicazione tra gli alunni stessi o tra il gruppo classe e l'insegnante. Ripeto spesso, infatti, che i veri esperti della scuola sono loro, gli insegnanti, che ogni giorno con costanza, fatica, impegno e abnegazione trascorrono ore preziose a contatto con le giovani menti e soprattutto con i giovani cuori dei discenti. Credo che il ruolo di una figura esperta esterna alla scuola sia tanto più efficace quanto meno interviene direttamente nel contesto, ma supporta e sostiene gli attori protagonisti della realtà scolastica affinché rinforzino la loro motivazione e acquisiscano marce in più per correre sull'autostrada della loro mission educativa.

Allora, cos'altro si può fare in quei casi in cui i tentativi di individuazione di soluzioni hanno fallito?

Propongo in questi contesti l'attività *Tutti per uno*.

Individuate un piccolo problema o una difficoltà di un alunno che, nonostante sia stato già affrontato con la famiglia e gli altri insegnanti, è rimasto immutato. Potrebbe essere un problema legato al comportamento nei confronti di alcuni compagni, con i quali si scontra continuamente, sia verbalmente che fisicamente.

Prima di proporre l'attività, anticipatela preparando gli alunni qualche giorno prima e investendoli di responsabilità, dichiarando che siete convinti e fiduciosi nel fatto che solo coinvolgendo tutta la classe si possa risolvere la difficoltà che avete in animo di mettere a fuoco: è molto importante infatti conferire fiducia agli alunni, renderli parte attiva nella risoluzione delle questioni che li riguardano, sollecitando le loro risorse interne e la creatività.

Presupposti ineludibili per proporre l'esperienza sono l'accordo unanime dei pari e, *in primis*, il consenso dell'alunno in questione, in modo che tutta la classe si attivi per fornire il suo contributo attraverso soluzioni personalizzate. In prima battuta ci potrebbe essere qualche compagno non disponibile, magari proprio uno tra quelli che viene preso di mira. In tal caso è bene non insistere né tentare di convincere nessuno: nella mia esperienza ho potuto notare che, quando la maggioranza è d'accordo, anche quelli inizialmente perplessi si uniscono ad essa.

Ottenuto il consenso di tutti, consiglio di proporre l'attività nelle prime ore della mattinata scolastica, a mente e fisico freschi e riposati, onde evitare che il fattore stanchezza interferisca negativamente sulla buona riuscita dell'esperienza.

Quindi, si chiede a tutta la classe di aiutare nel sistemare i banchi lungo le pareti dell'aula, in modo da avere spazio a sufficienza per disporre in cerchio le sedie.

L'alunno per il quale si chiede di individuare delle soluzioni sceglierà se collocarsi accanto ai suoi compagni o al centro del cerchio.

Personalmente ho potuto verificare la preferenza dei ragazzi della secondaria di primo grado nel sedersi o fuori dal cerchio o accanto ai compagni, mentre nella primaria molti scelgono di occupare la posizione al centro del cerchio, sentendosi investiti di una maggiore responsabilità e importanza agli occhi dei coetanei.

A questo punto, il conduttore descrive con chiarezza il problema per il quale tutta la classe è stata chiamata a intervenire per individuare una o più soluzioni. Va esplicitato tutto ciò che è stato fino a quel momento tentato senza successo e si esprime *tutta la fiducia nell'inventiva e creatività della classe*.

Si consegnano un foglio e una penna a ogni alunno e si concede un tempo congruo per riflettere e scrivere soluzioni adeguate al problema.

Ultimato il compito, il foglio va piegato e riposto in una scatola o un contenitore precedentemente preparato.

Le modalità per procedere a questo punto sono diverse. Il lettore individuerà quella più congeniale e adeguata al contesto di riferimento. Ne illustro alcune che ho testato personalmente.

- Chiedere agli stessi alunni quale che sia il metodo più adeguato per procedere: scaturiranno idee alle quali non avreste mai pensato!
- Proporre di leggere a voce alta tutte le soluzioni e di chiedere di volta in volta all'alunno designato quanto sia gradita o attuabile l'idea suggerita.
- Lasciare che sia l'alunno in causa a pescare a uno a uno i biglietti dei suoi compagni, collocando alla sua destra quelli più graditi e attuabili e alla sua sinistra quelli meno graditi. Chiedere, se possibile, di motivare sempre la sua scelta.

Terminata la lettura di tutti i suggerimenti, si può domandare al protagonista la sua percezione nel ricevere l'attenzione e le risorse della classe concentrate esclusivamente sulla sua persona.

L'attività si conclude quando sono state individuate almeno tre soluzioni gradite che l'alunno proverà a testare sperimentandole per una settimana o quindici giorni. Al termine del periodo di prova ci si riunisce di nuovo per verificare l'efficacia e la ricaduta positiva sul gruppo delle strategie individuate.

Nel caso in cui nessuna delle proposte abbia trovato un riscontro positivo, è possibile ripetere l'esperienza sollecitando gli alunni a rimettersi in gioco per attingere ad altre risorse che sicuramente possiedono.

Le insegnanti che mi hanno affiancata nel corso dell'intervento sono tornate allo sportello a distanza di qualche mese per fornirmi un feedback e hanno confermato l'efficacia e la validità della metodologia suggerita. Applicata periodicamente, aveva alleggerito il carico delle piccole incomprensioni o dei problemi quotidiani, con una ricaduta positiva nella sfera dell'apprendimento, svincolato dalle interferenze emotive.

Capitolo 3

Le pause di libertà: attività motorie, ludiche e grafiche per allentare le tensioni e favorire la concentrazione

Le attività che seguono si possono proporre all'interno di quelle che ho denominato *pause di libertà*, ossia momenti di breve durata per passare da un'unità didattica a un'altra, consentendo al gruppo classe di allentare tensioni, muoversi liberamente, recuperare un momento di confidenza o dialogo con l'insegnante. Nelle pagine successive ho individuato alcune modalità e strategie da inserire nelle pause di libertà, ma ogni insegnante, in base alle esigenze e alle caratteristiche dei suoi alunni, potrà inventarne altre più congeniali.

Le pause di libertà

DESTINATARI: Alunni della scuola primaria.

OBIETTIVO: Acquisire strategie per gestire la confusione e la distrazione nel corso delle ore di lezione.

DURATA: Dai 5 ai 10 minuti, alternando momenti didattici a strategie di gestione del clima di classe.

Da quando lavoro come referente dello sportello di ascolto presso diverse istituzioni scolastiche, mi occupo sia dell'ascolto di ragazzi, genitori e docenti, sia di consulenza e formazione insegnanti al fine di supportarli in alcune difficoltà nella gestione della classe.

È molto frequente che la richiesta di intervento scaturisca dal bisogno di acquisire strumenti e metodologie fruibili e immediate, al fine di lavorare in un clima più disteso e tranquillo, dove non ci siano bambini che continuamente si alzano, chiedono di andare al bagno, si recano da un compagno per scambiare qualche parola, probabilmente per confrontarsi su attività extrascolastiche.

Alunni irrequieti, iperattivi, dislessici, o semplicemente vivaci, figli di una società che invia stimoli e bombarda di informazioni continue, non sempre adeguatamente protetti da filtri di adulti responsabili e consapevoli del gravoso mandato educativo che compete loro. E pertanto arrivano in classe alunni senza regole e confini, figli ai quali poche volte è stato detto un no chiaro e fermo nel timore da parte del genitore di essere respinto, odiato, contestato.

Le problematiche con le quali oggi gli insegnanti si interfacciano sono veramente molteplici: classi numerose, aule che mortificano il movimento, alunni d'origine straniera, bambini certificati come DSA o BES e che hanno esigenze specifiche, e la lista potrebbe continuare. Purtroppo non sempre a una certificazione ufficiale o di fronte a problemi linguistici segue l'affiancamento al bambino di un insegnante di sostegno o di un educatore, o almeno non nell'immediato. Così spesso passano mesi o addirittura anni, e il peso grava sull'unico

insegnante che si trova a dover fronteggiare difficoltà ed esigenze di diversa natura, da solo, con la preoccupazione di un programma curricolare da svolgere.

Le lezioni in classi con le caratteristiche sopra descritte possono divenire faticose e sfibranti, poiché si svolgono in un clima di brusio continuo, con bambini che presentano richieste ed esigenze disparate.

Allora che fare? Come gestire la confusione, le richieste dei bambini, i tempi brevi di attenzione di alcuni, rispettando al tempo stesso un programma curricolare da portare avanti?

Il presupposto dal quale parto sempre è che il vero esperto della classe debba essere l'insegnante di ruolo, che si interfaccia con i suoi alunni quotidianamente e ne conosce anche il contesto socio-familiare di appartenenza.

L'esperto dovrebbe assumere il ruolo di un buon facilitatore della comunicazione, per fornire gli strumenti e le metodologie idonee per migliorare la comunicazione e le relazioni tra l'insegnante e i suoi alunni o tra l'insegnante e il team dei docenti.

Passo ora al suggerimento di alcune semplici ma efficaci strategie utili per gestire i momenti di confusione all'interno della classe.

Occorre ricordare che il passaggio dalla scuola dell'infanzia, dove tutte le attività sono incentrate sugli aspetti espressivi, motori e ludici, alla scuola primaria può essere faticoso e lungo da metabolizzare per la maggior parte degli alunni.

Pertanto risulta difficile pretendere un ascolto passivo in posizione corretta e seduta al banco per tempi superiori alla mezz'ora: è normale che, superato il *tempo «fisiologico» di concentrazione*, la mente si distraiga, l'ascolto cali, il bisogno di muoversi si manifesti attraverso le richieste più disparate. Occorre allora non mortificare l'alunno, né segnalare questi bisogni come delle criticità, bensì interpretare tali segnali come rivelatori di un'attenzione che sta fisiologicamente calando.

L'insegnante dovrebbe prevenire i momenti di stanchezza e di declino della concentrazione degli alunni interrompendo la lezione

frontale al massimo ogni 30/40 minuti, concedendo pause di almeno cinque minuti all'interno delle quali i bambini siano autorizzati ad alzarsi dal banco, andare da un compagno per scambiare due parole, bere, esprimere una piccola confidenza all'insegnante, recarsi in bagno.

La pausa può essere gestita anche attraverso l'uso della musica. Ascoltare un brano particolarmente gradito e magari accompagnarlo con movimenti, piccole sequenze o movenze di ballo rappresenta un eccellente strumento per scaricare il bisogno motorio.

È importante spiegare e verbalizzare agli alunni che le ore di lezione tradizionale verranno intervallate da momenti di libertà in cui ognuno sarà libero di fare ciò che desidera, purché nel rispetto di se stesso e degli altri. Unica regola valida per tutti: vietato l'uso delle mani, e aggiungerei dei piedi, vista la frequenza con la quale si tirano calci a materiale didattico o ai compagni, a volte per reazione a un comportamento o come libero sfogo di un'emozione.

Di conseguenza, non ci sarà solo la ricreazione per spezzare la tensione all'interno della giornata scolastica, ma verranno previste diverse piccole pause che l'insegnante gestirà e autorizzerà, recuperando sicuramente un'attenzione maggiore e più vigile all'interno dei momenti di spiegazione.

Se un alunno manifesta il bisogno di alzarsi, di muoversi o di uscire dall'aula prima della pausa di libertà, lo si invita ad aspettare, a rimandare di poco la sua esigenza, facendola confluire nel momento di break istituito per tutti. In tal modo l'insegnante riprende il controllo della classe, gestendone ritmicamente le unità di apprendimento attivo e quelle di allentamento della tensione.

I minuti di sospensione delle attività non sono mai persi. Anzi, attraverso quelle pause il bambino può recuperare una confidenza, un sorriso, un attimo di gioco, un chiarimento con la maestra riguardo a una spiegazione forse scarsamente assimilata.

L'insegnante in prima persona ne trarrà grande giovamento, anche perché nel corso dell'interruzione potrà assumere il ruolo di

osservatrice attiva, senza intervenire o direzionare i bambini. Sono tutti frammenti e tessere di un puzzle il cui quadro completo rappresenta un'educazione armonica, che rispetta i tempi fisiologici dei discenti modulandone e monitorandone continuamente l'andamento.

Negli incontri di restituzione, le insegnanti che hanno messo in pratica le strategie sopra descritte hanno riportato risultati soddisfacenti e un netto miglioramento nella gestione del clima della classe. Le pause istituzionalizzate hanno consentito di svolgere in un'atmosfera di tranquillità e ascolto i momenti di lezione frontale e soprattutto di rendere le relazioni tra compagni più fluide e armoniose.

Il dado

DESTINATARI: Alunni della scuola primaria.

OBIETTIVO: Allentamento della tensione attraverso un'attività motoria.

DURATA: Il tempo stabilito per una pausa di libertà (tra i 5 e i 10 minuti, a discrezione dell'insegnante).

MATERIALE: Un dado.

L'attività presentata è indicata dopo una lezione frontale in cui gli alunni sono stati fermi e attenti, coinvolti nel processo di apprendimento.

Sottolineo che i tempi di attenzione di un alunno della scuola primaria non superano i 20/30 minuti. Oltre questo limite è normale rilevare nella classe segni di irrequietezza nello stare seduti, richieste frequenti per uscire e recarsi in bagno, o notare matite e penne che cadono continuamente a terra in modo che il bambino si senta autorizzato a muoversi per raccogliercle. Se l'insegnante è vigile e attento a cogliere questi segnali, potrà progressivamente anticiparli inserendo delle pause di libertà che consentano ai bambini di recuperare concentrazione e attenzione attraverso brevi e semplici attività motorie.

Il dado rappresenta un gioco elettivo da utilizzare dopo che gli alunni sono stati impegnati in un'attività di letto-scrittura.

Si può utilizzare un dado di plastica preso da un qualsiasi gioco da tavolo, oppure costruire un dado di cartone di dimensioni più vistose e chiedere ai bambini stessi di ritaglierlo, incollarlo e decorarne le facce.

Una volta che la classe avrà il suo dado, occorre abbinare a ogni sua faccia un piccolo movimento o una postura da assumere. Di seguito, alcuni esempi.

- *Numero uno:* tutti devono stare dritti in piedi con le braccia in alto e le mani unite, come se si volesse rappresentare con il corpo il numero uno.

- *Numero due*: i bambini devono abbracciare un loro compagno o semplicemente prendersi per mano.
- *Numero tre*: tutti seduti a terra!
- *Numero quattro*: i bambini fanno quattro salti sul posto.
- *Numero cinque*: i bambini devono rimanere in equilibrio su un piede per cinque secondi.
- *Numero sei*: tutti applaudono!

I movimenti citati sono solo suggerimenti. Ogni insegnante potrà modificarli e inventarne altri in base allo spazio a disposizione nell'aula e soprattutto sollecitando l'inventiva e la creatività dei suoi alunni.

Il gioco è tanto più divertente quanto più veloce è il passaggio da un numero a un altro, in modo che la velocità possa interferire con l'esatta postura da assumere.

Gli eventuali errori non vanno mai sottolineati né corretti: in genere, infatti, lo sbaglio del movimento suscita ilarità da parte degli alunni stessi ed è proprio uno degli obiettivi del gioco quello di scaricare la tensione attraverso l'espressione motoria, generando una dimensione di divertimento.

Dopo 5 o 10 minuti di attività del dado, i bambini potranno tornare seduti e proseguire le normali attività didattiche con concentrazione e motivazione all'apprendimento rinnovate.

La lavagna umana

DESTINATARI: Alunni della scuola dell'infanzia e della scuola primaria.

OBIETTIVO: Stimolare la concentrazione e il senso del tatto.

DURATA: Il tempo stabilito per una pausa di libertà (tra i 5 e i 10 minuti, a discrezione dell'insegnante).

La presente attività può essere proposta e utilizzata all'interno delle pause di libertà, momenti di interruzione dell'attività didattica tradizionale per assecondare in un breve intervallo di tempo il bisogno di movimento dei bambini. Le pause non costituiscono mai una perdita di tempo perché consentono di recuperare, attraverso attività espressive e ludiche, il fisiologico calo della concentrazione e dell'attenzione dei bambini per tornare all'impegno didattico con motivazione e disponibilità maggiori.

La lavagna umana è un semplice gioco che si svolge in coppia. L'indicazione iniziale consiste nel proporre ai bambini di scegliersi un partner e di sedersi l'uno dietro l'altro, in modo che l'alunno seduto davanti offra al compagno dietro la sua schiena, che si trasformerà in una «lavagna umana». Le dita fungeranno da gesso, la fantasia e la creatività personale suggeriranno di volta in volta il soggetto da tratteggiare sulla schiena in modo che venga indovinato. I bambini si divertono molto in questa attività ludica che sollecita diverse aree:

- sviluppa la concentrazione;
- attiva il senso del tatto;
- sollecita la dimensione dell'ascolto e del silenzio;
- favorisce il contatto corporeo tra alunni;
- sviluppa la creatività.

Suggerisco qui di seguito alcuni soggetti semplici da disegnare che possono essere esempi da fornire alle classi.

- *Il sole, la luna, una nuvola, la pioggia, le onde del mare.*
- *Un albero, una margherita, l'erba di un prato.*
- *Una casa, un tavolo, una sedia, un quadro, una bottiglia, un bicchiere, una forchetta.*
- *Le figure geometriche con cui gli alunni hanno già familiarizzato.*
- *Le lettere dell'alfabeto o i numeri.*

A mano a mano che i bambini diventano più abili nel riconoscere le forme disegnate sulle loro schiene, si può suggerire di scrivere delle parole, o delle piccole frasi, o semplici domande alle quali la «lavagna» risponderà verbalmente o tramite bigliettini.

Ovviamente i componenti della coppia si invertono durante il gioco, per cui dopo tre o quattro disegni chi fungeva da lavagna diventa il «pittore» o lo «scrittore», a seconda della scelta effettuata.

Un'altra modalità consiste nello scrivere preventivamente i soggetti da disegnare su alcuni bigliettini, e in un secondo momento lasciare che ogni coppia proceda all'estrazione di due o tre foglietti e disegni il tema che gli è capitato.

L'attività della «lavagna umana» si può anche trasformare in un gioco che coinvolge contemporaneamente tutta la classe, disponendo tutti gli alunni in fila l'uno dietro l'altro, in fila indiana, in piedi.

L'insegnante suggerirà nell'orecchio dell'ultimo della fila un soggetto semplice da disegnare sulla schiena del compagno che ha davanti. Il ricevente a sua volta dovrà ripetere il disegno che ha recepito sulla schiena dell'alunno che lo precede e così via fino al primo della fila, che avrà il compito di verbalizzare il risultato.

Questa elaborazione dell'attività si può considerare la traduzione a livello corporeo del gioco del «telefono senza fili», nel quale si suggerisce nell'orecchio del primo di una fila una frase breve, un proverbio, alcune strofe di una poesia, e come nella lavagna umana il messaggio verrà trasmesso a uno a uno fino all'ultimo che proferirà a voce alta la frase per come l'ha recepita.

Chi ha sperimentato tale gioco sa bene che nel passaggio da un alunno all'altro si insinuano distorsioni e trasformazioni di senso poiché intervengono filtri personali, cattive comprensioni del corretto significato dovute a rumori di fondo, distrazioni o altri elementi di disturbo.

Il telefono senza fili rappresenta in effetti la trasposizione in una semplice attività ludica di quello che accade nella comunicazione umana: nella trasmissione dei messaggi verbali il più delle volte interferiscono i filtri personali, le interpretazioni alla luce dei vissuti emotivi o delle convinzioni e delle credenze di chi ascolta.

Con i bambini più grandi può essere utile fare delle riflessioni sulla natura della comunicazione dopo aver fatto loro sperimentare le attività sopra suggerite: la teoria trasmessa dopo l'esperienza vissuta sulla propria pelle assume una valenza sempre maggiore e viene appresa e impressa nella memoria dei discenti con molta più immediatezza e facilità.

Suggerimenti didattici

L'attività descritta si può anche inserire all'interno della didattica tradizionale, vivacizzando in tal modo il processo di apprendimento.

Ad esempio, l'insegnante dell'*area logico-matematica* potrà suggerire di scrivere sulla schiena le tabelline o delle semplici operazioni come addizioni o moltiplicazioni, lasciando che il risultato venga trovato da colui che ricopre il ruolo di lavagna umana.

