

# RELAZIONE CONCLUSIVA

Istituto Comprensivo Papa Giovanni XXIII

Scuola Media Marene

## PROGETTO

realizzato grazie al contributo della:  
FONDAZIONE FEDERICA PELLISSERO



*Per sentirsi parte del mondo  
e non un mondo a parte*

Associazione Raggidaoltreconfine – Cuneo – Via Torretta,55

Formatori:

- Sandri Giampaolo - formatore nell'ambito della disabilità, autore del libro "Cammino da seduto", disabile.
- Ottenga Michele - educatore professionale.

# INDICE

INDICE.....	2
2. FINALITA' E OBIETTIVI DEL PROGETTO.....	3
OBIETTIVI SPECIFICI.....	3
3. I LABORATORI PRESENTATI.....	5
1° INCONTRO.....	5
2° INCONTRO.....	6
3° INCONTRO.....	7
4. I FEEDBACK.....	9
5. I QUESTIONARI .....	11
6. CONCLUSIONI.....	12

## 2. FINALITA' E OBIETTIVI DEL PROGETTO

Il progetto propone un approccio innovativo rappresentato dal ribaltamento dell'immagine passiva, inattiva, fragile della disabilità- immagine che spesso si ha anche dei giovani- proponendo un percorso inedito frutto di una consolidata alleanza formativa tra un educatore e un formatore con disabilità fisica. Divenire cittadini di domani, essere capaci di scegliere, coltivare l'appartenenza alla comunità sono possibili se si promuove "ben-essere" utile a prevenire disagio e dispersione, favorire successo formativo, integrazione, partecipazione.

Tre quindi sono le finalità del progetto.

- A. **Contribuire alla prevenzione del disagio giovanile, principalmente psicologico ed emotivo (prevenzione primaria)** La prevenzione primaria è focalizzata sulla messa a fuoco e sull'adozione di interventi e comportamenti in grado di evitare o ridurre l'insorgenza e lo sviluppo di una malattia o di un evento sfavorevole. Il progetto, in stretta collaborazione con gli insegnanti, si pone anche come screening dell'esistente relativamente al benessere/malessere degli studenti incontrati e può costituire uno stimolo in alcuni casi alla ricerca di un aiuto strutturato e mirato se il disagio fosse già forte e radicato.
- B. **Promozione di comportamenti INCLUSIVI e di una cultura aperta alla socialità e alla diversità.** Costituisce il volano, il generatore di energia del progetto attraverso il quale si intende accompagnare gli studenti in un percorso di crescita in responsabilità e consapevolezza personale e di gruppo attraverso la valorizzazione delle potenzialità e diversità, proprie e altrui. Premessa questa per la formazione di cittadini di domani liberi e accoglienti.
- C. **Promozione del benessere degli allievi, del gruppo classe e degli insegnanti.** Definiamo il benessere come "lo stato emotivo, mentale, fisico, sociale e spirituale che consente alle persone di raggiungere e mantenere il loro potenziale personale nella società". Il benessere del gruppo aumenta solo se aumenta il benessere di chi sta peggio. Il benessere ha una valenza costruttiva piuttosto che riparativa: non è una dato naturale ma un obiettivo da raggiungere.

### **OBIETTIVI SPECIFICI**

- ✦ **Valorizzare l'unicità e la peculiarità di ognuno attraverso il riconoscimento delle proprie realtà positive ed una maggiore conoscenza di sé.**
- ✦ **Favorire il benessere personale e di gruppo ponendo l'accento sul "cosa funziona" rispetto al "cosa non va" e proponendo un processo che muova dal limite alla risorsa personale.**

*Sono centri del nostro operare lo sviluppo positivo, l'autorealizzazione, la soddisfazione personale, l'autoefficacia, l'autostima, il senso di fiducia, il senso di appartenenza.*

✦ **Apprendere una modalità relazionale che valorizzi l'ascolto degli altri in modo responsabile e il rispetto attraverso l'empatia.**

*L'empatia è la capacità di comprendere appieno lo stato d'animo altrui, sia che si tratti di gioia che di dolore. Empatia significa "sentire dentro" ed è una capacità che fa parte dell'esperienza umana. Si tratta di un potente mezzo di cambiamento. L'empatia ha come obiettivo più elevato mettersi non solo nei panni dell'altro, ma essere con l'altro.*