L'*insegnante di italiano* potrebbe chiedere ai suoi alunni di scrivere alcuni tempi di verbi che stanno apprendendo, mentre la maestra di inglese potrebbe suggerire una parola in italiano e chi scrive sulla lavagna umana la tradurrà in inglese.

Le applicazioni di questa semplice ma coinvolgente attività ludica possono essere le più svariate e fantasiose.

Lascio come di consueto al lettore l'elaborazione di altre modalità e strategie in modo che i giochi suggeriti possano essere inseriti tra le attività didattiche curricolari, divenendo dei momenti di allentamento della tensione, divertimento e miglioramento del clima di classe.

Il cambio dell'ora

DESTINATARI: Alunni della scuola primaria.

OBIETTIVO: Gestire il momento delicato del cambio dell'insegnante attraverso una semplice attività ludica.

DURATA: L'attesa tra l'uscita di un insegnante dall'aula e l'entrata del successivo.

Tale attività è scaturita dalla richiesta di aiuto da parte di un insegnante della scuola primaria in difficoltà nel gestire la classe nel momento in cui usciva dall'aula e attendeva l'arrivo dell'insegnante dell'ora successiva.

In genere il cambio dell'ora è un momento dove tutti gli alunni si rilassano, si muovono, parlano, si spostano nell'aula, creando sovente un clima di confusione e disordine.

Per ovviare a questo inconveniente e trasformare un momento di caos in una breve ma gradevole attività ludica, si può proporre alla classe un gioco sulla comunicazione che sicuramente ogni lettore conosce: il «telefono senza fili».

Per chi non lo conoscesse o ricordasse riporto lo svolgimento del gioco. Il conduttore del gruppo (in tal caso potrebbe essere l'insegnante che ha terminato la lezione e sta aspettando il collega) sceglie un alunno e suggerisce un proverbio sussurrandolo all'orecchio. L'alunno che ha ricevuto per primo il messaggio dovrà scegliere un compagno tra quelli che sono più silenziosi e fermi al loro posto, chiedergli con un cenno di alzarsi e venire fino alla cattedra, trasmettergli a voce bassa e sempre sussurrando all'orecchio la frase che ha ascoltato dall'insegnante.

Affinché l'attività possa svolgersi in un clima composto e silenzioso, è opportuno veicolare come regola del gioco il fatto che per essere coinvolti e chiamati come messaggeri della frase occorre rimanere fermi al proprio posto e in silenzio. In tal modo chi desidera partecipare dovrà conformarsi alla regola, altrimenti verrà automaticamente escluso dal giro.

Un'altra delle regole di questo gioco è che il bambino non deve mai ripetere la frase due volte: infatti lo scopo è proprio quello di evidenziare come la comunicazione, passando da una persona all'altra, subisca delle trasformazioni dovute alla confusione circostante, a una disattenzione personale o semplicemente a una distorsione del significato di una parola in quanto non se ne conosce il senso.

La catena continua come un passaparola fino all'arrivo in classe dell'insegnante dell'ora successiva.

A quel punto si interrompe l'attività e l'ultimo che ha ascoltato la frase la scrive alla lavagna, o la pronuncia a voce alta, confrontandola poi con l'originale.

Occorre sottolineare e spiegare che, quando non si è ben compreso il messaggio, non si può chiedere che sia ripetuto. In tal caso l'alunno può fare appello all'inventiva e creatività personale.

La maggior parte delle volte il proverbio trascritto alla fine è totalmente diverso da quello iniziale e ciò suscita nella classe ilarità e divertimento, allentando la tensione tra una lezione e la successiva.

Applicazioni didattiche

Al posto del proverbio si possono utilizzare delle informazioni con finalità didattica.

Ad esempio, l'*insegnante di storia e geografia* potrebbe suggerire una frase inerente all'argomento che sta trattando, l'*insegnante di matematica* potrebbe enunciare un teorema di geometria, l'*insegnante di lingua straniera* potrebbe sussurrare una frase in inglese, e così via.

In un successivo momento è opportuno spiegare alla classe il senso dell'attività che, pur essendo di matrice ludica, ha un senso ben preciso che va esplicitato.

Il «telefono senza fili» insegna che la comunicazione viaggia su fili invisibili ed estremamente sottili e fragili, che subiscono modifi-

che dettate dai filtri personali di chi invia e di chi riceve il messaggio. Distrazione, vissuti personali, simpatie o idiosincrasie interferiscono nella trasmissione precisa del messaggio, per cui il risultato finale spesso si discosta notevolmente da quello originale.

La candela

DESTINATARI: Alunni della scuola primaria e della scuola secondaria di primo grado.

OBIETTIVO: Migliorare la concentrazione e la consapevolezza di sé. Favorire un atteggiamento positivo nei confronti di se stessi e degli altri.

DURATA: 15 minuti.

MATERIALE: Una candela e un impianto audio per la musica. Alcuni CD di musica con i suoni della natura.

La proposta di questa attività è scaturita nel corso di un confronto all'interno di una formazione indirizzata agli insegnanti di una scuola primaria. L'argomento sul quale si dibatteva era la difficoltà degli alunni di oggi di sostare in un atteggiamento di silenziosa concentrazione.

In seguito alla sollecitazione da parte mia di condividere le soluzioni personali per affrontare tale difficoltà, un'insegnante di classe quinta ha reso partecipi i colleghi di un'esperienza da lei applicata in classe, funzionale ad accrescere la capacità di concentrazione e di consapevolezza di sé degli alunni.

La propongo tra queste pagine in una ricostruzione fedele al racconto di quell'insegnante, che mi ha contagiata con il suo entusiasmo per la ricaduta positiva dell'attività sul gruppo classe.

Si dispongono i banchi dell'aula a ridosso delle pareti in modo da ricavare uno spazio vuoto al centro dove far sedere tutti gli alunni in cerchio, a terra e con le gambe incrociate (se questo non è possibile, gli alunni possono sedersi in cerchio ognuno sulla propria sedia). Sugerire di lasciare le mani appoggiate sulle cosce o sulle ginocchia, in relazione alla posizione che assumeranno, e aggiungete di rimanere in quella postura per tutta la durata dell'esperienza.

Quindi si pone una candela accesa al centro del cerchio, a terra se i bambini sono seduti sul pavimento, su una sedia se sono seduti sulle proprie sedie, così che il loro sguardo sia direzionato in linea retta verso la fiammella della candela.

Si seleziona una musica di sottofondo soft che possibilmente evochi i suoni della natura. Vanno evitate musiche con testi: l'ascolto delle parole distoglierebbe la concentrazione dall'esperienza.

Quando tutti i bambini sono tranquilli e hanno trovato una posizione comoda nella quale restare per tutta la durata dell'attività, si inizia a guidare l'esperienza con la propria voce, avendo cura di usare un tono calmo, lento e pacato, con pause cadenzate tra una frase e l'altra, in modo da indurre la classe in uno stato di relax e benessere.

Per comodità suggerisco qui di seguito alcune frasi adeguate e idonee per aiutare il gruppo classe ad assimilare l'esperienza nel modo migliore, ma nulla vieta che il conduttore modifichi i termini e le frasi, purché ne rispetti il senso. Anche lo schema corporeo può essere ampliato o ristretto, in base alle esigenze e al tempo che si ha a disposizione.

- *Ora, cari bambini, faremo un'attività che vi aiuterà a esercitare la vostra concentrazione e vi permetterà di migliorare la conoscenza di voi stessi. Iniziate a osservare con attenzione la fiammella della candela. Osservatene la forma, il colore, il movimento, il calore che espande. (Va lasciato qualche minuto di silenzio in modo che ognuno possa mettere bene a fuoco l'osservazione della candela).*
- *Ora chiudete gli occhi, lentamente e dolcemente, e continuate a guardare la candela nella vostra mente. Portate l'immagine della candela nella fronte, al centro degli occhi. La fiammella illumina i nostri pensieri, ci suggerisce immagini e parole positive. Ora portate la fiammella negli occhi, sentite che porta ristoro, salute e benessere. Migliora la vista, ci aiuta a vedere la bellezza nella natura che ci circonda, nelle persone, in tutte le cose belle di cui ci serviamo.*
- *Spostate l'immagine della fiammella nella vostra bocca. Le porta salute, ristoro e benessere, fate affiorare il ricordo di sapori buoni e gustosi: un dolce della nonna, il piatto preferito che vi prepara la mamma. Immaginate che questa fiammella faccia scaturire solo parole gentili e gradevoli dalla vostra bocca.*

- *Ora portate la fiamma nelle orecchie. Sentite che reca ristoro, salute e benessere. Concentratevi su tutti i suoni che udite, ascoltate anche i rumori senza lasciarvi infastidire e pensate a tutte le parole buone e gradevoli che le vostre orecchie accolgono.*
- *Passate ora al naso. La fiammella lo sana, porta salute e ristoro. Sentite tutti gli odori e profumi gradevoli, lasciatevi avvolgere dal piacere degli aromi della natura, di un piatto cucinato...*
- *Spostatevi ora nelle mani. Sentite il calore della fiammella che apporta loro salute, ristoro e benessere. Riflettete sull'importanza delle vostre mani che accarezzano, lavorano, creano, toccano.*
- *Scendete e portate l'attenzione nelle vostre gambe. La fiammella procura salute, ristoro e benessere alle gambe che vi sostengono, camminano, corrono.*
- *E ora per finire la parte più importante di tutte: il vostro cuore! Portate la fiammella nel cuore, fornendogli salute, ristoro e benessere. Pensate di scaldare tutti gli affetti che gelosamente conservate nel vostro cuore. Immaginate di mettere al centro del cuore, sulla vostra fiammella, la presenza e l'immagine di un parente, un amico, una figura per voi importante. Portate le mani sul cuore, rimanete in contatto con le vostre immagini interne in silenzio, dolcemente.*

Lasciate ancora qualche minuto agli alunni perché assaporino l'esperienza. Poi, lentamente riportate i bambini a risentire il corpo muovendo piano le mani, allungando e stirando le braccia, suggerendo anche di sbadigliare se ne sentono l'esigenza, e soprattutto invitate tutti a rimanere in contatto con lo stato di benessere e calma interiore acquisito.

Terminata l'esperienza si può procedere in diversi modi. La condivisione finale non è indispensabile: l'importante è serbare dentro di sé il vissuto personale e custodirlo come una ricchezza interiore.

In alternativa alla condivisione è possibile suggerire di disegnare o esprimere attraverso un colore le sensazioni e le emozioni prova-

te. Tutti i lavori eseguiti in un secondo momento potranno essere raccolti e incollati su un cartellone, che fungerà da memoria visiva dell'attività svolta.

Ripetuta nel tempo con cadenza periodica, *La candela* rappresenta un eccellente strumento per ritrovare la calma, il silenzio, la possibilità anche se per pochi momenti di rivivere una connessione con la propria interiorità e unicità.

Ascolto il silenzio

DESTINATARI: Alunni della scuola secondaria di primo grado.

OBIETTIVO: Sviluppare la capacità di rimanere in silenzio acquisendo maggiore consapevolezza del dialogo interiore.

DURATA: Da 15 minuti a 1 ora.

MATERIALE: Carta e penna.

La presente attività scaturisce dall'osservazione e dalla riflessione sui comportamenti e sulle nuove abitudini degli adolescenti della società attuale.

Viviamo in un mondo bombardato da stimoli: smartphone, TV, tablet, PC sono strumenti con i quali i ragazzi di oggi si interfacciano continuamente. Genitori di figli adolescenti, ma anche insegnanti e educatori descrivono ritratti di ragazzi che studiano ascoltando musica con le cuffie, magari con una chat aperta su qualche social network, mentre contemporaneamente fanno ricerche su qualche motore di ricerca. La dimensione del silenzio dunque, e dell'ascolto interiore, per poter sperimentare anche la noia, utile e proficua per la produzione di nuove idee e soluzioni, risulta sempre più rara e obsoleta.

Anche il mondo dei servizi e del commercio propone musica e video nei ristoranti, bar, centri commerciali, centri estetici. Ogni luogo e spazio viene riempito di stimoli, immagini, suoni, parole, limitando e riducendo la possibilità di ascoltarsi per lasciare spazio al dialogo interiore affinché comunichi messaggi, parole, immagini preziose da accogliere.

Eppure, mi è capitato diverse volte di essere presente in classe in occasione del Giorno della Memoria o nella ricorrenza di un ricordo per le vittime di un attentato terroristico. In tali casi il suono della campanella sancisce un minuto di rigoroso silenzio. I ragazzi, di consueto chiassosi, irrequieti e loquaci, diventano improvvisamente seri e composti nell'osservazione di quel minuto di silenzio: quindi manifestano la capacità di fermarsi, e di *ascoltare il suono del silenzio*.

Dalle suddette considerazioni è scaturita un'attività elettiva per il *docente di lettere*, finalizzata a offrire ai ragazzi la possibilità di sperimentare per un breve spazio temporale la sospensione dell'uso della parola.

È importante preparare la classe all'attività chiedendo preventivamente e indagando su come passano i pomeriggi nelle loro camere, se hanno l'abitudine di ascoltare spesso la musica, o avere la TV sempre accesa in casa, o il PC collegato a un social network.

Occorre esplorare, lasciare che i ragazzi narrino il trascorrere delle ore pomeridiane. La maggioranza comunicherà di essere abilissima nella gestione del multitasking, ossia nell'utilizzo di diversi strumenti di comunicazione in contemporanea. Pochi tra loro sperimentano la possibilità di annoiarsi: tale aspetto va sottolineato dall'insegnante come una risorsa, un magma informe dal quale possono emergere nuove forme di pensiero, idee, intuizioni, progetti.

Premesso ciò, si decide un giorno in cui concedere ai ragazzi la possibilità di sperimentare il silenzio, non solo per un minuto, ma almeno per dieci minuti.

Si pone sulla cattedra un orologio ben visibile a tutta la classe e si dà l'indicazione di mettersi in ascolto di se stessi per 10 minuti, lasciando che la mente e i pensieri viaggino liberi dove desiderano, senza altre regole, indicazioni, consegne.

Si può suggerire di posare lo sguardo oltre le finestre, soprattutto se si affacciano su un paesaggio naturale, o di chiudere gli occhi, per chi lo preferisce, appoggiando la testa sulle braccia conserte sul banco.

All'inizio sicuramente qualcuno potrebbe sperimentare la fatica nel sostare in assoluto silenzio: di conseguenza è normale che si manifestino risatine, sorrisi, colpi di tosse, come forma di difesa e fuga dall'esperienza. In quel caso, dosando calma e fermezza, il gruppo andrà riportato alla consegna di stare in silenzio. Ciò va fatto senza proferire parola, semplicemente attraverso un gesto, un dito sulle labbra, uno sguardo, un tocco lieve e gentile sulla spalla di chi si distrae.

Si tratta di un allenamento, un'abitudine sana da apprendere.

Non bisogna scoraggiarsi se le prime volte i ragazzi non rispettano i dieci minuti. Quando avranno familiarizzato con questa dimensione, si potrà proporre loro la seconda fase dell'attività, che consiste nello scrivere tutto ciò che il silenzio ha fatto scaturire in sé.

Si suggerisce come consegna semplicemente di riportare sulla carta il flusso di pensieri, immagini eventualmente affiorate, ricordi, considerazioni, idee, progetti, preoccupazioni. Risulterà estremamente liberatorio potersi esprimere a ruota libera, senza un tema precostituito, con la consapevolezza che tutto ciò che scriveranno sarà frutto di una elaborazione e riflessione personale sulla propria interiorità e pertanto non oggetto di giudizio e valutazione.

Il tempo per scrivere può variare. È importante che nella fase della rielaborazione scritta venga ancora una volta rispettato il clima di silenzio, in modo che tutti possano lavorare con serietà e concentrazione. Se qualcuno avrà bisogno di un consiglio o un confronto con il docente, lo farà chiedendo l'attenzione previaalzata di mano e si recherà alla cattedra vicino all'insegnante parlando a voce bassa senza disturbare la classe.

Una volta terminato il compito, si può procedere in diversi modi.

- L'insegnante legge a casa tutti gli elaborati e nell'incontro successivo riporta alla classe le valutazioni e le considerazioni sui lavori eseguiti.
- Ogni singolo alunno viene invitato a verbalizzare le difficoltà sperimentate nell'esecuzione del compito, le scoperte fatte, le risorse affiorate e le condivide o in plenaria o in piccolo gruppo, confrontandosi con il compagno di banco o con due o tre compagni.

Al termine dell'attività si può realizzare un cartellone da affiggere alle pareti dell'aula dove ogni alunno riporterà le considerazioni personali sull'esperienza vissuta.

L'attività proposta si presta naturalmente a molte varianti.

- Proporre di ascoltare in silenzio una musica che evochi i suoni della natura e lasciare che in un secondo momento i ragazzi riportino sensazioni e immagini che la musica ha suggerito.
- Proiettare un video di breve durata che abbia una valenza educativa, in modo che lasci un messaggio sul quale riflettere. Dopo la visione i ragazzi resteranno 10 minuti in assoluto silenzio e poi scriveranno le loro considerazioni e riflessioni. (È fondamentale che il docente in tal caso non fornisca nessuna indicazione per evitare di condizionare la classe).
- Leggere un racconto breve, una poesia o una storia vera che parli di diritti dei minori, o di tematiche interessanti per gli adolescenti, in modo da suscitare i processi di identificazione e, come sopra, lasciare un breve tempo di riflessione per poi far defluire i pensieri attraverso la penna.

Come di consueto, invito il lettore a esplorare altre metodologie ed elaborazioni personali, fiduciosa dell'inventiva e della creatività personale di ognuno.

Il mandala del nome

DESTINATARI: Alunni della scuola primaria e della scuola secondaria di primo grado.

OBIETTIVO: Affinare la concentrazione nel realizzare un mandala con il proprio nome di battesimo.

DURATA: 20 minuti.

MATERIALE: Carta e matite colorate, colori a spirito, pastelli a cera o a olio. Un impianto audio e alcuni CD adatti come musica di sottofondo.

Questa attività può essere utilizzata all'interno di una pausa di libertà, utile per spezzare e intervallare le lezioni curricolari, o semplicemente come un lavoro di espressione grafico-pittorica.

Ogni alunno è invitato a scrivere il proprio nome di battesimo su un foglio di carta bianca formato A4, partendo da un puntino situato al centro del foglio.

La consegna consiste nello scrivere più volte il nome iniziando dal punto centrale e immaginando di seguire il disegno di una spirale che lentamente si apre, gira, si allarga, fino a occupare la maggior parte del foglio.

L'alunno può scegliere sia il tipo di colori da usare, sia l'alternanza delle tinte a lui più gradite (i colori maggiormente adatti al tipo di lavoro proposto sono i pennarelli, le matite colorate, i pastelli a cera o a olio).

L'attività deve svolgersi in silenzio, o con l'ausilio di musica di sottofondo facilitante la concentrazione e l'attenzione.

Il risultato finale consisterà in una sorta di rappresentazione grafica dell'identità del bambino, da poter affiggere sulle pareti dell'aula, o da utilizzare in qualsiasi altro modo la fantasia e l'inventiva dell'insegnante o dei ragazzi stessi suggeriscano.

L'attività può essere sviluppata o diversificata facendo scegliere al gruppo classe una frase significativa e importante, personalizzata. Ognuno dovrà scegliere la frase rappresentativa di un obiettivo da

raggiungere, una qualità di se stessi da valorizzare, un desiderio da realizzare o un bisogno da esprimere.

Fornisco qui di seguito alcuni esempi di frasi da suggerire.

- *Mi piace molto imparare la matematica.*
- *Voglio diventare sempre più bravo in italiano.*
- *Mi diverto quando gioco con tutti senza litigare.*
- *Quando corro mi sento molto meglio.*
- *Mi piace sentirmi dire che mi sono impegnato.*
- *Non vedo l'ora che arrivi il mio compleanno per festeggiarlo.*

Le frasi vanno formulate sempre in forma positiva, evitando l'uso della negazione «Non». È preferibile dunque esprimersi in modo propositivo e affermativo.

Scrivere ripetutamente la stessa frase che corrisponde a un'esigenza, un bisogno, un desiderio costituisce un allenamento per riflettere su se stessi, ed esternare sulla carta il frutto di quella riflessione.

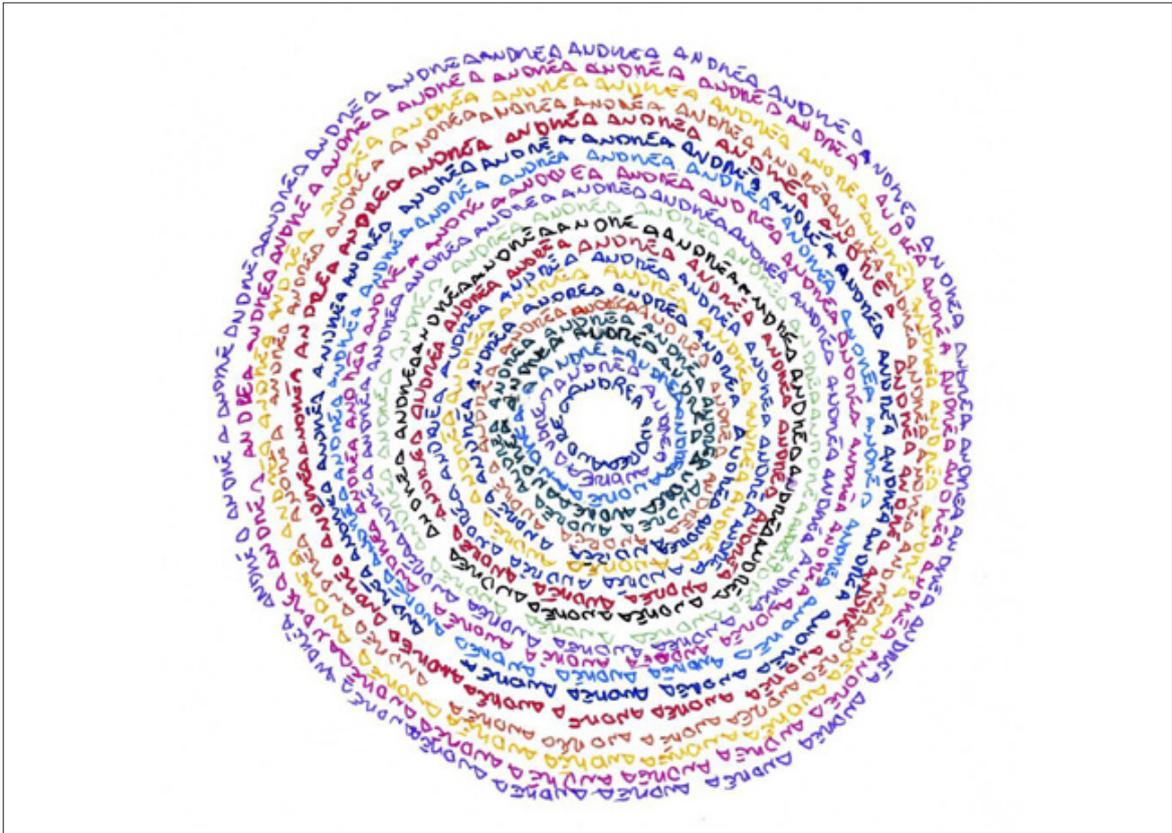
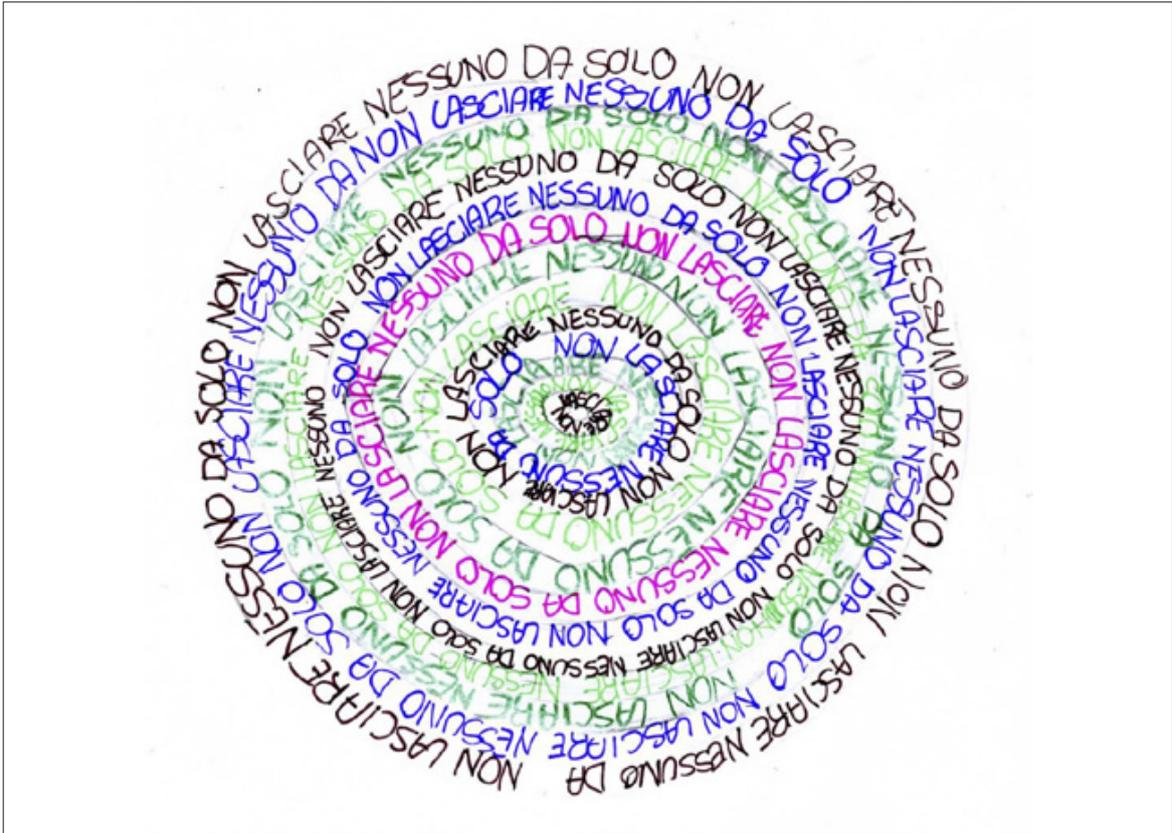
Al termine dell'attività ogni partecipante è invitato a individuare l'utilizzo del lavoro svolto.

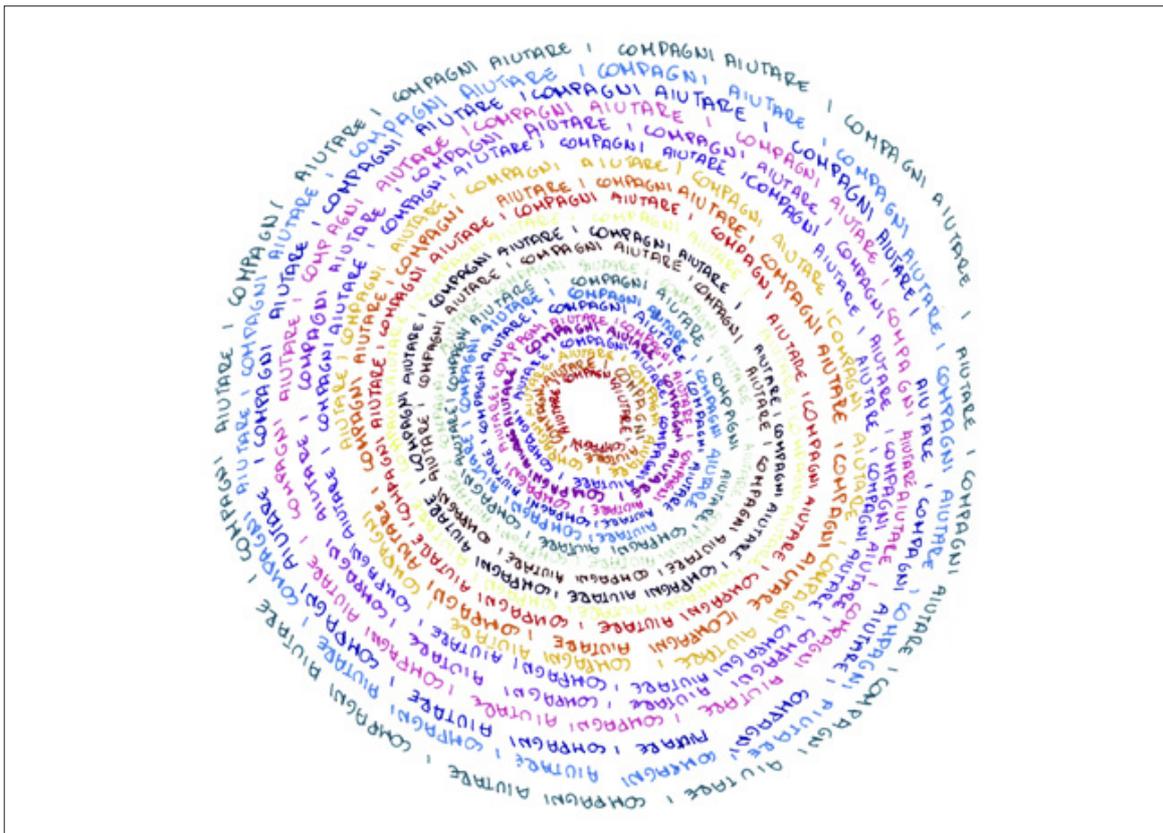
In alcuni casi i ragazzi hanno chiesto di portare a casa il foglio al fine di affiggerlo su una parete della propria camera, in modo da sollecitare l'attivazione della memoria visiva ogni volta che lo sguardo si posava sulla frase scelta.

Altri hanno scelto di personalizzare quaderni o cartelline incollandovi il mandala del nome.

Un insegnante di scuola primaria, dietro suggerimento dei suoi alunni, ha creato un cartellone dove accanto alla fototessera del bambino è stato incollato il suo mandala.

Lascio come sempre al lettore l'individuazione di altri utilizzi dell'attività, tarandola su esigenze, bisogni e competenze del gruppo classe a cui si propone.





Alfabeto corporeo

DESTINATARI: Alunni del primo ciclo della scuola primaria.

OBIETTIVO: Promuovere l'apprendimento dell'alfabeto attraverso il movimento corporeo.

DURATA: Pochi minuti, o il tempo stabilito per una pausa di libertà (tra i 5 e i 10 minuti, a discrezione dell'insegnante).

Il passaggio dalla scuola dell'infanzia alla primaria rappresenta un traghettaggio molto delicato e importante per ogni bambino che si prepara a immergersi nel mondo dell'alfabetizzazione.

Come già sottolineato in altre sezioni del libro, molti alunni vivono la difficoltà di affrontare un'intera giornata seduti al banco, sollecitati da stimoli soprattutto visivi e uditivi, con pochi momenti e spazi riservati al movimento, alla libera espressione attraverso il disegno, la manipolazione, la manualità.

L'approdo alla primaria avviene in modo brusco e repentino, e anche se nella maggior parte dei casi attraverso un *open day* gli alunni hanno usufruito dell'opportunità di affacciarsi alla finestra e sbirciare un piccolo spaccato dell'esperienza della primaria, tra il vedere e il fare scorre un oceano!

Nel coinvolgimento dell'alunno durante le ore scolastiche è auspicabile utilizzare tutti i canali sensoriali, evitando di privilegiare il canale visivo e quello uditivo. Il corpo infatti è il principale protagonista della scuola dell'infanzia e, a mano a mano che la scuola si eleva di grado, la corporeità, il movimento vengono relegati e costretti in ambiti sempre più ridotti.

Occorre dunque recuperare l'importanza della motricità non fossilizzando i giovani corpi degli alunni all'interno dello schema: «Stai seduto! Non muoverti dalla sedia! Stai composto!».

Forse l'insegnante che sollecita spesso i suoi alunni a stare fermi e seduti al proprio posto sottovaluta lo sforzo che ogni bambino quotidianamente è invitato a compiere. Il docente inoltre nel

fare lezione raramente resta seduto in cattedra: si muove, scrive alla lavagna, passa tra i banchi, parla, interpella i suoi alunni, interagendo continuamente con essi.

Se l'insegnante riuscisse a mettersi nei panni dei suoi alunni, rimanendo seduto per quattro ore se non di più, libero di muoversi solo a ricreazione, comprenderebbe probabilmente meglio il bisogno dei bambini di alzarsi, spostarsi, andare al cestino per temperare una matita, girarsi per chiedere qualcosa al compagno o solo per condividere un'esperienza del giorno appena trascorso.

L'attività che segue mira a sollecitare gli insegnanti a incoraggiare l'uso della corporeità nella didattica. Riguarda l'ambito dell'*educazione linguistica* e quindi dell'*apprendimento dell'alfabeto*.

Lo spazio elettivo per il gioco potrebbe essere quello della pausa di libertà, in modo da allentare la tensione di una lezione frontale e vivacizzare l'apprendimento attraverso l'espressione motoria.

La prima fase dell'attività può essere applicata quando gli alunni hanno imparato a riconoscere, e quindi a scrivere e leggere, tutte le lettere.

L'insegnante suggerisce di rappresentare ogni lettera con il proprio corpo, utilizzandolo a 360 gradi (ad esempio, la lettera A potrà essere rappresentata allargando le gambe e ponendo un braccio tra le cosce e le ginocchia). Bisogna fidarsi della creatività e dell'inventiva dei bambini: stupiranno dimostrando di saper utilizzare il pensiero laterale molto meglio degli adulti.

La seconda fase dell'attività può essere messa in pratica non appena i bambini avranno familiarizzato con l'«alfabeto corporeo». Pertanto si suddividerà la classe in due squadre, affidando alla prima squadra la rappresentazione corporea di una parola e alla seconda il compito di indovinarla.

Un'altra opzione consiste nel formare tre squadre: alla prima sarà chiesto di rappresentare una parola in forma corretta; la seconda squadra rappresenterà la stessa parola commettendo volutamente

un errore (ad esempio, una lettera al posto di un'altra); spetterà alla terza squadra il compito di indovinare la forma corretta della parola.

Nel caso in cui ci fossero delle lettere troppo difficili da esprimere con la postura corporea, è possibile disegnare su un foglio di carta in formato A4 la lettera ostica e, al momento della costruzione della parola, inserirla al posto giusto tra le altre lettere.

I bambini si divertiranno molto a giocare con le lettere attraverso il loro corpo e anche gli insegnanti ne trarranno giovamento: là dove sorride e si diverte un bambino, un adulto di riflesso si rilassa, alleggerendo il peso e l'onere della responsabilità educativa.

L'orologio

DESTINATARI: Alunni della scuola primaria.

OBIETTIVO: Acquisire maggiore capacità di concentrazione. Familiarizzare con la dimensione del silenzio.

DURATA: Pochi minuti, o il tempo stabilito per una pausa di libertà (tra i 5 e i 10 minuti, a discrezione dell'insegnante).

MATERIALE: Un orologio di dimensioni grandi da affiggere al muro dell'aula.

La presente attività è frutto della creatività e dell'esperienza di un'insegnante della scuola primaria con la quale ho avuto modo di collaborare grazie ad alcuni interventi da lei richiesti per la classe.

Ne è scaturito un proficuo scambio di vedute e di idee: ho ritenuto pertanto doveroso e un atto di riconoscimento alla sua professionalità ed esperienza decennale condividere in queste pagine alcune delle sue proposte.

L'orologio rappresenta una piccola ma significativa esperienza che aiuta i bambini ad allenare la concentrazione e l'attenzione, dirigendole verso un semplice stimolo visivo: le lancette di un orologio affisso a un muro dell'aula, le cui dimensioni siano tali da essere agevolmente osservato da tutti gli alunni, con particolare riguardo a quelli seduti nelle ultime file.

Anche questa attività può essere inserita all'interno delle pause di libertà, già affrontate e approfondite nel capitolo 1 del libro.

Come già sottolineato in altre pagine, i bambini del terzo millennio vivono immersi in un contesto socio-culturale bombardato da stimoli continui. Immagini, suoni, rumori, stimolazioni tattili avvolgono e sollecitano i piccoli umani sin dai primi mesi di vita. Di conseguenza, hanno perso la capacità di esperire il silenzio e mostrano difficoltà nel concentrarsi su una singola attività senza distrarsi. La dimensione della noia, serbatoio dal quale emergono idee, soluzioni, creatività, viene connotata negativamente e pertanto evitata e allontanata. Risulta dunque importante abituarli a «staccare la spina», anche

soltanto per pochi minuti, per riappropriarsi dell'ascolto del silenzio, sfrondata da rumori, musiche, parole.

L'attività dell'orologio vuole essere semplicemente un'occasione per portare l'attenzione degli alunni per qualche minuto sull'osservazione delle lancette dei secondi, che ritmicamente scandiscono il passare del tempo.

Può essere proposta quando emerge il bisogno di passare da un tipo di unità didattica a un'altra, o per ritrovare la calma e l'ordine in un momento caotico o movimentato generato in classe.

La spiegazione da offrire agli alunni deve essere sintetica ed elementare. Riporto qui di seguito un suggerimento.

Bambini, ora faremo una piccola esperienza che, ripetuta nel tempo, vi aiuterà ad aumentare la vostra capacità di concentrazione: osservate in silenzio le lancette dei secondi dell'orologio, seguitele con lo sguardo contando mentalmente il loro spostamento. Oggi le seguiremo per trenta secondi...

L'esperienza di per sé è breve: a mano a mano che i bambini prenderanno confidenza con essa si potranno allungare i tempi di osservazione fino ad arrivare a qualche minuto.

Un aspetto importante di questa semplice ma efficace attività risiede nel fatto che anche l'insegnante per qualche minuto può approfittare di quei minuti di silenzio per riposare il suo udito, assaporando un silenzio ristoratore.

L'osservazione

DESTINATARI: Alunni del secondo ciclo della scuola primaria e della scuola secondaria di primo grado.

OBIETTIVO: Sviluppare la capacità di attenzione e osservazione.

DURATA: Da 15 minuti a 1 ora.

L'attività che segue si può proporre indistintamente sia a gruppi classe che già si conoscono da tempo, sia a classi formate da poco. Si tratta di un'attività ludica che, se eseguita correttamente (e magari ripetuta nel tempo), consente di affinare e sviluppare la capacità di concentrazione e di attenzione dei ragazzi, competenze oggi sempre più rare.

Vanno disposte due file di sedie, una davanti all'altra, in maniera tale che tutti i ragazzi una volta seduti abbiano di fronte a sé un compagno.

Ognuno ha trenta secondi di tempo per osservare attentamente chi ha di fronte, cercando di cogliere il maggior numero di dettagli (il tipo di abbigliamento indossato, eventuali bracciali o orecchini, marca di scarpe, foggia e colore dei capelli con relativi fermagli o mollette, colore degli occhi, scritte o disegni stampati su felpe e magliette).

Al termine del tempo stabilito, tutti si voltano offrendo la schiena al compagno che si aveva di fronte.

A questo punto si può procedere secondo diverse modalità. Ne cito alcune tra quelle che ho utilizzato e che hanno riscosso apprezzamento e coinvolgente partecipazione da parte dei partecipanti.

- Il conduttore del gruppo a turno chiama in causa un ragazzo e pone una serie di domande relative al compagno che aveva di fronte. Quando tutti e due i componenti della coppia hanno risposto, possono voltarsi e verificare quanto la loro memoria e la loro attenzione siano state efficaci o poco attendibili.