✦ **Stimolare ed esercitare una comunicazione semplice, efficace e il più possibile positiva.**

*Un approccio consapevole alle relazioni conduce inevitabilmente anche ad una maggiore soddisfazione dei rapporti e aiuta a sostenere uno stile di vita più sereno.*

✦ **Contribuire a sviluppare tra docenti e allievi la capacità di leggere in modo condiviso le dinamiche relazionali del gruppo classe e migliorarne il clima.**

*Siamo convinti che un lavoro centrato sulle emozioni e sul disagio assicuri una feconda ricaduta in aula per supportare gli insegnanti nel gestire il loro lavoro e per essere quindi più efficaci.*

*Trasformare la difficoltà delle dinamiche complesse e a volte conflittuali del gruppo classe in occasione di dialogo e collaborazione è la forma migliore per una maturazione di tutti.*

✦ **Sostenere i ragazzi nello sviluppo della loro capacità di scelta**

*Suggerimenti e stimoli allo "scegliere" caratterizzano tutti i laboratori che proporremo. L'obiettivo è porre l'accento sull'importanza di essere determinati nella scelta guardando dentro a se stessi.*

### 3. I LABORATORI PRESENTATI

Data	Laboratorio	Orario
7 Febbraio 2015	1° incontro – L'alfabetizzazione emotiva	8,00
	Classe 2^F - 2^G	13,00
21 Febbraio 2015	2° incontro – Chi Sono Io? La carta d'identità	8,00
	Classe 2^F - 2^G	13,00
28 Febbraio 2015	3° incontro – Pesi e Piume	8,00
	Classe 2^F - 2^G	13,00

#### 1° INCONTRO

**“L'ALFABETIZZAZIONE EMOTIVA”** è il tema del primo incontro nel quale si conosce il gruppo classe, e si comunicano le tre regole alla base di tutto il lavoro (rispetto verso se stessi, responsabilità verso il proprio lavoro personale, partecipazione alle attività proposte).

**Lo ZAINO è il simbolo del primo incontro.** Simbolo di ciò che ogni studente si porta con sé a scuola ogni mattina. Lo zaino è in questo caso, anche, il contenitore dell'emotività di ognuno, con le sue tonalità positive e negative.

#### **ATTIVITA' 1: LA RAGNATELA DELLE EMOZIONI**

Obiettivi: Favorire l'espressione delle emozioni; creare legame nel gruppo.

#### **ATTIVITA' 2: IL SECCHIELLO NEL POZZO.**

Obiettivi: Rielaborare l'attività precedente; creare linguaggio comune sulle emozioni. Momento di rielaborazione affidata a Giampaolo delle emozioni emerse nel gruppo.

#### **ATTIVITA' 3: I PIATTI - GIU' LA MASCHERA**

Obiettivo: Gioco semplice di attivazione, dalle emozioni del gruppo si passa alle emozioni che ognuno prova su di sé. Permette ai partecipanti di entrare in un clima di apertura attraverso semplici stimoli finalizzati alla comunicazione emotiva di sé.

## COMMENTO ALL'INCONTRO

Il primo passo nell'educare al ben-essere emotivo è stato dare voce a ciò che si prova. E' stato importante quindi lavorare col gruppo per offrire un piccolo percorso che ha consentito ai ragazzi e alle ragazze di dare un nome, nominare emozioni e famigliarizzare con esse.

Col nostro primo laboratorio abbiamo lavorato coi ragazzi stimolando la loro intelligenza emotiva che è la capacità che di percepire, identificare e riconoscere le emozioni proprie ed altrui.

Con le emozioni, in particolare, conviviamo ogni momento di ogni giorno, sono la risposta alle reazioni esterne, il viverle è qualcosa che ci appartiene, che dobbiamo imparare a riconoscere e ad accettare sia quelle "bianche" - positive - sia quelle "nere" - negative.