- Si fornisce di carta e penna ogni studente e, terminato il tempo a disposizione per l'osservazione, si invitano tutti a voltarsi per scrivere il maggior numero di particolari osservati. Infine si leggono a voce alta le descrizioni per verificarne l'esattezza.
- Ovviamente, l'attività si può ripetere molte volte, cambiando le coppie e aumentando la difficoltà, ad esempio ponendo due alunni di fronte a un compagno perché l'osservatore abbia maggiori dettagli ed elementi da memorizzare.
- Possono essere utilizzati per l'osservazione, anziché i compagni, gli oggetti posti sulla cattedra o sul banco. Nel caso si scelga di posizionarli sulla cattedra, tutta la classe partecipa simultaneamente all'attività. Il conduttore prescriverà un breve tempo di osservazione e memorizzazione, terminato il quale coprirà con un telo o un foglio di carta tutti gli oggetti che gli alunni dovranno ricordare e descrivere.
- Altra variante consiste nel far lavorare gli alunni in coppia: ogni componente potrà prendere materiale di cancelleria dallo zaino o dall'astuccio, una merenda, un libro, un fermaglio per i capelli, la carta di una caramella: qualsiasi oggetto è indicato. A turno gli alunni si danno un tempo per osservare e ricordare, poi si coprono tutti gli oggetti e l'osservatore può procedere alla descrizione. Quando i ragazzi saranno diventati più abili e allenati, è possibile proporre loro di osservare e successivamente disegnare sul foglio tutti gli oggetti rispettandone la posizione nello spazio.

Applicazioni didattiche

L'attività che ho suggerito si presta facilmente ad alcune applicazioni didattiche.

Come già espresso in altre sezioni del libro, sarebbe auspicabile che gli insegnanti, in particolar modo della scuola primaria, inseris-

sero nel metodo di insegnamento alcune attività che, pur avendo come finalità la didattica e l'apprendimento, siano coadiuvate dalla dimensione ludica, utile ad alleggerire il ritmo della giornata scolastica.

Pertanto, prendendo spunto dalla consegna dell'osservazione, è possibile impostare una lezione di *geometria*, tratteggiando alcune figure alla lavagna e lasciando ai discenti un determinato tempo per la memorizzazione. In un secondo momento l'insegnante cancellerà gli elementi disegnati e chiederà agli alunni di ricostruire sul quaderno il maggior numero di figure memorizzate.

Ovviamente si può applicare questa strategia in tutti gli ambiti disciplinari: il *professore di musica* potrebbe scrivere alcune note di un brano, il *docente di lingua straniera* parole o verbi nuovi da apprendere, e così via.

Il lavoro di *osservazione e memorizzazione* si può svolgere inoltre in piccoli gruppi, in modo che tutti i componenti partecipino alla ricostruzione del materiale proposto dall'insegnante.

Non vanno posti limiti alla fantasia e alla creatività personale!

Come ho potuto constatare nelle classi dove ho lavorato, gli insegnanti, ricevuto l'input, proseguono in modo eccellente da soli: una volta attivato, il meccanismo prosegue in autonomia.

Capitolo 4

Attività cooperative, di riflessione ed elaborazione su temi di attualità

Le attività che seguono forniscono indicazioni di massima per lavorare efficientemente in gruppo su *tematiche di attualità*: si può ad esempio riflettere su film, canzoni, opere d'arte, spot pubblicitari, articoli di giornale.

A chiusura di questo capitolo ho inserito alcune schede che includono dei *suggerimenti per strutturare e motivare l'apprendimento in modo alternativo*.

Le indicazioni segnalate sono sempre orientative: ogni docente può modificare e applicare l'attività proposta a classi e ordini di scuola diversi da quelli individuati.

Come visionare un film

DESTINATARI: Alunni della scuola primaria e della scuola secondaria di primo e secondo grado.

OBIETTIVO: Sollecitare riflessioni e opinioni personali in relazione a tematiche educative.

DURATA: Incontri della durata di 2 ore.

MATERIALE: Lavagna Interattiva Multimediale (LIM), carta e penna.

La presente attività è stata ideata per rispondere alle frequenti richieste dei ragazzi della scuola secondaria di primo grado riguardo al *tema della presa in giro e del bullismo*, argomento sempre gettonato e caldeggiato dalla maggior parte della popolazione scolastica nella fascia adolescenziale.

L'esperienza maturata dialogando con i ragazzi nell'ambito sia dello sportello che degli interventi in classe ha mostrato quanto la letteratura o un filmato mirato siano degli strumenti educativi e di riflessione estremamente efficaci e catalizzatori dell'attenzione dei giovani discenti.

Casualmente, navigando nella rete, mi sono imbattuta in un video che affronta l'argomento del bullismo: si tratta di una storia inventata da studenti di una secondaria di primo grado e pertanto i vissuti messi in scena sono verosimili e ben si accostano alla sensibilità e ai disagi dei ragazzi adolescenti.

Il video si intitola *Naso da clown* ed espone la vicenda di un ragazzo di 13 anni che a scuola prende di mira con scherzi pesanti i ragazzi più piccoli di lui e in particolare un ragazzo con sindrome di Down, estorcendo perfino denaro. Le compagne di classe, stanche di subire, sollecitano l'aiuto della dirigente, che svela il retroscena familiare del «bullo»: la madre, vittima di percosse da parte del padre arrabbiato e violento, si è allontanata da casa, promettendo al figlio di tornare a prenderlo una volta trovato un lavoro sicuro. Le compagne, comprese le dinamiche che si celano dietro alla maschera

della prepotenza, invitano il ragazzo a rendersi utile, facendo volontariato presso un'associazione di ragazzi con disabilità. È proprio in occasione della prima visita all'Associazione che gli viene messo... un naso da clown!

La metodologia che adotto mostrando questo video sollecita una visione attiva e partecipe. Interrompo la proiezione in alcuni momenti cruciali e interagisco con i ragazzi, chiedo loro di immedesimarsi nei protagonisti della vicenda e di immaginarne le motivazioni. Come avrebbero agito al loro posto? Sono d'accordo o no con le scelte della regia?

Ho notato quanto sia immediato ed efficace il messaggio veicolato attraverso le immagini, accompagnate spesso da un adeguato sottofondo musicale. L'attenzione è vigile e unanime, non occorre riprendere qualcuno perché distratto o perso nel suo mondo. Anzi, alla richiesta di esprimere opinioni, impressioni o identificazioni con i vissuti del filmato, occorre monitorare e regolamentare il bisogno di tutta la classe di intervenire.

Ho individuato almeno tre momenti salienti per interrompere la visione, ponendo alcuni interrogativi alla classe.

1. *Come si sarebbero comportati se fossero stati i compagni di classe del bullo un questione?* A questo interrogativo scattano le identificazioni o le dichiarazioni di atti di prepotenza o bullismo subiti e qualche volta in passato agiti. I ragazzi si aprono condividendo volentieri i loro vissuti se messi in una condizione di assenza di giudizio e valutazione.
2. *Che tipo di dinamiche familiari si nascondono dietro il ragazzo prepotente?* Nella maggior parte dei casi, le risposte che emergono sono molto vicine alla vicenda ideata nel filmato. Gli studenti ipotizzano genitori in crisi, separati o comunque ingabbiati in un rapporto conflittuale le cui conseguenze ricadono sui figli. Accade con molta naturalezza che qualcuno riveli qualche litigio

in famiglia o riporti vicende di amici e familiari in situazioni analoghe. Trovo toccante notare come non affiori mai il giudizio o la critica da parte dei presenti, che ascoltano e partecipano tutti in rispettoso silenzio.

3. *Che cosa pensate della scelta della madre di andare via di casa per non subire più la violenza coniugale?* Condividete la decisione o ne avreste proposta un'altra? In genere a questo punto della proiezione affiorano considerazioni e valutazioni che forniscono l'occasione per parlare delle diverse forme di violenza, sia nei confronti della donna che dell'essere umano in generale: come affrontarla, come rompere il silenzio uscendo dalla solitudine e dal dolore condividendo, denunciando, comunque parlandone e aprendosi con qualcuno, possibilmente adulto, se si tratta di un minore.

Gli insegnanti, sempre presenti nel corso delle attività proposte, rilevano quanto sia efficace e educativo un messaggio veicolato attraverso un video piuttosto che tramite il solo linguaggio verbale. Sicuramente la memoria visiva supporta in modo eccellente la registrazione dell'esperienza e dei contenuti emersi nel corso dell'intervento.

Altro aspetto interessante risiede nella ricaduta positiva della proiezione del filmato sui ragazzi.

Quando torno, a distanza di una o due settimane, per ricevere un feedback, gli studenti riportano di avere completamente rivoluzionato il loro approccio alla «presa in giro» sia nel ruolo di vittima che in quello di carnefice, in quanto hanno allargato la consapevolezza sulle possibili dinamiche che si celano dietro un atto di bullismo.

Inoltre qualche docente prende spunto dalla metodologia suggerita nella visione del filmato per applicarla anche nei diversi ambiti disciplinari, riscontrando un'attenzione più vigile e una partecipazione alla lezione con maggiore gradimento e coinvolgimento.

Una canzone per riflettere

DESTINATARI: Alunni dell'ultimo anno della scuola primaria e della scuola secondaria di primo e secondo grado.

OBIETTIVO: Riflessione su tematiche educative attraverso l'utilizzo del linguaggio musicale.

DURATA: 3 ore.

MATERIALE: Una Lavagna Interattiva Multimediale (LIM), carta e penna.

La presente attività vuole essere un'ulteriore azione strategica utile per ragionare e confrontarsi sugli argomenti che stanno a cuore ai ragazzi, come il rapporto tra coetanei, l'amicizia, la derisione.

Sottolineo ancora una volta quanto sia importante per ogni insegnante, educatore o comunque conduttore di un gruppo individuare continuamente metodologie e tecniche originali nel proporre un lavoro o una riflessione a un gruppo. Se si è attenti e curiosi, qualsiasi stimolo, informazione, notizia, film o espressione pittorica può diventare un punto di partenza per un percorso di crescita e condivisione con i discenti. La musica, ad esempio, per i giovani rappresenta un canale elettivo di comunicazione, una valvola di sfogo, nonché un significativo meccanismo di identificazione: i testi di alcune canzoni spesso si prestano magistralmente per offrire materiale di discussione e di elaborazione personale.

Compete al docente individuare la canzone adatta da commentare per poi sviscerare i temi scaturiti dall'ascolto. La canzone che cito come esempio è stata proposta nella classe seconda di una scuola secondaria di primo grado, dove serpeggiavano malcontento e disagio a causa di alcuni episodi di derisione verificatisi in aula.

La metodologia applicata è stata la seguente.

1. Nella prima parte dell'intervento ho chiesto che ogni alunno riportasse in forma anonima su un foglio un episodio relativo a una presa in giro di cui era stato vittima o a cui aveva assistito.

2. Nella seconda parte ho letto a voce alta tutti i biglietti, previo consenso da parte della classe, rispettando l'anonimato. Ho chiesto che la partecipazione avvenisse in silenzio, senza commenti, suggerendo che le riflessioni e le considerazioni di ognuno sedimentassero attraverso un ascolto non giudicante.
3. Quindi ho *proiettato il video* di una canzone della cantautrice statunitense Taylor Swift. La scelta è caduta su un testo incentrato sul bullismo: *Mean* (in italiano può essere tradotto come «meschino»). Ho spiegato che la cantante da ragazza era stata vittima di episodi di prepotenza e umiliazione e crescendo ha voluto riscattarsi e rivendicare i suoi diritti attraverso una canzone *contro il bullismo*.
4. La prima proiezione del video è avvenuta in lingua originale, sollecitando i ragazzi a cogliere il messaggio della canzone attraverso il linguaggio delle immagini.
5. Quindi è stato proiettato il testo tradotto in lingua italiana e ho chiesto agli alunni di soffermarsi sulle frasi ritenute più significative, scrivendole su un foglio e chiedendo di interrompere la proiezione se ce ne fosse stato bisogno, per avere il tempo di trascrivere.
6. Nell'ultima fase del lavoro ho raccolto tutte le frasi, scritte in forma anonima, e ognuno ha pescato il biglietto di un compagno leggendolo a voce alta.
7. Terminata la lettura dei biglietti, la classe è stata invitata a riflettere sul contenuto del video e sulla motivazione che aveva spinto un alunno a scegliere una frase piuttosto che un'altra.

Ne è scaturita una discussione molto interessante e profonda, dove la maggioranza si è espressa riportando considerazioni e vissuti personali di «prese in giro» o commenti pesanti da parte dei compagni.

L'aspetto più interessante del lavoro ha riguardato la possibilità sperimentata dai ragazzi di esprimersi liberamente evitando atteggiamenti giudicanti o colpevolizzanti e, soprattutto, l'opportunità

di integrare nel proprio immaginario opinioni, vissuti e strategie di comportamento diversi e altri rispetto a quelli conosciuti fino a quel momento.

Applicazioni didattiche

L'attività proposta si adatta a diversi ambiti disciplinari.

- Il *docente di lingua straniera* potrebbe utilizzare un testo gradito ai ragazzi per focalizzare l'attenzione sul lessico usato, sulle forme idiomatiche proprie di un'altra lingua o semplicemente per sollecitarne la traduzione.
- Al *professore di lettere* suggerisco di lavorare su alcuni testi di canzoni ispirate a poesie appartenenti al patrimonio letterario italiano o straniero (ad esempio, le canzoni di Fabrizio De André ispirate all'*Antologia di Spoon River*).
- Il *docente di religione* potrebbe chiedere a ogni componente del gruppo classe di individuare una canzone il cui testo contenga delle parole chiave che poi costituiranno materia di discussione e confronto in classe, come *rispetto, amore, pace, libertà*.
- Il *docente di arte* potrebbe suggerire di cercare dei video e delle canzoni che abbiano come ambientazione monumenti celebri, Opere d'arte, angoli o scorci di città architettonicamente famose. Si può ad esempio partire da una musica o un balletto ideato a New York per condurre abilmente i ragazzi ad apprezzare un museo, una statua, un'opera pittorica!

Lo spot pubblicitario

DESTINATARI: Studenti della scuola secondaria di primo e secondo grado.

OBIETTIVO: Ideare uno spot pubblicitario che induca a riflettere su tematiche d'attualità.

DURATA: Due incontri di 2 ore ciascuno.

MATERIALE: Cartoncino formato A3, riviste, giornali, matite, colori e materiale generico di cancelleria.

Quella descritta è un'attività di gruppo da proporre dopo che la classe ha lavorato sulla «presa in giro», le sue motivazioni, le reazioni che provoca nel ragazzo vittima e le possibili strategie risolutive affinché non venga più riproposta.

In genere, dopo due o tre incontri sul tema, i ragazzi acquistano consapevolezza sui danni che possono provocare un'offesa, una parola, una frase magari espressa con leggerezza e superficialità. Quando li interrogo sulla necessità di continuare a lavorare sull'argomento si dimostrano disinteressati: riferiscono infatti di aver compreso a sufficienza i meccanismi e le soluzioni da adottare e di aver già messo in pratica questi insegnamenti. Queste sono le premesse adeguate per passare all'attività successiva: *la creazione di uno spot pubblicitario*.

Come prima cosa il conduttore procede a dividere la classe in gruppi di lavoro di quattro unità ciascuno. Per la formazione dei gruppi, si può lasciare libera scelta ai ragazzi (che però tenderanno a scegliersi secondo simpatie e affinità già in atto) oppure può essere il conduttore stesso a organizzare i gruppi, formandoli il più casualmente possibile, come attraverso un'estrazione.

Formati i gruppi, si può fornire la seguente consegna:

Create uno slogan pubblicitario, sullo stile delle pubblicità progresso, che faccia riflettere sulle conseguenze della «presa in giro».

Quindi a ogni gruppo vengono consegnati un cartoncino in formato A3 e alcune riviste di moda o attualità: il compito consiste nel creare uno slogan e un cartellone pubblicitario che inviti i giovani a riflettere sulle conseguenze della «presa in giro». Si può utilizzare anche il materiale frutto delle riflessioni emerse durante gli incontri precedenti.

I ragazzi andranno guidati e seguiti nell'esecuzione della consegna suggerendo diverse modalità di espressione ed elaborazione, come negli esempi seguenti.

- *Scrivere frasi brevi e incisive che abbiano il ruolo di slogan e che siano accompagnate da disegni adeguati o da fotografie ritagliate dalle riviste a disposizione.*
- *Se si ha la possibilità di accedere alla rete, lasciare che gli studenti selezionino e stampino direttamente immagini per loro adeguate e congrue con il messaggio che desiderano trasmettere.*
- *Inventare una poesia inerente alla tematica.*
- *Disegnare vignette umoristiche.*
- *Scrivere il testo di una canzone e, nel caso ci fosse qualcuno appassionato di musica, scriverne anche lo spartito musicale (magari facendosi supportare dal docente di musica).*

In generale, è bene lasciare che la creatività e la fantasia del gruppo si esprimano liberamente affinché altre idee possano sorgere e coinvolgere diversi canali espressivi.

Terminato il lavoro, ogni gruppo mostrerà alla classe il proprio cartellone illustrandone le motivazioni, le scelte eseguite e la metodologia usata per giungere al risultato.

I lavori realizzati potranno in seguito essere affissi ai muri dell'aula o nei corridoi della scuola; in alternativa, un portavoce del gruppo potrà recarsi nelle altre aule per mostrare il cartellone e il percorso di riflessione compiuto per elaborarlo.

Nelle scuole dove ho lavorato, i docenti hanno suggerito di fotografare i lavori e di stamparli realizzando una sorta di dépliant pubblicitario da distribuire uno per classe, in modo da fornire spunti di riflessione per ulteriori elaborazioni.

La galleria della bellezza

DESTINATARI: Studenti della scuola secondaria di primo e secondo grado.

OBIETTIVO: Stimolare i ragazzi ad esprimere i loro canoni estetici in diversi ambiti culturali.

DURATA: Due incontri di 2 ore ciascuno.

MATERIALE: Un PC per ogni studente con accesso alla rete o riviste (di arte, architettura, scienza, moda, spettacolo).

L'attività che segue scaturisce da una domanda che ogni essere umano sicuramente si pone in diverse circostanze dell'esistenza: «*Cos'è la bellezza per me? Quali sono i criteri o requisiti in base ai quali qualche cosa (un'opera d'arte, un paesaggio naturale, l'ultima innovativa realizzazione tecnologica, ecc.) possa essere definita bella?*».

L'intento dell'intervento non è certo quello di puntualizzare quali siano i criteri o le chiavi di lettura per individuare il concetto della bellezza! Entreremmo in una diatriba dove le possibili interpretazioni e i punti di vista sarebbero molteplici, diversi a seconda delle lenti con cui guardiamo il mondo, anche in base all'ambiente culturale in cui siamo immersi e da cui siamo condizionati.

In un mondo dove spesso i media trasmettono notizie e informazioni che sottolineano e mettono in evidenza gli aspetti peggiori e più mortificanti delle vicende umane, penso sia importante sollecitare i giovani a ricercare e riconoscere il senso della bellezza, restituendole un posto e una collocazione di rilievo all'interno della propria vita. Educare a riflettere su ciò che di buono e bello circonda la vita di ognuno significa creare uno spazio sia mentale che fisico dove l'attenzione è focalizzata e direzionata su alcuni aspetti ed espressioni positive delle opere umane.

L'idea qui suggerita vuole semplicemente essere quella di sondare il personale e soggettivo senso estetico dei ragazzi con i quali si lavora, proponendo loro di creare una sorta di *Galleria virtuale della bellezza*, scegliendo immagini appartenenti all'arte figurativa o scultorea, alla

letteratura, al mondo della moda e dello spettacolo, alla scienza, o selezionando suggestive foto di paesaggi naturali.

Come ho già evidenziato in altre schede e sezioni del libro, è buona prassi, prima dell'inizio dell'attività, fornire esempi concreti che fungano da falsariga o prototipo sul quale successivamente ognuno possa aggiustare o ideare il proprio lavoro. Non potendo mostrare il PowerPoint che ho personalmente costruito per questa attività ispirandomi al mio concetto di bellezza, riporto almeno un elenco delle immagini che ho selezionato:

- *Amore e Psiche* del Bernini.
- *Apollo e Dafne* del Bernini.
- *Cristo velato* di Giuseppe Sanmartino.
- *Madonna con l'ermellino* di Leonardo da Vinci.
- La Cappella Sistina di Michelangelo.
- Lake Hilier, il lago rosa dell'Australia.
- Il Gran Canyon.
- Le cascate del Niagara.

La metodologia ottimale, perché ognuno crei la propria personale «galleria della bellezza», si affida agli strumenti informatici e digitali che i giovani studenti di oggi sicuramente padroneggiano meglio del materiale cartaceo. Quindi sarebbe ideale un PC collegato alla rete per ogni alunno, con la possibilità di navigare alla ricerca di foto, immagini, opere d'arte, prodotti tecnologici in alta definizione o qualsiasi altro soggetto che per lo studente in gioco rappresenti o incarni il concetto di bellezza.

Una volta individuate le immagini giuste, si può iniziare a costruire la propria galleria seguendo criteri e metodi diversi. Per gli studenti più abili e capaci, il suggerimento è quello di realizzare una galleria in formato PowerPoint, in modo da poterla poi visionare e commentare con tutta la classe. In alternativa, ogni studente potreb-

be stampare le immagini scelte dal web, con l'accortezza di salvarle preventivamente in una cartella.

Se la scuola non dispone di tali tecnologie, l'attività può tranquillamente essere svolta anche attraverso una selezione di immagini contenute nelle riviste. Consiglio in questo caso di proporre una scelta molto ampia di periodici o settimanali, che spazino dall'arte alla scienza, dalla moda alla pasticceria, o qualsiasi pubblicazione che possa essere ritenuta fonte di materiale gradevole e piacevole per i sensi.

In tal caso, le immagini individuate e riconosciute come appartenenti al proprio canone di bellezza possono essere ritagliate e utilizzate creando una sorta di book o fascicolo cartaceo, realizzandone anche la copertina con relativi titolo e autore messi in evidenza.

L'attività ben si presta a un coordinamento multidisciplinare, per cui ogni professore nella propria disciplina o ambito curricolare potrebbe suggerire siti web da esplorare o pubblicazioni dalle quali attingere materiale utile.

Anche se ho individuato la fascia della scuola secondaria di primo e secondo grado come utenza elettiva per l'attività, nulla vieta che con i dovuti accorgimenti e rielaborazioni possa essere proposta nella scuola primaria. È bene evidenziare che qualsiasi oggetto o soggetto può essere inserito nella «galleria della bellezza» purché susciti in chi lo sceglie sensazioni e considerazioni di piacevolezza e gradimento.

Giornale di classe

DESTINATARI: Alunni della scuola secondaria di primo e secondo grado.

OBIETTIVO: Sollecitare la lettura e la rielaborazione personale di alcune tematiche estrapolate da riviste o quotidiani.

DURATA: Due incontri della durata di 2 ore ciascuno.

MATERIALE: Quotidiani, riviste scientifiche, settimanali di cultura e attualità. Un cartoncino formato A3 per ogni gruppo di lavoro. Colla, forbici e materiale generico di cancelleria.

Il mondo della scuola risente inevitabilmente dei cambiamenti tecnologici della società odierna. Tablet, PC, Lavagne Interattive Multimediali sono alcuni degli strumenti già ampiamente diffusi in molte strutture scolastiche. Grazie a una riforma che in brevi termini rivoluzionerà l'istruzione adeguandola a pattern e metodi europei, ritengo che il cartaceo sarà sempre più relegato in un angolo, per essere sostituito da forme digitali sicuramente più fruibili e gradite al mondo giovanile.

Nella mia esperienza è sempre più raro trovare ragazzi appassionati alla lettura di un libro, ancor meno abituati a sfogliare un giornale. L'attività qui proposta si prefigge di far riscoprire ai ragazzi i quotidiani cartacei, spesso presenti nelle realtà scolastiche che ho conosciuto, ma lasciati giacere intatti su un banco dell'atrio di ingresso.

L'attività prevede la divisione della classe in gruppi di lavoro di quattro o massimo cinque unità ciascuno. Si distribuiscono a ogni gruppo un cartoncino formato A3, un quotidiano e qualche rivista scientifica e di attualità.

Quindi si spiega la consegna: creare una sorta di «giornale di classe», ovvero un piccolo quotidiano frutto di una selezione delle notizie più interessanti e curiose individuate nei giornali a disposizione del gruppo.

Ogni alunno è invitato a sfogliare il cartaceo a sua disposizione, confrontandosi con gli altri compagni di lavoro, con l'obiettivo di scegliere gli articoli e le immagini che suscitano maggiore curiosità e interesse.

All'interno del lavoro d'équipe l'insegnante presente può, in base alla conoscenza delle attitudini e dei talenti dei suoi alunni, indirizzare ogni componente del gruppo verso un'azione piuttosto che un'altra. In tal modo, ad esempio, anche l'alunno con DSA o BES potrà inserirsi e partecipare alla realizzazione del giornale, magari selezionando o tagliando le immagini da inserire. L'importante è accertarsi che ogni componente del gruppo si ricavi uno spazio per esprimere la sua presenza attiva, senza escludere nessuno.

La scelta delle notizie selezionate andrà poi motivata e commentata sotto forma di didascalia o ulteriore breve articolo. Se c'è tempo e lo si ritiene utile, si possono scrivere i commenti sul PC, in modo da poterli stampare in un momento successivo.

Tutti gli articoli selezionati vanno poi incollati e ricomposti sul foglio a disposizione del gruppo, in modo da ricreare un mini quotidiano frutto delle loro scelte e dei loro interessi.

Al termine del lavoro, il gruppo è invitato a inventare un titolo originale adeguato al giornale.

L'attività richiede almeno due ore di tempo, per consentire non solo di sfogliare giornali e riviste a disposizione, ma anche di scambiarle all'interno dei gruppi, così da avere maggiore materiale a disposizione.

Quando tutti i gruppi hanno completato il lavoro si può procedere in diversi modi.

Suggerisco alcune delle idee applicate nella classe seconda di una scuola secondaria di primo grado.

- *Si chiede a ogni gruppo di eleggere un proprio rappresentante, che si recherà alla lavagna per illustrare a tutta la classe il giornale e i suoi contenuti, motivando le scelte fatte. Dopo ogni presentazione, i compagni danno una valutazione del lavoro mostrato, assegnando un voto o esprimendo un'opinione attraverso un commento, una frase, un aggettivo.*
- *Si favorisce lo scambio dei giornalini tra i gruppi: in tal modo ogni équipe, visionando i lavori dei compagni, avrà modo di acquisire*

nuove informazioni e notizie, utili ad arricchire il bagaglio delle conoscenze personali.

Applicazioni didattiche

Dopo aver proposto l'attività in diverse classi, condividendo l'esperienza con altri docenti referenti delle diverse discipline curriculari, ho suggerito di trasferirla anche all'interno del loro metodo di insegnamento. Il giornale acquista così una valenza e una connotazione diversa a seconda dell'ambito disciplinare che si vuole esplorare.

- Il *docente di matematica e scienze*, ad esempio, potrebbe suggerire ai suoi alunni di ideare una mini rivista scientifica che raccolga gli articoli o le scoperte scientifiche più recenti, servendosi di riviste di divulgazione scientifica e di siti internet validi e riconosciuti.
- Il *professore di arte e disegno* potrebbe sollecitare la classe nel creare tanti opuscoli illustrativi dedicati alle arti figurative e scultoree, selezionando un periodo preciso e una corrente artistica differente per ogni gruppo (impressionismo, barocco, astrattismo, ecc.).
- Il *docente di lettere* potrebbe suggerire di ideare un giornale dove con cadenza quindicinale o mensile vengano raccolte le produzioni letterarie degli studenti (brevi poesie, racconti, commenti o recensioni critiche di film o romanzi di successo).
- Il *docente di lingua straniera* potrebbe chiedere a ogni gruppo di lavoro di cercare articoli o immagini che descrivano il Paese straniero che stanno studiando. Un gruppo, ad esempio, si concentrerà sugli aspetti gastronomici, illustrando e descrivendo una ricetta caratteristica in lingua, un altro potrebbe trascrivere il testo dell'inno nazionale, un altro ancora potrebbe fare una piccola ricerca su come funziona il sistema scolastico o sanitario nel Paese in questione.

Allego, a titolo esemplificativo, le immagini di due lavori eseguiti dagli alunni della classe seconda di una scuola secondaria di primo grado.



Come motivare una lezione

DESTINATARI: Studenti della scuola secondaria di secondo grado.

OBIETTIVO: Migliorare l'ascolto in classe attraverso l'introduzione di strategie e metodologie adeguate.

DURATA: Incontri di due ore ciascuno.

MATERIALE: Carta e penna, una LIM.

Una delle richieste più frequenti tra i docenti della scuola secondaria di secondo grado riguarda la sfida a tenere alte la motivazione e l'attenzione dei ragazzi nel corso della lezione.

I professori arrivano allo sportello di ascolto raccontando di classi dove tenere lezione diventa un'impresa faticosa, stressante e snervante: la fatica e l'impegno profusi nell'attivazione del processo di apprendimento non vengono riconosciuti dagli studenti, che si mostrano sempre più distratti, demotivati, irrequieti e loquaci nei momenti meno opportuni.

I suggerimenti che seguono costituiscono delle strategie semplici da mettere in atto e i docenti che le hanno applicate ne hanno tratto giovamento, percependo un alleggerimento nella gestione della classe quando stava diventando un compito eccessivamente gravoso e frustrante, al punto di diminuire notevolmente il piacere e la passione per l'insegnamento. Senza trasporto per il proprio lavoro, un professore sopravvive faticosamente al mandato educativo, addentrandosi in una spirale di insoddisfazione e disagio che, inevitabilmente, genera un circolo vizioso nel quale studenti e docenti sono artefici e vittime al tempo stesso.

È bene ricordare e sottolineare come ogni contesto scolastico sia unico e diverso, così come sono differenti e ineguagliabili i suoi componenti. Pertanto, è possibile che in una classe una strategia ottenga risultati ottimali, mentre in un'altra la sua applicazione potrebbe risultare poco efficace. L'insegnante d'altronde deve ripensare e monitorare continuamente il suo lavoro per adattarlo alle specifiche

esigenze di chi ha di fronte. Se un approccio non risulta valido in ogni applicazione, non per questo il docente deve rinunciare a esplorare continuamente nuovi metodi di contatto con il discente: il cuore della questione infatti è sempre la natura della relazione con il gruppo classe. Se il docente riesce a instaurare un clima di rispetto, ascolto e fiducia reciproca, sarà poi più semplice e fluido inserire in tal clima i contenuti specifici del processo di apprendimento.

I suggerimenti qui presentati partono dal presupposto che il professore voglia mettersi in discussione poiché ha già verificato che il metodo di insegnamento attuato fino a quel momento presenta qualche piccola o grande falla. Queste attività possono essere adatte in modo particolare al primo biennio della scuola secondaria di secondo grado, ma nulla impedisce che anche un docente delle classi di ordine superiore le applichi e ne trovi giovamento per se stesso e i suoi alunni.

Come ho già rilevato in altre parti del libro, una delle difficoltà maggiori dei ragazzi di oggi consiste nel tollerare tempi di attenzione lunghi, rimanere seduti al banco, in silenzio, nella dimensione di un ascolto che funga da contenitore di informazioni ed esperienze da apprendere, sedimentare, memorizzare.

Dalla scuola primaria fino alla fine della secondaria gli insegnanti esplicitano e rilevano sempre più frequentemente un'attenzione carente, breve, intervallata da richieste disparate, chiacchiericcio di fondo, disinteresse.

Innanzitutto occorre prendere coscienza di questa realtà e abbandonare l'idea di tenere una lezione frontale di 50 o 60 minuti dove tutti seguono, rimanendo seduti immobili prendendo appunti, evitando di essere catturati dalla distrazione.

Occorre al contrario strutturare in modo diverso la lezione, attraverso piccoli accorgimenti che sicuramente aiutano nel migliorare il clima di ascolto. Consiglio però, prima di proporre modifiche al consueto svolgimento delle lezioni, di coinvolgere gli studenti stessi nel processo decisionale relativo ai cambiamenti da introdurre.

Quindi, in un giorno stabilito è bene annunciare ai ragazzi lo svolgimento di una lezione diversa, nella quale tutta la classe sarà interpellata e coinvolta in un processo di *cambiamento* finalizzato a *migliorare la dimensione dell'ascolto in classe*.

Per ottimizzare il processo di comunicazione tra insegnante e classe, sarebbe opportuno disporre le sedie in cerchio e spostare tutti i banchi vicino alle pareti, in modo che si crei un ambiente diverso, dove tutti si possono sentire partecipi e coinvolti allo stesso tempo. È opportuno inoltre che anche il docente che propone l'attività si sieda nel cerchio accanto ai ragazzi, inserendosi in tal modo attivamente nel processo di comunicazione.

Il primo messaggio da passare al gruppo classe riguarda la presa di coscienza da parte del professore che esiste una difficoltà nel gestire la classe nei momenti di lezione e che le strategie o i metodi usati fino a quel momento non hanno fornito risultati soddisfacenti. Ogni affermazione e considerazione da parte del professore andrebbe sempre confrontata con il punto di vista dei ragazzi. Un'attività ha tanto più valore ed efficacia quanto più gli attori coinvolti in essa condividono le premesse da cui scaturisce e gli obiettivi che si pone.

Il docente potrebbe esprimersi in questo modo:

Ho notato, dall'inizio dell'anno, che nel corso delle mie lezioni la vostra attenzione è molto bassa. Mi sono accorto che fate molta fatica a stare fermi e in silenzio. Io in questa situazione faccio sempre più fatica a insegnare. Ho provato a ripensare al modo in cui strutturo la lezione e mi farebbe piacere farvi delle proposte e testare cosa ne pensate. Ma prima di procedere vorrei ascoltare la vostra opinione per capire se siete o meno d'accordo con il mio punto di vista.

A questo punto, il docente lascia la parola ai ragazzi, in modo che possano confermare o dissentire dal suo punto di vista.

In genere, quando un adulto si mette in discussione e non impone la sua opinione a un alunno, crea le premesse per un dialogo

autentico, dove entrambe le parti in gioco possano con libertà esprimere le proprie riflessioni. Se messi nella condizione di essere ascoltati e considerati, i ragazzi esplicitano risorse e soluzioni impensabili: occorre solo creare le premesse e le adeguate coordinate spazio-temporali perché possano aprirsi.

Nel comunicare con i ragazzi è fondamentale non puntare il dito sulla loro disattenzione e distrazione, bensì esprimersi sempre usando quello che nella *comunicazione efficace* si definisce come «*messaggio io*»: chi parla espone in prima persona il disagio che sta vivendo, evitando di scaricare la colpa sull'altro.

Nel caso specifico che stiamo trattando, il docente porrà il fulcro dell'attenzione non sui ragazzi distratti o demotivati, ma sulla sua fatica e frustrazione nello svolgere una lezione, come se tra le righe dicesse: «Ragazzi, in questo modo non ce la faccio più ad andare avanti, sto perdendo il piacere di insegnare. Vorrei trovare nuovi modi e strategie per interessarvi. Collaboriamo a questo progetto in modo da trarne tutti giovamento?».

A questo punto, create le giuste premesse e ascoltati i ragazzi (che, messi nella condizione di riconoscere la verità senza essere penalizzati o giudicati, potranno nella maggior parte dei casi concordare con la visione del professore), si passa alla fase delle proposte.

In prima battuta, sarà il professore a esporre alcune strategie finalizzate al miglioramento dell'ascolto e dell'attenzione in aula. Ne ho individuate alcune che sono state applicate con efficacia in diverse classi: esse possono essere utilizzate come spunto e trampolino di lancio al fine di individuarne altre tarate sul contesto classe con il quale lavorate.

Il primo cambiamento che si può mettere in atto consiste nello strutturare la lezione di 60 minuti dividendola in quattro parti.

1. La prima parte della durata di 20 minuti coincide con la classica e tradizionale lezione frontale, dove vengono trasmessi contenuti

e informazioni nuove. In quel breve lasso di tempo non ci si alza, si evita di uscire per andare al bagno o spostarsi dal banco per un qualsiasi motivo.

2. Terminati i 20 minuti di lezione, la classe può gestire 10 minuti di libertà, durante i quali ognuno è libero di alzarsi, andare a parlare con un compagno, recarsi in bagno, bere acqua, aprire le finestre per ossigenare l'aria. Unica regola da rispettare: vietato l'uso delle mani e della parola per offendere i compagni.
3. Terminata la pausa, si riprende la lezione frontale per altri 20 minuti, ma prima di continuare si chiede se tutti hanno bene compreso i contenuti precedenti. Nel caso di risposta affermativa, il professore prosegue con la spiegazione, ma questa volta non rimane fermo alla lavagna o alla cattedra, ma si muove tra i banchi, assumendo via via postazioni differenti in modo da «costringere» la classe a muoversi, girarsi, cambiare la postura nel banco per seguire il suo sguardo.

Nel caso in cui alcuni studenti non abbiano capito la spiegazione precedente, si chiede a coloro che hanno compreso di fungere da tutor per i compagni in difficoltà. Si formano pertanto delle coppie dove chi spiega ha un ruolo attivo e chi apprende dovrà in un secondo momento restituire, attraverso una personale valutazione, il lavoro del suo tutor. In tal modo entrambe le parti assumono un ruolo attivo e, soprattutto nel caso in cui il tutor riesca a spiegare bene al suo partner, è fondamentale che il compagno chiarisca perché la spiegazione del suo pari è stata efficace ed esauriente, quale strategia, parole o metodo ha usato per accendere nell'altro la luce della comprensione. Tali elementi evidenziati saranno utili al professore affinché possa arricchire il suo metodo di insegnamento prendendo spunto anche dalla creatività e dalla inventiva dei suoi alunni.

4. Rimangono i 10 minuti finali, che vanno di nuovo convogliati in una pausa libera, sulla stessa scia della prima.

Un'*altra strategia* consiste nel proporre ai ragazzi con una frequenza quindicinale delle brevi verifiche sui contenuti trasmessi nelle lezioni, con l'accortezza di esplicitare i punti sui quali verterà. In questo modo sarà possibile testare periodicamente il livello di ricezione e di apprendimento degli studenti.

Tempo perso? No, tempo sicuramente guadagnato, come hanno evidenziato i docenti che hanno già messo in atto tali metodologie.

Quelle appena indicate sono solo le proposte da parte del docente. È buona prassi far seguire alle idee dei professori i suggerimenti dei ragazzi, verbalizzati al momento o rimandati a un incontro successivo, oppure sollecitati attraverso biglietti anonimi con la grafia in stampatello in modo che non se ne riconosca l'autore.

Affinché le proposte funzionino e l'ascolto e l'attenzione migliorino, è fondamentale che vi siano una condivisione e una partecipazione collettive al processo decisionale.

La scuola che vorrei

DESTINATARI: Terza classe della scuola secondaria di primo grado e studenti della scuola secondaria di secondo grado.

OBIETTIVO: Introduzione di alcune piccole innovazioni e modifiche nel metodo di insegnamento tradizionale.

DURATA: Due incontri di 2 ore ciascuno.

MATERIALE: Un foglio e una penna per ogni alunno.

Questa attività vuole essere spunto e stimolo per spezzare gli schemi classici entro i quali i docenti gestiscono le lezioni curricolari: l'obiettivo è sollecitare i ragazzi a proporre piccole innovazioni e nuove modalità di insegnamento, così da rendere la lezione più accattivante e piacevole.

Prima di proporre l'attività, è utile sollecitare i ragazzi all'utilizzo della creatività e del pensiero laterale, ossia quel ragionamento che consente di uscire dagli schemi conosciuti e rassicuranti con l'obiettivo di individuare soluzioni originali e nuove a problemi vecchi.

Si distribuisce un foglio A4 per ogni alunno e si chiede di disegnare al suo interno un grande cerchio, diviso in tre settori. Ogni settore sarà contraddistinto da un numero e riporterà una domanda.

Come di consueto, disegno io stessa un cerchio alla lavagna e scrivo le domande in modo che tutti ne prendano visione e possano copiarle.

A titolo esemplificativo, cito qui di seguito alcuni interrogativi che ho rivolto alla classe prima di una scuola secondaria di secondo grado.