Così abbiamo proposto due giochi:

- La Ragnatela Emotiva ci ha aiutato a famigliarizzare col gruppo, che ha permesso ai ragazzi di nominare emozioni sia positive che negative, e che ci ha permesso di creare nel gruppo una vera e propria "rete" per addentrarci nel vissuto emotivo più personale.
- I Piatti - giù la maschera ci ha invece condotto ad un'esperienza su due piani: rappresentarsi col disegno (sul piatto esterno la maschera sociale, nel piatto interno il come si è e si sta con se stessi) e comunicarlo agli altri in uno spazio di silenzio curato, di ascolto mediato e di condivisione.

Abbiamo portato i ragazzi a fare esperienza all'interno del laboratorio su come parlare è un bisogno ed ascoltare è un arte, su come le varie conoscenze passano attraverso l'attenzione e la conoscenza della propria vita emotiva e interiore.

### 2° INCONTRO

**"CHI SONO IO"** - La CARTA D'IDENTITA' rimarrà il secondo simbolo il simbolo di questo incontro.

Un'idea complessiva di sé, fatta di abilità, di sogni desideri, ma anche di debolezze e di idee che vengono dall'esterno, è necessaria per accogliere più a fondo il cambiamento e la crescita e per non vivere a caso.

Verrà spiegato ai partecipanti che le schede rimarranno appese anche loro nei prossimi incontri, se qualcuno nel corso degli incontri successivi sentirà la necessità di cambiare qualche aspetto della propria carta potrà tranquillamente farlo, in qualsiasi momento di lavoro e riflessione personale.

## **ATTIVITA' 1: SCHEMA DELL'IMMAGINE DI SE'-CONOSCERSI E RICONOSCERSI ATTRAVERSO UN'IMMAGINE, LA CARTA D'IDENTITA'**

Obiettivi: Lavorare su una concreta immagine di sé, delle proprie capacità, delle fragilità e dell'idea che percepiamo che gli altri abbiano di noi. Rendere organica e personale l'idea dell'immagine di sé e permettere un momento di condivisione in gruppo

### **ATTIVITA' INTERNA: L'ESPERIENZA DI GIAMPY - Attività di rielaborazione, parte centrale dell'incontro.**

Verranno letti alcuni brani dal libro "Cammino da seduto".

Giampaolo esprimerà in questa fase centrale dell'incontro le proprie fragilità e le proprie potenzialità tramite due testi che leggerà lui stesso.

### **COMMENTO ALL'INCONTRO**

In questo secondo laboratorio ognuno si cimenta con la propria "carta d'identità" emotiva. Potenzialità (o capacità già messe in gioco), fragilità (ciò che va maneggiato con cura), ciò che gli altri "dicono" di noi. Ognuno prova così ad entrare un po' più in se stesso e si guarda da angolazioni diverse.

La scelta di un'immagine che ci rappresenti e la condivisione hanno fatto emergere come ognuno abbia delle diversità. Esse sono un valore, una risorsa, un diritto; è segno di coraggio quello di descriversi davanti agli altri, elencare i più, dar voce ai meno, far capire come a volte ci si sente giudicati.

Potenzialità e fragilità non sono elementi opposti, ma abbiamo cercato di metterli sullo stesso piano, dando dignità anche a quella parte fragile, che spesso esce a fatica.

Abbiamo visto che nel fare la carta d'identità in molti ragazzi si è innescato un processo di revisione, buon punto di partenza per un'attenzione più vigile alla propria emotività.

### **3° INCONTRO**

**"PESI E PIUME"** rivolto alla condivisione in gruppo di tematiche legate al disagio e alle "carrozze emotive". La PIETRA sarà il simbolo dell'incontro: simbolo della pesantezza del portarsi con se un disagio, sarà materialmente tenuta in mano, fatta propria, se ne percepirà la scomodità.

### **ATTIVITA': LA PIETRA IN TASCA**

Obiettivi: Contestualizzare il disagio nella propria vita, dar voce al disagio di ognuno.

E' un'attività a cui bisogna dare il giusto valore simbolico e deve svolgersi in una maniera volutamente rituale.

All'inizio viene proprio introdotto il termine "rito" e la sua importanza antropologica e sociale nella condivisione di esperienze comuni e vengono fatti alcuni esempi ai ragazzi di riti a cui prendono o prenderanno parte nella loro vita.

Prima della spiegazione ad ogni ragazzo verrà data una pietra (di dimensione media) da tenere in mano stando in piedi per qualche minuto.