1. *Individua un argomento di cui ti piacerebbe discutere all'interno di una lezione. L'argomento deve prescindere dal programma curricolare.*
2. *Quale tipo di innovazione tecnologica introdurresti a scuola per rendere più coinvolgente e motivante l'apprendimento?*
3. *Immagina e descrivi un modo alternativo di svolgere la lezione, rispettandone i contenuti e le materie, in modo da incrementare l'interesse e il coinvolgimento da parte del gruppo classe.*

Quindi, si lascia un tempo adeguato per riflettere e scrivere, garantendo l'anonimato (in genere 20 minuti sono sufficienti per l'elaborazione personale).

Una volta che tutti hanno ultimato il compito, si raccolgono i fogli e si chiede alla classe in che modo ne voglia usufruire. Nella mia esperienza personale, quasi sempre la maggioranza manifesta il desiderio di una lettura collettiva e condivisa del lavoro svolto, protetto grazie all'anonimato. Il modo in cui si evolve l'attività dipende dai contenuti e dalle riflessioni che emergono.

All'invito di individuare nuovi argomenti da trattare in classe, che non facciano parte del programma, gli studenti hanno scritto:

Mi piacerebbe parlare di politica per capire meglio cosa è giusto e cosa è sbagliato.

Vorrei introdurre e parlare di musica, perché mi appassiona molto.

Si potrebbe parlare di arte, nelle sue diverse forme.

Potremmo parlare di cucina e di qualche piatto legato a tradizioni etniche differenti, dato che ci sono dei ragazzi stranieri in classe.

Vorrei parlare di alimentazione e cucina, mi piacciono molto e li trovo utili e interessanti.

Si potrebbe parlare di temi attuali quali il cyberbullismo, magari vedendo qualche film che tratti l'argomento.

Mi interessa parlare di Internet e dell'uso corretto o scorretto che se ne fa.

Parliamo di mode e di moda?

Si potrebbe introdurre la Psicologia, argomento che ci riguarda tutti.

Alla domanda su quali strumenti tecnologici vorrebbero introdurre a scuola, i ragazzi hanno dichiarato:

Vorrei avere un PC nuovo da portare a scuola e lavorarci.

Secondo me sarebbe bello poter studiare con i tablet, come fanno già in altri Paesi stranieri e in alcune scuola delle nostra città.

Mi piacerebbe che anche la nostra classe avesse una LIM (Lavagna Interattiva Multimediale). Le lezioni diventerebbero molto più interessanti e si seguirebbero con più piacere.

Io eliminerei i libri e porterei solo il tablet.

Con computer e tablet si potrebbero svolgere lezioni più interessanti e accurate.

Se avessimo una LIM in ogni classe non dovremmo spostarci ogni volta per andare nelle altre classi che l'hanno in dotazione.

Infine, all'invito di immaginare modalità alternative di svolgere le lezioni, gli studenti hanno scritto:

Io organizzerei più spesso delle uscite didattiche e delle gite e dei progetti alternativi ogni tanto.

Farei dei giochi per apprendere meglio.

Io vorrei fare 40 minuti di lezione e poi gli ultimi 15 parlare di ciò che ci interessa.

Nelle belle giornate si potrebbe andare a far lezione in giardino.

Non sopporto come sono collocati i banchi. Vorrei cambiarne la disposizione.

Mi piacerebbe fare lezione all'aperto, in giardino, anche se dubito che i professori acconsentirebbero perché temono che ci comportiamo in modo indisciplinato.

Vorrei vedere più spesso dei film, magari legati a qualche materia come la storia. Ti rimane impresso di più un film che tante spiegazioni orali!

Io penso che ci sono materie, come scienze, perfette per essere spiegate all'aria aperta.

Lette tutte le proposte, si può procedere in modi diversi.

Nel caso della classe rappresentata in questa scheda, si è accesa una discussione vivace sulla possibilità reale di calare nella concretezza e nella pratica i suggerimenti affiorati. Alcuni studenti si sono dichiarati sfiduciati e avviliti, vedendo come ostacolo alla realizzazione delle proposte la resistenza di alcuni docenti molto ancorati al tradizionale metodo di insegnamento.

Sono intervenuta suggerendo di individuare un docente che ritenevano più aperto e disponibile di altri. Lo avrebbero potuto coinvolgere immaginando di introdurre solo uno dei cambiamenti ideati: la maggioranza ha scelto la professoressa di scienze e l'opportunità di fare lezione all'aria aperta, almeno una volta ogni 15 giorni, situazione meteorologica permettendo.

La classe mi ha poi chiesto un'opera di mediazione per contattare la docente in questione e suggerire di sperimentare realmente il cambiamento proposto dai suoi studenti. Ho aderito volentieri alla richiesta di aiuto: avrei esposto alla docente di scienze il senso e il contenuto dell'attività svolta in classe e da parte loro gli studenti si sarebbero impegnati a tenere un atteggiamento rispettoso e composto nel corso della futura lezione all'aperto.

La professoressa si è subito dimostrata contenta e disponibile a sperimentare un modo alternativo di fare scuola e il suggerimento è stato messo in atto, con una ricaduta positiva sia sull'umore e la motivazione della classe, sia sulla docente stessa, che in seguito mi ha riferito di aver finalmente respirato una ventata di novità e «aria fresca» nella sua giornata scolastica.

Nei mesi successivi altri docenti si sono incuriositi e interessati al cambiamento messo in atto dalla collega, prima osservando discretamente, poi iniziando a inserire timidamente alcune modifiche nel tradizionale modo di insegnare. Alcuni professori attraverso lo sportello mi hanno contattata per avere indicazioni e suggerimenti più precisi sull'attività in questione, curiosi di sperimentarla nella loro classe.

A distanza di qualche mese, è stato interessante rilevare come dei piccoli ma significativi cambiamenti avessero ribaltato la didattica tradizionale. Un docente di lettere, ad esempio, ha notato come la semplice disposizione dei banchi a ferro di cavallo avesse modificato il rapporto discente-insegnante, in quanto il potersi guardare tutti negli occhi e non avere nessun compagno davanti o dietro il proprio banco aveva consentito almeno logisticamente di essere tutti allo stesso livello davanti al docente.

Concludo con una riflessione che frequentemente condivido nel corso delle formazioni con i genitori o gli insegnanti. Per attivare un cambiamento all'interno di una relazione, di un gruppo, di una istituzione, è fondamentale iniziare con micro-cambiamenti, frammenti apparentemente insignificanti, ma che sicuramente nel tempo diventano uno spartiacque tra il prima e il dopo. Mi viene in aiuto la metafora del lancio di un piccolo sasso nell'acqua, che genera piccoli cerchi che lentamente si allargano.

Professore per un giorno

DESTINATARI: Alunni della scuola secondaria di primo e secondo grado.

OBIETTIVO: Consentire agli studenti di calarsi nel ruolo del docente, attraverso la conduzione di una breve lezione.

L'attività scaturisce dall'intento di far sperimentare agli studenti cosa significhi impostare una lezione mantenendo vigili l'attenzione, l'ascolto e la disciplina.

Pertanto suggerisco ai docenti di individuare all'interno della programmazione curricolare un tempo e uno spazio dove alcuni studenti volontari sono invitati a preparare una lezione frontale da proporre ai compagni.

L'argomento della lezione si può estrapolare dal programma ministeriale: in tal caso è il docente stesso che indica un capitolo o un paragrafo del libro di testo sul quale lo studente dovrà prepararsi per spiegarlo in un secondo tempo alla classe.

In alternativa, il ragazzo in causa individua una tematica di attualità o un ambito del quale si sente esperto e competente, tanto da volere trasmettere ai suoi pari pillole della sua conoscenza.

Il tempo a disposizione per la lezione non deve superare i 15 minuti.

Va spiegato alla classe che il compito del «professore per un giorno» ha un doppio risvolto: da una parte l'esposizione dell'argomento scelto e dall'altra la gestione dell'ascolto e della disciplina da parte dei pari.

Obiettivo primario dell'attività risiede nel gettare semi di consapevolezza perché l'alunno, immedesimandosi nel ruolo del professore, possa comprendere meglio gli aspetti della gestione della disciplina, dell'attenzione e dell'ascolto. Salire in cattedra calandosi nel ruolo di docente costituisce un'esperienza che spesso modifica la percezione e la considerazione nei confronti degli insegnanti.

Al termine della lezione, il gruppo classe è invitato a restituire una valutazione della performance del compagno, sottolineando i punti di forza ed eventuali debolezze o difficoltà riscontrate nell'esposizione.

Il docente referente esprime per ultimo le sue considerazioni, cercando di mettere in evidenza le competenze e le potenzialità emerse nel corso dell'esposizione ed eventualmente integrando i contenuti esposti con altre informazioni e materiale.

Per una maggiore comprensione dell'esperienza, riporto alcuni esempi tratti dai miei interventi in classe.

- Una studentessa di una classe terza della secondaria di primo grado ha scelto di gestire una lezione sulla *Shoah*, riuscendo a catturare l'attenzione di tutto il gruppo classe, grazie alla proiezione di un breve stralcio tratto dal film *La vita è bella*. Quindi ha proseguito apportando dati, argomentazioni, cause storiche dell'odio antisemita, e al termine dell'esposizione ha chiesto ai compagni in che misura riscontrassero attualmente forme di intolleranza razziale. In questo caso la studentessa in questione ha evidenziato un'intelligenza brillante e un'ottima capacità dialettica.
- L'esperienza del «Professore per un giorno» costituisce una strategia elettiva per il coinvolgimento di *ragazzi con lieve disabilità intellettiva o con disturbi dell'apprendimento o dell'attenzione*, che spesso non emergono nel gruppo classe. Avere l'opportunità di tenere un breve lezione su un argomento che padroneggiano bene costituisce l'occasione per una iniezione di autostima e fiducia. Occorre semplicemente individuare un ambito dove lo studente si percepisce competente. Ad esempio, una ragazza con lieve ritardo mentale di una classe seconda della secondaria di primo grado ha scelto di esporre al gruppo classe la descrizione di una ricetta inventata da lei stessa, raccogliendo consenso e approvazione unanimi; uno studente di una classe prima con rendimento

scolastico insufficiente in quasi tutte le discipline ha espresso la sua abilità in un'arte marziale spiegando alcune regole della disciplina e mostrando anche qualche semplice mossa di difesa; un ragazzo con DSA ha scelto di presentare un gioco online al quale era appassionato, riuscendo a descriverne regole, modalità di accesso e interazione con gli altri partecipanti. Pertanto l'attività ha consentito che emergessero punti di forza e risorse nascoste degli studenti in difficoltà di apprendimento, rafforzando l'autostima e la fiducia in se stessi.

Capitolo 5

Attività di valutazione. La pagella. Gli esami. Restituzioni finali

Le attività presentate in questo capitolo riguardano sia le valutazioni degli alunni riguardo al proprio rendimento sia le valutazioni degli studenti nei confronti del team docenti. Inoltre, sono forniti alcuni suggerimenti su come gestire l'ansia relativa agli esami finali, attraverso la proposta di una *simulazione d'esame*.

In conclusione, riporto lo schema delle *schede di restituzione finale* che consegno al termine dei miei interventi, sia al gruppo classe sia ai docenti che hanno collaborato in compresenza.

Il professore ideale

DESTINATARI: Alunni della scuola secondaria di primo e secondo grado.

OBIETTIVO: Riflessione e individuazione dei tratti di personalità del «professore ideale».

DURATA: 2 ore.

MATERIALE: Carta e penna.

Spesso, nel corso dei miei interventi o laboratori in aula, affiorano considerazioni, commenti, critiche o approvazioni da parte dei ragazzi nei confronti dei loro docenti.

È sempre un'operazione molto delicata quella di raccogliere le opinioni e i sentimenti degli alunni nei confronti dei loro insegnanti: lavorando in classe in compresenza con i docenti, presto sempre attenzione affinché non ne vengano ferite dignità e personalità, trasmettendo ai ragazzi che uno dei primi valori importanti tra gli umani è quello del rispetto. Di questo valore io per prima mi faccio garante, ponendomi costantemente nei confronti sia della classe sia dei professori con atteggiamento rispettoso e educato.

L'attività qui presentata vuole proporre una riflessione da parte di tutto il gruppo classe su quali siano le caratteristiche e le qualità fondamentali del «professore ideale». Si chiede quindi di elencare e individuare tutte le caratteristiche e le qualità che un docente dovrebbe incarnare.

La metodologia da usare può essere duplice, come indicato di seguito.

1. Si divide la classe in gruppi di quattro studenti e, una volta assegnato un tempo di riflessione (15-20 minuti), ogni gruppo lavora autonomamente sulla consegna. Terminato il tempo, un portavoce per gruppo riporta a tutta la classe il risultato del lavoro e il conduttore sceglie se scrivere le riflessioni sulla lavagna.
2. Tutta la classe viene coinvolta oralmente sulla consegna e quindi ogni alunno, previa alzata di mano, può intervenire ed esprimere

la sua idea sulle qualità del professore ideale. Ogni caratteristica espressa va scritta alla lavagna e commentata e chiarita al momento.

In ognuno dei due casi, è buona prassi chiedere delucidazioni sulle qualità che emergeranno affinché si crei un linguaggio comune che rimandi agli stessi vissuti emotivi e cognitivi sia da parte dei ragazzi che da parte degli insegnanti. I ragazzi, infatti, a volte usano un lessico che non corrisponde nei significati a quello degli adulti. Ad esempio, se un alunno dice che il professore ideale dovrebbe essere «buono», dobbiamo capire cosa intenda il ragazzo con quell'aggettivo. Occorre quindi esplorare e indagare il concetto di «bontà» («Puoi spiegarmi meglio cosa vuol dire per te insegnante buono?»). La bontà, infatti, per un alunno potrebbe essere collegata alla pazienza, per un altro alla simpatia, oppure al fatto che il docente assegni pochi compiti o che aiuti i ragazzi nelle verifiche.

Una volta terminato il lavoro, lo si può utilizzare in diversi modi. Ne suggerisco alcuni, lasciando come sempre alla fantasia e creatività del lettore la possibilità di un utilizzo personalizzato e tarato sulla propria esperienza e personalità.

Se a condurre l'attività è un insegnante, la riflessione emersa può essere utilizzata per sviluppare una riflessione su se stessi e sul proprio «modello» di professore, oppure si può chiedere al gruppo classe quali siano le qualità del professore ideale che lui non incarna affatto (la classe potrebbe dire, ad esempio, che il professore in questione è poco disponibile all'ascolto, mentre una delle caratteristiche emerse era la disponibilità, intesa come ascolto dei bisogni degli alunni).

Si può riportare all'interno del consiglio di classe il risultato del lavoro, affinché ogni docente acquisti consapevolezza sull'immaginario dei ragazzi nei confronti del professore ideale.

Sempre nel caso in cui a condurre l'attività sia un docente, se avesse un buon rapporto di dialogo con la classe e fosse disposto ad ascoltare eventuali critiche senza risentirsi, potrebbe «osare» di farsi

assegnare da ogni alunno un voto sulle qualità fondamentali del professore ideale individuate nella fase precedente. In questo caso si consiglia, perché i ragazzi possano esprimersi liberamente, di far effettuare la votazione in forma anonima.

Il risultato finale sarà una sorta di «pagella del professore», le cui valutazioni, nella mia esperienza personale, sovente sorprendono positivamente i docenti.

I ragazzi, in effetti, sono molto onesti e sinceri nelle loro considerazioni e, anche se un professore può risultare severo, esigente o poco flessibile secondo la loro percezione, riescono allo stesso tempo a riconoscerne qualità positive, come la professionalità, la competenza educativa, l'imparzialità.

Pertanto, la restituzione delle valutazioni ai docenti ha come ricaduta positiva il miglioramento della relazione tra gruppo classe e insegnante, il quale si vede riconosciute e apprezzate qualità che spesso non pensava venissero rilevate.

La mia pagella

DESTINATARI: Alunni della scuola secondaria di primo e secondo grado.

OBIETTIVO: Autovalutazione degli alunni in tutti gli ambiti disciplinari.

DURATA: 2 ore.

MATERIALE: Carta e penna.

La mia esperienza nell'ambito dello sportello di ascolto presso diversi istituti comprensivi e scuole secondarie di secondo grado mi ha consentito di raccogliere ansie, timori, aspettative e riflessioni sia da parte degli alunni che da parte dei genitori e dei docenti, soprattutto a proposito del rendimento scolastico.

Spesso ho rilevato che la valutazione che il docente fornisce di un alunno è meno severa e restrittiva di quella che il ragazzo opera su se stesso. Se messi nella condizione di ammetterlo, gli studenti spesso riconoscono limiti, torti, mancanze e lacune nell'apprendimento in misura maggiore di quanto gli adulti possano immaginare.

Alla luce di queste considerazioni, ho pensato che sarebbe stato utile fornire agli insegnanti in procinto degli scrutini un'*autovalutazione da parte degli alunni* sotto forma di una vera e propria pagella.

Pertanto, ho preparato delle schede, sulla falsariga delle autentiche pagelle, in cui fossero segnate tutte le materie e lo spazio accanto per scrivere il voto che l'alunno presume di meritare.

L'unica differenza dalla pagella tradizionale riguardava la valutazione sul comportamento: ho richiesto infatti che accanto a ogni materia ci fosse anche il voto sul comportamento che l'alunno teneva in classe in quel preciso ambito disciplinare. Il risultato dell'attività è stato molto interessante e ha fornito materiale di riflessione per i docenti che ne hanno preso visione: nella maggior parte dei casi, si sono verificate coerenza e coincidenza tra voto atteso e quello realmente ricevuto sulla pagella ufficiale, mentre qualche alunno ha percepito il suo rendimento più basso rispetto a quello riconosciuto dal docente.

Le discrepanze più rilevanti sono state quelle relative al comportamento. Ho notato che i ragazzi con problemi disciplinari, segnalati da alcuni insegnanti come irrequieti, ineducati e loquaci, non si erano attribuiti un voto basso nel comportamento in tutte le materie, ma solo in alcune. Questo dato interessante è stato motivo di discussione in classe: è emerso che, in base alla personalità e all'atteggiamento del docente, l'alunno si relazionava e rispondeva in modo diverso. Un insegnante disponibile alla battuta e a entrare in una relazione di ascolto viene accettato e rispettato maggiormente rispetto al docente più autoritario.

L'attività della pagella è stata molto gradita sia dagli alunni che dal corpo docente. Alcuni insegnanti hanno deciso di adottarla come strumento di autovalutazione prima di ogni scrutinio e di usarla come elemento di riflessione o conferma nel redigere la pagella ufficiale.

La pagella dei professori

DESTINATARI: Alunni della scuola secondaria di primo e secondo grado.

OBIETTIVO: Fornire agli studenti la possibilità di valutare i loro insegnanti.

DURATA: 2 ore.

MATERIALE: Carta e penna per ogni studente.

La proposta di valutare le competenze e le qualità di un docente è scaturita quasi per gioco e per sfida nel corso di un intervento in una classe terza di una secondaria di primo grado, grazie alla collaborazione e alla complicità di una professoressa di lettere, ben disposta ad ascoltare quale opinione e valutazione potessero restituire i suoi alunni riguardo ad alcuni parametri individuati come fondamentali nel delicato processo dell'insegnamento.

Pertanto, ho suggerito agli studenti di stilare la «pagella dei professori», attività che ha raccolto immediatamente un consenso univoco e compatto da parte dell'intero gruppo classe.

È fondamentale che nel proporre il seguente lavoro il conduttore conosca bene il professore in compresenza, così da assicurarsi che le valutazioni da parte degli alunni non vadano a toccare la sua sensibilità e suscettibilità. Non tutti i professori sono disponibili ad essere posti sotto l'occhio di buie dei loro alunni e tale eventuale posizione deve essere rispettata.

Posso però affermare, grazie all'esperienza maturata negli anni a scuola, di non aver mai rilevato da parte dei ragazzi un atteggiamento di rivalsa o vendetta nei confronti dei professori; anzi, gli studenti hanno sempre dimostrato serietà, responsabilità e un'attenta e minuziosa analisi del metodo di insegnamento che viene loro offerto.

Premesso ciò, ribadisco l'importanza di proporre questa attività solo se il contesto scolastico nella sua globalità lo consente, in modo da non andare a innescare delle «bombe di risonanza emotiva», difficili poi da gestire a conclusione di un anno di lavoro.

Come di consueto, vi sono sempre diversi modi e alternative nel proporre un lavoro, perché ogni gruppo classe è unico e diverso e di conseguenza una modalità adatta e compatibile in una classe potrebbe non esserlo in un'altra. Suggesto pertanto, qui di seguito, due differenti strategie adottate nelle scuole.

La prima modalità consiste nell'individuare insieme ai ragazzi quali debbano essere i parametri in base ai quali valutare i loro insegnanti.

Mentre per gli studenti la valutazione va effettuata sulle discipline e materie di insegnamento, per i professori si prendono in esame alcuni cardini fondamentali di ogni metodo di insegnamento. Quindi, per fare alcuni esempi, la chiarezza espositiva, la severità nel gestire la disciplina in classe, la coerenza tra ciò che si enuncia verbalmente e ciò che effettivamente poi si mette in atto. Per individuare tutti gli aspetti da valutare si potrebbe attuare un veloce brainstorming alla lavagna, chiedendo a tutta la classe di enunciare i parametri più importanti da mettere in evidenza.

Individuati i tratti fondamentali dal punto di vista degli alunni, è auspicabile operare una riflessione comune sui termini scelti perché abbiano un significato comune: spesso i ragazzi indicano come caratteristica da valutare la «bontà» di un insegnante. Il concetto di bontà d'altronde è troppo generico e ampio per poter essere condiviso e vissuto da tutti in modo univoco. Occorre contestualizzarlo e capire cosa intendono i ragazzi per «insegnante buono». Li si può aiutare formulando delle domande che esplorino più a fondo il concetto: «Quando parli di insegnante buono a cosa ti riferisci? Al fatto che sia paziente e non urli? O forse che assegni pochi compiti a casa?».

Nel caso in cui il tempo per l'attività fosse ridotto, e dunque il conduttore non avesse modo di esplorare insieme alla classe quali possano essere i parametri da prendere in considerazione per la valutazione dell'insegnante, consiglio di iniziare l'attività consegnando una pagella prestampata di cui semplicemente i ragazzi dovranno procedere alla compilazione. Suggesto in questo caso di affiancare al

parametro fornito anche una spiegazione di cosa si intenda con quella caratteristica, così che assuma un significato comune. Tuttavia, se il tempo lo consente, consiglio caldamente di iniziare dall'individuazione dei parametri tramite un confronto collettivo.

Qui di seguito trascrivo gli aspetti che gli alunni con i quali ho lavorato hanno preso in considerazione per la valutazione. Accanto a ogni termine allego il significato connesso a quel concetto, secondo il vissuto e la percezione dei ragazzi.

- *Pazienza* (sia nel gestire la classe che nel ripetere più volte le spiegazioni in modo che tutti comprendano).
- *Competenza* (la conoscenza approfondita della propria materia).
- *Severità* (la capacità del professore di tenere la disciplina e il silenzio in classe durante i momenti di lezione).
- *Ironia* (la flessibilità del docente nell'utilizzare la battuta scherzosa al momento opportuno, o sdrammatizzare un comportamento inadeguato che potrebbe degenerare).
- *Coerenza* (come ho anticipato prima, si intende la coerenza tra ciò che un docente dice e ciò che poi effettivamente mette in atto. Alcuni professori, come riportano gli alunni, minacciano punizioni, note o provvedimenti disciplinari severi, e poi non li applicano. Tale atteggiamento rischia di far perdere credibilità agli occhi degli studenti).
- *Ascolto* (quanto un professore riesce a instaurare un clima empatico con la classe, riuscendo a porsi costantemente in un atteggiamento di ascolto dei bisogni e delle difficoltà di ognuno).

Naturalmente a queste sei categorie ogni conduttore dell'attività può aggiungerne altre; può inoltre eliminarne alcune, in base al contesto classe con il quale si interfaccia.

A questo punto, si può procedere con la compilazione dei diversi campi da parte degli studenti. La consegna della pagella va

preceduta da una raccomandazione importante: l'anonimato, così che ogni alunno possa sentirsi libero di esprimere la sua opinione senza il timore di essere riconosciuto.

La valutazione va espressa in voti che spaziano dal 5 al 10, dove il 5 indica una generica insufficienza.

Una delle riflessioni più significative affiorate dalla lettura delle pagelle dei professori consiste nell'elevato valore assegnato alla severità dalla quasi totalità dei discenti.

Ho notato che professori ritenuti molto severi ricevono voti alti, e interrogando i ragazzi ho scoperto che quasi la totalità degli alunni apprezza e chiede atteggiamenti severi e intransigenti da parte degli insegnanti, che devono saper tenere la disciplina della classe senza lasciarsi sopraffare dai ragazzi. Di conseguenza, professori che lasciano a briglie sciolte la classe, riponendo fiducia in una responsabilità e autodisciplina che in effetti i ragazzi non possiedono, non vengono stimati dalla classe, che attribuisce loro punteggi bassi. È sicuramente un dato da prendere in considerazione e che rimanda al bisogno dei giovani in crescita di avere limiti e paletti sicuri e invalicabili entro i quali muoversi ed esprimersi.

La simulazione d'esame

DESTINATARI: Alunni della scuola secondaria di primo e secondo grado.

OBIETTIVO: Diminuire livelli di ansia in prossimità dell'esame finale.

DURATA: 3 ore.

Il momento ideale per proporre la simulazione d'esame è circa due mesi prima dell'esame finale. L'obiettivo è quello di diminuire i livelli di ansia e preoccupazione che serpeggiano tra studenti prima di affrontare l'esame, tranquillizzandoli e informandoli sul fatto che una dose d'ansia e di timore è «fisiologica», e anzi può fornire carica e spinta per approfondire la preparazione e studiare con maggiore serietà e consapevolezza.

È buona regola ricordare che la creatività e l'inventiva del docente svolgono un ruolo determinante nella buona conduzione e riuscita delle attività. I suggerimenti qui offerti vanno sempre filtrati e adattati in base all'esperienza e al vissuto personale, perché ogni classe è unica e diversa e ciò che funziona in un contesto potrebbe non essere adeguato in un altro.

Prima di presentare alla classe l'attività, consiglio di sondare il clima emotivo, facendo scrivere sotto forma di biglietti anonimi quale sia la preoccupazione maggiore relativa all'esame finale.

Il conduttore dell'attività leggerà a voce alta tutti i biglietti, commentandoli se lo ritiene il caso, dando delle spiegazioni, raccontando aneddoti o piccoli episodi relativi alla questione «esame».

Quindi potrà proporre la *simulazione d'esame*, spiegando che la sua funzione risiede nello stemperare e ridimensionare le ansie e i timori relativi alla prova in questione.

In primo luogo, occorrono due o tre alunni che si offrano come volontari da esaminare nel corso della simulazione.

Per ogni materia curricolare si chiederà la collaborazione di un alunno che si calerà nel ruolo del professore, preparando tre domande

relative al programma della materia. L'insieme dei ragazzi che formulano le domande costituisce la commissione d'esame.

Per evitare che i quesiti siano troppo semplici o estremamente difficili, consiglio ai professori di decidere preliminarmente un determinato numero di argomenti che l'esaminando dovrà studiare e sui quali verrà interrogato. È opportuno che gli alunni della commissione sottopongano le domande scelte al vaglio dei professori, che ne testeranno la validità, aiutando i ragazzi a eliminare quelle troppo difficili o scontate e suggerendone altre più adeguate.

Nel momento in cui tutti i ragazzi della commissione avranno pronto il materiale (si decide un lasso di tempo adeguato che oscilla da un minimo di sette giorni a un massimo di due settimane), viene stabilito il giorno per la simulazione d'esame.

Si predispongono un tavolo a ferro di cavallo, affiancando diversi banchi in modo che ogni alunno della commissione abbia lo spazio idoneo per sedersi e l'esaminando possa accomodarsi su una sedia davanti ai professori fittizi.

Ogni alunno della commissione interroga l'esaminando nel modo che ritiene più adeguato, ispirandosi alle interrogazioni reali dei docenti.

Si può decidere di iniziare l'interrogazione con un argomento a piacere, per incoraggiare lo studente e metterlo a suo agio, così come accade nella reale sede d'esame.

Effettuate tutte le interrogazioni, la commissione esce dall'aula per riunirsi e restituire una valutazione all'esaminando, assegnando un voto per ogni materia.

Al suo rientro in aula la commissione, nella veste di uno dei suoi rappresentanti, comunica la valutazione finale all'alunno esaminato, motivando i voti assegnati.

Anche il gruppo classe viene chiamato a intervenire attraverso un confronto e un dibattito, al fine di esprimere il proprio consenso o dissenso sulle valutazioni espresse.

Tale attività riscuote in genere molteplici approvazioni e permette il *ridimensionamento dei timori* e una migliore *gestione dell'ansia* relativa alla prova d'esame, anticipandone, se pur sotto forma simulata, alcuni vissuti.

Ho potuto constatare quanto i ragazzi esaminandi, pur sapendo che si trattava di una simulazione, vivessero una reale e concreta ansia da esame, con i sintomi e gli stati d'animo tipici di ogni prova da superare.

Alcuni docenti hanno deciso di replicare negli anni successivi questa attività, in quanto l'hanno ritenuta utile e funzionale per ridurre l'ansia e far acquisire ai ragazzi maggiore consapevolezza della propria preparazione o di eventuali lacune in alcune materie.

Gli esami non finiscono mai!

DESTINATARI: Studenti della scuola secondaria di secondo grado.

OBIETTIVO: Individuare e ridimensionare ansie e credenze relative all'esame di maturità.

DURATA: 2 ore.

MATERIALE: Carta e penna e una Lavagna Interattiva Multimediale (LIM).

Tale attività è scaturita dalla richiesta di una classe dell'ultimo anno di un Istituto superiore per segretarie d'azienda.

In prossimità dell'esame di maturità, molte studentesse si sono recate allo sportello di ascolto esternando le loro preoccupazioni e ansie relative alla prova d'esame. In contemporanea, anche una docente di lettere mi ha contattata richiedendo un intervento in classe che potesse *stemperare le paure e i timori* della maggioranza delle sue alunne.

In accordo con la dirigente, ho proposto alla classe un lavoro di due ore, preceduto da un breve intervento di circa mezz'ora nel corso del quale ho chiesto che ogni studentessa scrivesse in forma anonima quali fossero le maggiori paure relative all'esame di maturità, quali materie fossero ritenute punti deboli e infine le discipline individuate come punti di forza. Il contenuto dei messaggi raccolti ha fornito materiale di riflessione per elaborare un intervento tarato sui bisogni e le esigenze reali della classe.

Riporto qui di seguito le considerazioni emerse.

Mi preoccupano i vuoti di memoria.

Ho paura di dimenticarmi le cose.

Temo di farmi prendere dal panico.

Ho soggezione sia dei docenti interni che di quelli esterni.

Temo che mi facciano domande troppo complicate.

Mi preoccupa essere osservata dagli altri.

Temo la perdita di memoria all'orale.

Ho paura di bloccarmi e agitarmi in sede d'esame.

Nel preparare l'intervento, ho valutato attentamente quale fosse la maggior preoccupazione delle studentesse: eventuali vuoti di memoria nel corso della prova orale. Pertanto ho organizzato una breve lezione teorica per spiegare alla classe che timori e ansie relativi all'esame di maturità appartengono alla maggior parte degli studenti e rappresentano il bagaglio di emozioni e vissuti che ogni maturando si porta sulle spalle fino al faticoso giorno, per poi sentirsi leggero appena superata la prova.

Ho poi spiegato che l'ansia e l'adrenalina che vanno in circolo nel periodo antecedente la maturità rientrano nella norma, sono fisiologiche e funzionali a una preparazione percepita sempre inadeguata e insufficiente e che di conseguenza si cerca di colmare con uno studio più accurato e approfondito.

Abbiamo affrontato il *timore del vuoto di memoria*. Ho confermato quanto fosse molto diffuso tra la maggioranza dei maturandi la paura di dimenticare il materiale appreso. L'emotività e l'ansia giocano sicuramente brutti scherzi, ma in realtà, anche se l'espressione «vuoto di memoria» circola nell'immaginario collettivo, nella concretezza e nel vissuto reale sono rarissimi i casi in cui ci si dimentica improvvisamente tutto il bagaglio di conoscenze assimilato.

La premessa ineludibile riguarda l'impegno profuso verso uno studio serio e sedimentato nel corso dell'anno delle diverse discipline curricolari. Certamente, se le nozioni vengono «ingurgitate» solo nell'ultimo mese in prospettiva dell'esame finale, rischiano di non essere memorizzate a dovere, perché non hanno avuto il tempo di trasferirsi dalla memoria a breve termine a quella a lungo termine.

Le argomentazioni portate hanno sollecitato domande, dubbi, riflessioni. All'interno della classe si è attivata un'accesa discussione, dove ognuno ha avuto modo di esprimere il proprio vissuto e le proprie convinzioni confrontandosi con quelli dei coetanei.

Nella seconda parte dell'intervento, ho distribuito a ogni studentessa alcune testimonianze autentiche estrapolate dal web, ritenendo fondamentale che dubbi e ansie venissero fugati direttamente da coetanei già passati attraverso l'esperienza.

Tale strategia si è rivelata utile ed efficace. Nel leggere le testimonianze le studentesse si sono identificate e riconosciute nei loro vissuti e ciò ha consentito l'integrazione nell'immaginario di ulteriori considerazioni e riflessioni, prima sconosciute.

A conclusione dell'intervento, ho letto alcune lettere scritte da ex maturandi che ho ritenuto particolarmente significative e idonee per lasciare messaggi tranquillizzanti rispetto all'esperienza della maturità.

Al momento del congedo, ho richiesto in forma anonima una breve valutazione sull'attività, al fine di comprendere che tipo di ricaduta avesse avuto sul gruppo classe l'attività proposta.

Qui di seguito riporto alcune tra le considerazioni più significative.

L'attività odierna mi è servita a placare un po' di ansia e a ridimensionare la paura che avevo.

Ho compreso meglio come si svolgerà l'esame orale e ho appreso alcune tecniche e strategie utili per studiare efficacemente.

In modo particolare mi hanno interessato le testimonianze di altri studenti.

Ho capito che il giudizio dei professori non è il giudizio della vita!

Mi ha aiutata ad aprire gli occhi e a capire come affrontare l'esame nel giusto modo.

Penso di poter affrontare l'esame con maggiore tranquillità e in modo più maturo.

La condivisione con le altre compagne mi ha fatto capire quanto siamo simili! Sinceramente pensavo di essere la sola a ingigantire la visione dell'esame.

Scheda di restituzione finale per le attività svolte in classe

Al termine degli interventi effettuati in classe, è buona prassi chiedere un feedback, una restituzione del lavoro svolto, sia al gruppo classe che ai docenti.

Un feedback consente, a chi lo riceve, di riflettere sul proprio operato per poterlo in futuro migliorare, rendendolo sempre più adeguato e tarato sui reali bisogni dell'utenza a cui è indirizzato.

Ogni conduttore o docente, in base alla tipologia di intervento, potrà formulare domande aperte per raccogliere opinioni, suggerimenti, riflessioni ed eventuali critiche.

Riporto qui di seguito due diverse tipologie di schede che ho ideato per la scuola secondaria di primo e secondo grado: la prima è destinata agli alunni, la seconda ai docenti.

Prima di consegnare la scheda, ringrazio sempre per la partecipazione e il coinvolgimento sia il gruppo classe che il docente che mi ha affiancato, partecipando agli incontri in un clima di rispetto e considerazione nei miei confronti.

In seguito ai ringraziamenti, chiedo ai ragazzi un ultimo impegno: restituirmi, in forma anonima, il gradimento ed eventuali osservazioni o critiche riguardo alle attività svolte nel corso dell'anno scolastico.

Per facilitare l'esecuzione del compito, qualora gli incontri si fossero svolti in tempi non ravvicinati, scrivo alla lavagna un breve promemoria per ricordare attività e argomenti trattati.

Raccomando sempre ai ragazzi di esprimersi con la massima sincerità e onestà, sottolineando che le loro opinioni verranno tutelate dall'anonimato.

Quindi consegno a ogni alunno la scheda precedentemente stampata.

Quella che segue è una scheda indirizzata alla classe seconda di una secondaria di primo grado.

Scheda di restituzione finale per le attività svolte

Al termine degli interventi effettuati presso la vostra classe, chiedo di esprimere la vostra sincera opinione riguardo alle attività proposte.

Per facilitare il lavoro, ricordo che abbiamo trattato i seguenti argomenti:

- Proposta di impegno per l'anno scolastico in corso
- Aspetti positivi e critici dello stare insieme in classe
- La mia forza... la mia fragilità!
- Risolvere conflitti in gruppo.

1. Scrivete quale attività avete gradito maggiormente.

2. Cosa vi è rimasto degli incontri proposti?

3. Secondo voi la psicologa è stata in grado di gestire efficacemente la classe?

4. Avete suggerimenti, proposte o critiche riguardo alle attività proposte?

Grazie per la collaborazione!

Riporto di seguito alcune delle restituzioni dei ragazzi, scegliendo quelle particolarmente rappresentative delle opinioni della maggioranza.

Questo percorso è stato molto utile e educativo. L'attività che ho gradito di più è stata «La mia forza, la mia fragilità». Ho imparato a riflettere maggiormente su me stessa e a conoscere meglio alcuni miei compagni, con cui non parlavo spesso, e sapere quali sono i loro punti deboli... così magari posso cambiare nei loro confronti.

Il lavoro con la psicologa è stato interessante. Mi è piaciuto molto «La pagella dei professori». È stato divertente per una volta dare i voti ai nostri professori!

Nel corso di tutti gli incontri ho imparato molte cose, tra cui la principale è: «l'apparenza inganna»: molte persone sembrano antipatiche ma quando le si conosce meglio si capisce che magari c'è un motivo per cui sono così!

Il lavoro con la psicologa è stato utile e coinvolgente. Prima pensavo che gli psicologi fossero persone noiose e invece ho capito che non è così!

Io ho imparato che non bisogna litigare ma parlare con le persone, molti compagni sono simili a noi e non ci rendiamo conto che li giudichiamo senza conoscerli a fondo!

L'attività sulla «forza e fragilità» mi è piaciuta perché abbiamo capito che alcuni sono timidi, altri hanno difficoltà a parlare, c'è chi ha una paura e chi ne ha un'altra, ma in fondo siamo tutti uguali, anche se in apparenza diversi. È stato un lavoro significativo e interessante. Abbiamo imparato a essere una classe più unita. La psicologa è stata in grado di gestire la classe anche se in certi momenti c'era un po' di chiasso, però siamo noi che siamo scalmanati!

Il lavoro con la psicologa è stato interessante. Mi è piaciuto in particolare «Risolvere i conflitti» perché ho imparato strategie e metodi nuovi per fare pace con i compagni con cui mi capita di litigare e soprattutto ho capito che a volte le parole feriscono più delle mani!

Io penso che dovremmo fare più spesso incontri di questo genere perché abbiamo la possibilità di conoscerci meglio, di scambiare pareri senza essere valutati e questo ci fa essere più liberi. Ora guardo le mie compagne con occhi diversi perché ho scoperto degli aspetti che non conoscevo.

Le attività mi sono piaciute tutte, ma in modo particolare ho apprezzato quando abbiamo parlato della presa in giro e delle soluzioni per reagire. Ho messo in pratica alcuni suggerimenti delle mie compagne e ora mi so difendere senza però offendere!

Quella che segue è una scheda indirizzata ai docenti.

Scheda restituzione finale docenti

Al termine degli incontri svolti in classe, chiedo di restituirmi una valutazione finale relativa all'efficacia degli interventi effettuati, tenendo conto dei seguenti parametri.

- Le attività proposte hanno avuto una ricaduta positiva sulle relazioni interpersonali tra alunni?

- Ritieni di poter utilizzare e inserire nel tuo metodo di insegnamento alcune delle strategie e tecniche suggerite nel corso degli incontri?

- Considera utile applicare nella didattica tradizionale alcune attività finalizzate a vivacizzare e motivare maggiormente i ragazzi nel processo di apprendimento?

- Le tue aspettative nei confronti degli incontri richiesti sono state deluse o hanno trovato un riscontro positivo?