Ad ognuno verrà distribuito un foglio con una domanda scritta sopra: "La pietra che ho adesso in mano è:...."

Tutti risponderanno scrivendo il loro peso maggiore di quel momento; possibilmente mentre scrivono i ragazzi saranno invitati a tenere in mano (o addosso o in tasca) la pietra.

La risposta data dovrà essere in forma anonima in maniera che tutti possano esprimersi senza temere il condizionamento e il giudizio degli altri.

A questo punto, sempre con la pietra in mano tutti andranno a posare il foglio scritto su un tavolino posto al centro del cerchio, vicino alla carrozzina di Giampaolo che sarà stata anche lei posta al centro.

A turno saranno invitati ad andare a prendere un biglietto di qualche compagno e a leggere il disagio (la pietra) vissuto dall'altro.

Andando al centro i ragazzi poseranno la loro pietra attorno alla carrozzina e si siederanno sulla carrozzina per leggere il disagio.

E' un'attività fortemente simbolica. Tutti saranno invitati a partecipare, ma nessuno sarà obbligato a sedersi sulla carrozzina.

### **COMMENTO ALL'INCONTRO**

Nel terzo laboratorio, abbiamo provato a entrare in contatto con quelle che noi definiamo le "carrozzelle emotive", cioè quei disagi che frenano e che ostacolano il cammino.

Il mettersi in gioco, ma in maniera anonima, con la "pietra" che parla per loro ha permesso ai ragazzi di vedere il disagio, il peso con una luce diversa.

Col "rito" della pietra e della sedia entriamo nella parte più scomoda e impegnativa di noi, dove il disagio si manifesta a volte come mancanza più o meno profonda di qualcosa, altre volte come un malessere un "non star bene" con noi stessi, con gli altri, altre volte infine il peso si presenta come un lutto, una perdita. Molte volte è venuto fuori dai ragazzi il disagio di doversi sottrarre a "cose che vorrebbero vivere" perché temono di mettersi a nudo e dunque essere indifesi.

Il senso del laboratorio è quello però di posare un momento quella pietra, quel peso; guardarlo da fuori, sentirlo letto con dignità da altri.

La seconda parte del laboratorio l'abbiamo lasciata al dialogo, al commento delle attività e ad un augurio che abbiamo letto ai ragazzi sul tema del desiderio.

Il desiderare è l'augurio di libertà che lasciamo al termine dei nostri incontri, e come abbiamo scritto desiderare implica sudare, spendersi e quindi vivere.

## **4 - I FEEDBACK primo e secondo incontro**

In tutti gli incontri abbiamo previsto un momento finale di feedback da parte dei ragazzi.

Il feedback è fondamentale per l'eventuale variazione, ritaratura di parti del lavoro futuro e per una verifica dell'efficacia dell'incontro svolto.

Il feedback svolto per scritto offre la possibilità ai ragazzi di evidenziare ciò che ha più lasciato il segno.

Senza una verifica in itinere, un percorso di azione sul gruppo come questo, rischia di essere meno efficace.

Elenchiamo qui di seguito alcuni feedback che riteniamo significativi:

### 1° INCONTRO:

- Ho provato timidezza e paura nel confrontarmi con i compagni. Difficile è stato esporre ciò che provo continuamente, ma mi sono piaciute le cose che gli altri hanno detto, e quindi scoprire che alcune cose sono possibili anche tra noi. (2^F)
- Rispetto, paura, gioia nel sentire ed esprimermi con gli altri, però è stato anche un po' difficile. (2^F)
- Ho provato paura, timidezza, vergogna, solitudine curiosità e felicità. Mi sono sentita molto libera dopo aver detto la mia parte interiore. Mi tremavano le gambe e la voce, però sono contento di poterlo raccontare. (2^F)
- Mi sono commosso. Ho riflettuto su cosa la vita ti può togliere, ma anche ho sperimentato il coraggio di andare avanti. Ho trovato un po' difficile parlare ed esprimere i miei sentimenti (2^F).
- Ho provato gioia e libertà. Mi sono divertito a sentire e a raccontare le mie emozioni. Ho capito anche come si sentono gli altri. (2^G)