- In seguito agli interventi pensi di aver modificato alcuni atteggiamenti o comportamenti nel modo di rapportarsi alla classe? In caso di risposta affermativa, potrebbe riportare qualche esempio?

-
-
- Pensando di migliorare in futuro la qualità delle attività proposte, le chiedo di segnalarne criticità e punti di forza.
-
-

La ringrazio per la collaborazione e la disponibilità dimostrate nel corso dell'anno scolastico.

Riporto anche in questo contesto alcune riflessioni di docenti con i quali ho collaborato.

Gli interventi sono stati importanti per stemperare gli attriti e ricostruire un clima positivo tra i ragazzi.

Ciò che ho apprezzato maggiormente è stata la pertinenza nel costruire, ogni volta, a seconda del problema, un percorso incisivo e spendibile nell'immediato.

La sua esperienza ha supportato il lavoro in classe e mi ha aiutato nel mantenere costantemente un atteggiamento positivo sia nei confronti del mio lavoro che dei ragazzi.

Ho riscontrato molto positivo il suggerimento di utilizzare metodologie non convenzionali e standardizzate.

Uno dei punti di forza è risultato la consapevolezza dell'importanza della componente emotiva nel percorso di apprendimento.

Mi ha colpito in modo particolare il modo in cui ha trasmesso ai ragazzi le strategie di pace, utili a chiarirsi da soli. Sinceramente inizialmente ero perplessa e dubbiosa sull'efficacia del metodo, ma ho potuto constatare con quale immediatezza e velocità i ragazzi riescano a sciogliere in autonomia le loro piccole conflittualità e dinamiche, senza che sia necessario l'intervento dell'adulto. Capita

che nel corso delle mie lezioni qualcuno alzi la mano esplicitando l'esigenza di chiarirsi con un suo pari. Li autorizzo a uscire dalla classe senza timore e al loro rientro le espressioni mutate del viso rivelano la risoluzione del conflitto.

Ritengo di poter inserire tra le strategie di insegnamento molte delle tecniche suggeritemi, utili a vivacizzare e motivare gli alunni nel loro cammino verso il sapere.

Ho ritenuto utile ed efficace inserire nella didattica le «pause di libertà», che hanno dato respiro e leggerezza sia agli alunni che a me. Ora è la classe che quando percepisce la stanchezza mi chiede una pausa e io la concedo volentieri in quanto non la considero tempo perso bensì momenti preziosi per staccare la spina, riossigenarsi e prepararsi meglio alla successiva unità di apprendimento.

Ho modificato alcuni comportamenti rispetto al rapporto con la classe: maggiore spazio dedicato alle attività ludiche veicolate attraverso il corpo, inserimento di un sottofondo musicale per accompagnare i lavori manuali o grafico-pittorici e soprattutto maggiore attenzione agli stati emotivi dei miei alunni.

Salutare la classe

Il saluto finale alla classe costituisce un momento importante!

A conclusione di un ciclo di interventi, dopo aver consegnato la scheda di restituzione e valutazione finale, ringrazio tutti coloro che hanno condiviso con me un'esperienza di apprendimento reciproco. La cartina di tornasole per capire se il lavoro è stato efficace risiede in questa semplice considerazione: sono stata una buona «insegnante» nella misura in cui anch'io ho appreso qualcosa dagli alunni e dal team docenti con i quali mi sono interfacciata. Un maestro valido è colui il quale non rimane isolato sul piedistallo del sapere, ma si mette in gioco e apprende costantemente dai vissuti e dai feedback che gli restituiscono i suoi discenti. La stesura di questo libro è la prova tangibile che ogni incontro è stato un ricevere un intenso bagaglio umano generato da sguardi, sorrisi timidi e risate sfrontate, confidenze velate di pudore, provocazioni adolescenziali, abbracci di fanciulli ancora avvolti nell'aura materna, riflessioni profonde e inaspettate.

Faticoso e quasi imbarazzante doversi salutare, con l'auspicio di rivedersi l'anno seguente... forse.

Viene in mio soccorso l'immagine di un'amata protagonista di una delle meglio riuscite opere di Walt Disney: Mary Poppins! Una governante-educatrice richiesta per sanare una situazione familiare un po' confusa e disordinata. Il suo soggiorno con i bambini è breve: il tempo di rimettere in ordine le priorità della loro vita, prima di tutto il legame con il padre, troppo impegnato e assorbito dal lavoro per avere tempo da dedicare ai figli! Terminata la sua mission educativa, scompare, portata via da un forte vento che la condurrà là dove altre situazioni andranno sanate.

La funzione di Mary Poppins si esaurisce quando si ristabiliscono gli equilibri affettivi familiari.

Come Mary, vengo interpellata per migliorare un clima relazionale, per fornire strumenti e «giochi utili per l'apprendimento». Quando insegnanti e alunni padroneggiano le nuove strategie, il mio ruolo è concluso! Non resta che salutare, e anche in questa occasione faccio appello alla creatività e all'inventiva per offrirlo ogni volta in un modo diverso, come la lettura di una poesia adeguata, un breve aneddoto, una citazione famosa o un racconto significativo.

Immaginando di avere il lettore qui dinanzi a me, lo ringrazio profondamente per avermi seguita pazientemente in questa avventura letteraria e lo invito a scrivermi (www.antonietta-sajeva.com) se avrà suggerimenti, proposte o feedback da restituirmi per le attività che sperimenterà nella sua classe o con il suo gruppo o là dove la sua fantasia e necessità lo porteranno.

Bibliografia e filmografia

- Bartoletti A. (2016), *Lo studente strategico*, Firenze, Ponte alle Grazie.
- Bateson G. (1976), *Verso un'ecologia della mente*, Milano, Adelphi.
- Benedetti F. (2018), *La speranza è un farmaco*, Milano, Mondadori Libri.
- Benzoni S. (2017), *Figli fragili*, Roma-Bari, Laterza.
- Berne E. (1989), *A che gioco giochiamo?*, Milano, Bompiani.
- Bion W.R. (1971), *Esperienze nei gruppi e altri saggi*, Roma, Armando.
- Brosche H. (2019), *Figli imperfetti*, Trento, Erickson.
- Calvi S. e Novara D. (2017), *L'essenziale per crescere*, Mondadori Libri.
- Carkhuff R. (2013), *L'arte di aiutare*, Trento, Erickson.
- Cornoldi C. (2017), *Disturbi e difficoltà della scrittura*, Firenze, Giunti EDU.
- Crotti E. e Magni A. (2004), *Non sono scarabocchi*, Milano, Mondadori.
- De Beni M. (1998), *Prosocialità e altruismo*, Trento, Erickson.
- De Bono E. (1998), *Creatività e pensiero laterale*, Milano, Rizzoli.
- De Bono E. (2007), *Sei cappelli per pensare*, Milano, Rizzoli.
- De Bono E. (2007), *Una bella mente*, Trento, Erickson.
- Di Pietro M. (1992), *L'educazione razionale emotiva*, Trento, Erickson.
- Di Pietro M. (2001), *L'alunno iperattivo in classe*, Trento, Erickson.
- Di Pietro M. (2004), *Positiva-Mente*, Trento, Erickson.

- Di Pietro M. (2007), *L'ABC delle mie emozioni*, Trento, Erickson.
- Dotti L. (1998), *Forma e azione*, Milano, FrancoAngeli.
- Erickson M. (1983), *La mia voce ti accompagnerà*, Roma, Astrolabio.
- Filliozat I. (2007), *Le emozioni dei bambini*, Milano, Piemme.
- Foti C. e Bosetto C. (2001), *Giochiamo ad ascoltare*, Milano, FrancoAngeli.
- Francescato D., Putton A. e Cudini S. (1998), *Star bene insieme a scuola*, Roma, Carocci.
- Gardner H. (1994), *Intelligenze multiple*, Milano, Feltrinelli.
- Gay R. (2005), *Parole forti dell'educazione*, Milano, Ancora.
- Germani G. (2016), *A scuola di felicità e decrescita: Alice Project*, Firenze, Terra Nuova.
- Giommi R. (2018), *La stanza degli affetti*, Firenze, Giunti.
- Goleman D. (1998), *Intelligenza emotiva*, Milano, Rizzoli.
- Gordon T. (1991), *Insegnanti efficaci*, Firenze, Giunti e Lisciani.
- Hogg T. (2014), *Il linguaggio segreto della famiglia*, Milano, Mondadori.
- Ianes D. (2007), *Educare all'affettività*, Trento, Erickson.
- Johnson D.W., Johnson R.T. e Holubec E.J. (1996), *Apprendimento cooperativo in classe*, Trento, Erickson.
- Lancini M. (2010), *Ascolto a scuola*, Milano, FrancoAngeli.
- Liss J. (2005), *La comunicazione ecologica. Manuale per la gestione dei gruppi di cambiamento sociale*, Bari, La Meridiana.
- Liss J. (2015), *L'ascolto profondo*, Bari, La Meridiana.
- Loos S. (2011), *Novantanove giochi*, Torino, Notes.
- Lowen A. (1987), *Il linguaggio del corpo*, Milano, Feltrinelli.
- Manes S. (a cura di) (2018), *68 nuovi giochi per la conduzione dei gruppi*, Milano, FrancoAngeli.
- Manes S. (a cura di) (2018), *83 giochi psicologici per la conduzione dei gruppi*, Milano, FrancoAngeli.
- Marcoli A. (1996), *Il bambino arrabbiato*, Milano, Mondadori.
- Masci S. (2009), *Giochi e role playing per la formazione e la conduzione dei gruppi*, Milano, FrancoAngeli.
- Masoni M.V. (1997), *La consultazione psicologica nella scuola*, Milano, Giuffrè.
- Masoni M.V. (2001), *Studiare bene senza averne voglia*, Trento, Erickson.
- Masoni M.V. (2002), *La mediazione creativa a scuola*, Trento, Erickson.

- Masoni M.V. (2005), *Lo psicologo tra i banchi*, Trento, Erickson.
- Mauri A. e Tinti C. (2002), *Formare alla comunicazione*, Trento, Erickson.
- Montessori M. (2013), *Il segreto dell'infanzia*, Milano, Garzanti.
- Montessori M. (2014), *La mente del bambino*, Milano, Garzanti.
- Montessori M. (2017), *Educare alla libertà*, Milano, Mondadori Libri.
- Moreno J.L. (1985-1989), *Manuale di psicodramma*, Roma, Astrolabio.
- Mulato R. e Riegger S. (2014), *Maestra facciamo una pausa?*, Bari, La Meridiana.
- Murdock M. (1989), *L'immaginazione guidata con i bambini e gli adolescenti*, Roma, Astrolabio.
- Nicolodi G. (2016), *Il disagio educativo al nido e alla scuola dell'infanzia*, Milano, FrancoAngeli.
- Novara D. (2008), *Il conflitto come risorsa*, «Psicologia contemporanea», n. 210, p. 51.
- Novara D. (2014), *Urlare non serve a nulla*, Milano, Rizzoli.
- Novara D. e Di Chio C. (2013), *Litigare con metodo*, Trento, Erickson.
- Novara D. e Passerini E. (2015), *Con gli altri imparo. Far funzionare la classe come gruppo di apprendimento*, Trento, Erickson.
- Oliveiro Ferraris A. (2005), *Non solo amore*, Firenze, Giunti Demetra.
- Oliverio Ferraris A. (2009), *Prova con una storia*, Milano, Rizzoli.
- Oliveiro Ferraris A. (2014), *Conta su di me*, Firenze, Giunti.
- Olivier J.C. (1998), *Giochi di lotta*, Como, Red.
- Pagnonelli D. (2018), *Figli felici*, Roma, Bruno.
- Pelanda E. (2009), *Non lo riconosco più. Genitori e adolescenti: un'alleanza possibile*, Milano, FrancoAngeli.
- Pennac D. (2008), *Diario di scuola*, Milano, Feltrinelli.
- Piaget J. (2000), *La psicologia del bambino*, Milano, Feltrinelli.
- Portmann R. (1997), *Anche i cattivi giocano. Giochi per gestire l'aggressività*, Bari, La Meridiana.
- Quaglino G.P., Casagrande S. e Castellano A. (1992), *Gruppo di lavoro, lavoro di gruppo*, Milano, Raffaello Cortina.
- Ragusa P. (2014), *La scuola che ci serve. Maieutica, conflitto, gruppo*, Piacenza, Lir.
- Recalcati M. (2014), *Il complesso di Telemaco*, Milano, Feltrinelli.
- Rodari G. (1981), *Grammatica della fantasia*, Torino, Einaudi.

- Rodari G. (2010), *Favole al telefono*, Torino, Einaudi.
- Rogers C. (1970), *La terapia centrata sul cliente*, Firenze, Martinelli.
- Rosenberg M.B. (2003), *Le parole sono finestre (oppure muri)*, Reggio Emilia, Esserci.
- Rubem A. (2003), *La scuola che ho sempre sognato*, Bologna, EMI.
- Seijo Torrego J.C. (2003), *Vinco Vinci*, Bari, La Meridiana.
- Sunderland M. (1998), *Disegnare le emozioni*, Trento, Erickson.
- Sunderland M. (2005), *Aiutare i bambini pieni di rabbia e odio*, Trento, Erickson.
- Tagliabue A. (2003), *La scoperta delle emozioni*, Trento, Erickson.
- Tagliabue A. (2004), *Gioco, giochi, giochiamo!*, Trento, Erickson.
- Vallières S. (2010), *L'arte di comunicare con i bambini*, Como, Red.
- Vayer P. (1980), *Educazione psicomotoria nell'età scolastica*, Roma, Armando.
- Vayer P. (1999), *Le interazioni nella classe*, Roma, Magi.
- Vegetti Finzi S. e Battistin A.M. (2000), *L'età incerta*, Milano, Mondadori.
- Vianello R. (2015), *Disabilità intellettive*, Bergamo, Junior.
- Vopel K.W. (1994), *Giochi interattivi*, Torino, ElleDiCi.
- Vopel K.W. (2001), *Bambini senza stress*, Torino, ElleDiCi.
- Watzlavick P., Beavin J.H. e Jackson D.D. (1971), *Pragmatica della comunicazione umana*, Roma, Astrolabio.

Filmografia

Allego un elenco di film che trattano tematiche utili a chiunque sia interessato al pianeta infanzia e adolescenza.

- 12 anni schiavo*. Regia di Steve McQueen.
- Ant Bully*. Regia di John A. Davis. Animazione.
- Basta guardare il cielo*. Regia di Peter Chelsom.
- Breakfast club*. Regia di John Hughes.
- Cyberbully*. Regia di Charles Binamè.
- Don Milani – Il priore di Barbiana*. Regia di Antonio e Andrea Frazzi.
- Freedom Writers*. Regia di Richard Lagravanese.
- Fuga dalla scuola media*. Regia di Todd Solondz.
- Gli sdraiati*. Regia di Francesca Archibugi.

Green Book. Regia di Peter Farrelly.
I Croods. Regia di Chris Sanders. Animazione.
Il ragazzo invisibile. Regia di Gabriele Salvatores.
Inside out. Regia di Pete Docter. Animazione.
La classe. Regia di Laurent Cantet.
La famiglia Belier. Regia di Eric Lartigau.
La scuola. Regia di Daniele Luchetti.
La sindrome dei monelli. Regia di Alberto Coletta. Docu-film.
La vita è bella. Regia di Roberto Benigni.
Les choristes. Regia di Christophe Barratier.
Mai più come prima. Regia di Giacomo Campiotti.
Mona Lisa smile. Regia di Mike Newell.
Monsieur Lazhar. Regia di Philippe Falardeau.
Nient'altro che noi. Regia di Angelo Antonucci.
Noi siamo infinito. Regia di Stephen Chbosky.
Non uno di meno. Regia di Zhang Yimou.
Oltre la lavagna. La scuola della speranza. Regia di Jeff Bleckner.
Pensieri pericolosi. Regia di John N. Smith.
Prima di domani. Regia di Ry Russo-Young.
Race – Il colore della vittoria. Regia di Stephen Hopkins.
Sciallah. Regia di Francesco Bruni.
Scoprendo Forrester. Regia di Gus Van Sant.
Selma – La strada per la libertà. Regia di Ava DuVernay.
Speak. Le parole non dette. Regia di Jessica Sharzer.
Stand by me. Regia di Rob Reiner.
Stelle sulla terra. Regia di Aamir Khan.
The Butler – Un maggiordomo alla casa bianca. Regia di Lee Daniels.
The help. Regia di Tate Taylor.
Train de vie. Regia di Radu Mihaileanu.
Tutto quello che vuoi. Regia di Francesco Bruni.
Un affare di famiglia. Regia di Hirokazu Kore'eda.
Un sogno per domani. Regia di Mimi Leder.
Wonder. Regia di Stephen Chbosky.

GRAZIE PER AVER SCARICATO



Vivi. Scrivi. Pubblica. Condividi.

La nuova linea editoriale di Erickson che dà voce alle tue esperienze

È il progetto firmato Erickson che propone libri di narrativa, testi autobiografici, presentazioni di buone prassi, descrizioni di sperimentazioni, metodologie e strumenti di lavoro, dando voce ai professionisti del mondo della scuola, dell'educazione e del settore socio-sanitario, ma anche a genitori, studenti, pazienti, utenti, volontari e cittadini attivi.

Seleziona e pubblica le esperienze, le sperimentazioni e le idee che questi protagonisti hanno sviluppato e realizzato in ambito educativo, didattico, psicologico e socio-sanitario, per dare loro la possibilità di condividerle attraverso la stampa tradizionale, l'e-book e il web.

Sul sito **www.ericksonlive.it** è attiva una community dove autori e lettori possono incontrarsi per confrontarsi, dare e ricevere suggerimenti, scambiare le proprie esperienze, commentare le opere, trovare approfondimenti, scaricare materiali. Un'occasione unica per approfondire una serie di tematiche importanti per la propria crescita personale e professionale.

The Erickson logo consists of the word "Erickson" in a white, serif font, centered within a solid red rectangular background.

Erickson



Vai su **www.erickson.it**

per leggere la descrizione dei prodotti Erickson e scaricare gratuitamente tutti gli «sfogliabro», le demo dei CD-ROM e le gallerie di immagini.



Registrati su **www.erickson.it** e richiedi la **newsletter INFO** per essere sempre aggiornato in tempo reale su tutte le novità e le promozioni del mondo Erickson.



Seguici anche su **Facebook**

www.facebook.com/EdizioniErickson

Ogni giorno notizie, eventi, idee, curiosità, approfondimenti e discussioni sul mondo Erickson!

Costruire ambienti di apprendimento che siano anche luoghi dove ogni individuo venga riconosciuto nella propria unicità e diversità è una delle grandi sfide di chi opera nel mondo dell'educazione. Insegnanti, educatori, formatori e animatori hanno dunque bisogno di proposte operative da attuare nella quotidianità della classe o del gruppo di lavoro, con interventi efficaci, fruibili e verificabili.

Frutto di anni di esperienza nel diretto confronto e dialogo con insegnanti e alunni, il volume raccoglie numerose schede di lavoro sintetiche in cui sono proposte attività per favorire la conoscenza reciproca dei componenti del gruppo, aiutare a gestire le emozioni e la risoluzione dei conflitti, stimolare la cooperazione, la riflessione e l'elaborazione di temi d'attualità. Inoltre, sono forniti spunti per attività motorie, ludiche e grafiche che permetteranno di ritrovare attenzione e concentrazione e affrontare con rinnovata energia le attività educative e didattiche allentando la tensione in pause di libertà funzionali e utili.



ANTONIETTA SAJEVA

Partenopea di nascita, si trasferisce da piccola nella Capitale, dove completa il suo percorso di studi. Specializzata in Psicoterapia a indirizzo gestaltico bioenergetico, non ha mai smesso di aggiornarsi: dopo un Master in Psicologia scolastica, PNL, Psicologia giuridica e Psicopatologia dell'apprendimento, approda nel 2000 nel «pianeta scuola», dove coniuga la sua professione con la passione per l'ambito scolastico e il sapere, occupandosi anche di formazione per genitori e insegnanti.

www.ericksonlive.it
Erickson dà voce alle tue esperienze