- Mi sono sentita diversa e spero che tutti i compagni e le compagne e anche gli educatori abbiano capito che in fondo al mio cuore sono insicura e imprecisa. Comunque è stato faticoso togliere l'armatura che mi ha sempre protetta ed è uscita la vera me. (2^G)
- Nell'incontro di oggi sono riuscita a liberarmi di tutti i pensieri e le timidezze. (2^G)

## 2° INCONTRO:

- Ho provato tante emozioni, avevo paura di essere giudicata dagli altri, però poi ho visto che anche loro avevano paura e da lì mi sono sentita più tranquilla. Ho avuto difficoltà a scrivere i miei pregi. (2^F)
- La carta d'identità finora è stato il mio lavoro preferito, perché è stato davvero difficile capire in cosa siamo capaci. (2^F)
- Ho provato curiosità nello scoprire in cosa si ritenevano “bravi-forti” i miei compagni, ma ho trovato difficile scoprire in cosa sono io brava e come mi ritengono gli altri. (2^F)
- Abbiamo “scavato” dentro di noi. È stato difficile il lavoro sulle potenzialità e fragilità perché non ci avevo mai pensato. (2^F)
- Ho provato delle strane sensazioni a pensare in cosa ero capace, in cosa non ero e in quello che pensavano gli altri di me. Un po'difficile. (2^G)
- Nell'incontro ho provato tante emozioni, specialmente nel primo video, mi è dispiaciuto per Guido perché non ha la vita come tanti altri. È stato un po'difficile nei momenti in cui ho nominato mio padre. (2^G)
- Nell'incontro di oggi ho provato emozioni positive, che mi hanno fatto gioire, soprattutto Giampy quando ha detto che siamo dei ragazzi preziosi. (2^G)
- Ho provato per la prima volta una sensazione di essere integrata nel gruppo e però di non essere ancora apprezzata. Grazie di tutto. (2^G)

## 5 - RISULTATI DAI QUESTIONARI

Ecco la media dei risultati del questionario sottoposto ai ragazzi al termine dell'ultimo incontro - risultato in media dei questionari sottoposti alla classe.

TI CHIEDIAMO ORA DI FARE UNA VALUTAZIONE DI QUELLO CHE SAPEVI PRIMA E DI QUELLO CHE SAI FARE ADESSO, DOPO LA PARTECIPAZIONE AGLI INCONTRI.

(0=PER NULLA ; 10= MOLTO)

### CONOSCENZA DI SE'

prima	0	1	2	3	4	5,1	6	7	8	9	10
dopo	0	1	2	3	4	5	6	7	8,5	9	10

### CAPACITA' DI ACCETTARE I PROPRI LIMITI

prima	0	1	2	3	4,5	5	6	7	8	9	10
dopo	0	1	2	3	4	5	6	7,3	8	9	10

### FIDUCIA NELLE PROPRIE CAPACITA'

prima	0	1	2	3	4	5,1	6	7	8	9	10
dopo	0	1	2	3	4	5	6	7,8	8	9	10

### CAPACITA' DI ASCOLTO

prima	0	1	2	3	4	5	6,4	7	8	9	10
dopo	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9,3	10

### CAPACITA' DI ESPRIMERE SENTIMENTI ED EMOZIONI

prima	0	1	2	3,9	4	5	6	7	8	9	10
dopo	0	1	2	3	4	5	6	7,4	8	9	10

### CAPACITA' DI RELAZIONARSI CON GLI ALTRI

prima	0	1	2	3	4,9	5	6	7	8	9	10
dopo	0	1	2	3	4	5	6	7,6	8	9	10

### CAPACITA' DI CONFRONTARSI CON GLI ALTRI

prima	0	1	2	3	4,3	5	6	7	8	9	10
dopo	0	1	2	3	4	5	6	7,6	8	9	10

D16 - DAI UNA VALUTAZIONE AI CONDUTTORI:

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9,8	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	-----	----

D17 - INDICA COME TI SONO SEMBRATI I CONDUTTORI:

distante	3	2	1	0	1	2,3	3	vicino
noioso	3	2	1	0	1	2,8	3	coinvolgente
giudicante	3	2	1	0	1	2,8	3	comprensivo

## 6 - CONCLUSIONI

**I PARTECIPANTI:** alcune risposte a nostro parere significative alla domanda conclusiva del questionario: "In cosa ti è stato utile questo corso? Cosa ti porti a casa?"

- Questo corso è stato utile per imparare a confrontarmi con gli altri, ad esprimere le mie emozioni e a legare un po' di più la classe. Penso che ora mi confiderò un po' di più. (2^F)
- Questo corso mi ha aiutato a conoscere più me stessa e soprattutto i miei compagni con cui prima non avevo modo di confrontarmi su queste cose. Ho imparato ad accettare alcuni compagni, come sono, con le loro debolezze e ho provato a capire in cosa avrei potuto aiutare. Mi porto dietro la voglia di continuare a scoprimi e di aiutare come posso i compagni. (2^F)
- Mi porto a casa tranquillità in classe. (2^F)
- Mi è stato molto utile a esprimere sentimenti, conoscere meglio i miei compagni, saper ascoltare. (2^F)
- Questo corso è stato molto utile per me, perché ho scoperto delle emozioni dentro di me che prima non conoscevo e non pensavo di provare. Per esempio nell'ultima attività ho pianto, ma ero felice perché ho pianto, perché ho liberato i miei sentimenti. Mi porto a casa semplicemente la stupenda esperienza. (2^G)
- Mi è stato utile capire le sensazioni, emozioni degli altri, è stato difficile dire le proprie cose. Mi porto a casa la simpatia e l'amicizia di Giampy e Michele. (2^G)
- Mi hanno fatto capire questi incontri che l'armatura qualche volta bisogna togliersela e metterci un po' di cuore. Io a casa mi porto la voglia di vivere. (2^G)
- Mi porto a casa le mie emozioni, le attività, una pietra condivisa con gli altri. (2^G)

- Mi è stato utile per capire che anche i “duri” hanno sentimenti e paure proprie; a casa mi porto molta felicità.

## **LE NOSTRE CONCLUSIONI:**

Al termine del percorso di quest'anno ci siamo resi conto che, col nostro progetto, dove abbiamo attuato una "trasmissione di una vita concreta", siamo arrivati a mettere le basi per un percorso formativo molto interessante.

Abbiamo cercato di curare il più possibile i contenuti dei singoli laboratori per catturare al meglio l'interesse dei ragazzi, per motivare e mantenere l'impegno costante e in crescendo. In ogni incontro abbiamo cercato di creare "spazi di cura personale", momenti nel quale ogni ragazzo potesse lavorare su di sé, fare un po' di luce attraverso gli spunti forniti.

L'essere gruppo in maniera nuova è stato uno degli altri aspetti su cui abbiamo insistito maggiormente.

Essenziali sono state le regole, poche ma molto chiare e ripetute nel corso dei laboratori.

Responsabilità verso se stessi – essenziale nel percorso di crescita personale e nella cura di sé; il rispetto per gli altri, silenzio nelle condivisioni e ascolto attivo; infine la partecipazione attiva di tutti, spazio per ognuno e non solo per qualcuno o per coloro che tendono ad emergere.

Abbiamo cercato, attraverso la testimonianza, di sottolineare che nelle dinamiche di gruppo i forti non sono coloro che non cadono, ma coloro che cercano le risorse per rialzarsi, per andare avanti; coloro che cercano il confronto. Abbiamo sottolineato che la stima verso gli altri nasce da una sana autostima, e che quest'ultima nasce dalla cura che si ha di sé.

Abbiamo osservato la curiosità che i ragazzi hanno avuto nei confronti della disabilità di Giampaolo. Si è spesso partiti dal disorientamento, da un po' di imbarazzo, in breve si è creato un clima di rispetto. C'è stato uno sforzo notevole da parte dei ragazzi nel capire Giampaolo; magari qualche parola talvolta sfuggiva, ma il senso e il valore delle parole raramente si è perso. Il clima di rispetto del gruppo classe è stato molto alto e costante.

Il presidente

Giovanni Sandri

*I nostri contatti sono:*

e-mail: **raggidaoltreconfine@gmail.com**

telefono:

**347-2391944 Giampaolo**

**347-9115593 Michele**

L'educatore professionale

Michele Ottenga