

Progetti

“La Struzza Begonia ed il Bruco Sambuco”

Scuola dell'infanzia

“C’era una volta...”

Scuola primaria

“I funamboli praticanti”

Scuola secondaria di primo grado

Rosanna Canova

**Sviluppo delle abilità sociali negli interventi di
educazione alla salute**

Riferimenti teorici

LIFE SKILLS EDUCATION IN SCHOOLS

Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) (1993)

Sono l'insieme di abilità personali e relazionali che servono per governare i rapporti con il resto del mondo e per affrontare positivamente la vita quotidiana, "competenze sociali e relazionali che permettono ai ragazzi di affrontare in modo efficace le esigenze della vita quotidiana, rapportandosi con fiducia a se stessi, agli altri e alla comunità", abilità e competenze "che è necessario apprendere per mettersi in relazione con gli altri e per affrontare i problemi, le pressioni e gli stress della vita quotidiana. La mancanza di tali skills socio-emotive può causare, in particolare nei giovani, l'instaurarsi di comportamenti negativi e a rischio in risposta agli stress".

Il "nucleo fondamentale" di life skill è costituito da:

01. Capacità di leggere dentro se stessi (**Autocoscienza**): conoscere se stessi, il proprio carattere, i propri bisogni e desideri, i propri punti deboli e i propri punti forti; è la condizione indispensabile per la gestione dello stress, la comunicazione efficace, le relazioni interpersonali positive e l'empatia;

02. Capacità di riconoscere le proprie emozioni e quelle degli altri (**Essere consapevoli delle emozioni**): "di come le emozioni influenzano il comportamento" in modo da "riuscire a viverle in modo appropriato" e a regolarle opportunamente;

03. Capacità di governare le tensioni (**Gestione dello stress**): saper conoscere e controllare le fonti di tensione "sia tramite cambiamenti nell'ambiente o nello stile di vita, sia tramite la capacità di rilassarsi";

04. Capacità di analizzare e valutare le situazioni (**Senso critico**): saper "analizzare informazioni ed esperienze in modo oggettivo, valutandone vantaggi e svantaggi, al fine di arrivare a una decisione più consapevole", riconoscendo e valutando "i diversi fattori che influenzano gli atteggiamenti e il comportamento, quali ad esempio le pressioni dei coetanei e l'influenza dei mass media";

05 Capacità di prendere decisioni (**Decision making**): saper decidere in modo consapevole e costruttivo "nelle diverse situazioni e contesti di vita"; saper elaborare "in modo attivo il processo decisionale può avere implicazioni positive sulla salute attraverso una valutazione delle diverse opzioni e delle conseguenze che esse implicano";

06 Capacità di risolvere problemi (**Problem solving**): saper affrontare e risolvere in modo costruttivo i diversi problemi che "se lasciati irrisolti, possono causare stress mentale e tensioni fisiche";

07 Capacità di affondare in modo flessibile ogni genere di situazione (**Creatività**): saper trovare soluzioni e idee originali, competenza che "contribuisce sia al decision making che al problem solving, permettendo di esplorare le alternative possibili e le conseguenze delle diverse opzioni";

08 Capacità di esprimersi (**Comunicazione efficace**): sapersi esprimere in ogni situazione particolare sia a livello verbale che non verbale "in modo efficace e congruo alla propria cultura", dichiarando "opinioni e desideri, ma anche bisogni e sentimenti, ascoltando con attenzione gli altri per capirli, chiedendo, se necessario, aiuto;

09 Capacità di comprendere gli altri (**Empatia**): saper comprendere e ascoltare gli altri, immedesimandosi in loro "anche in situazioni non familiari", accettandoli e comprendendoli e migliorando le relazioni sociali "soprattutto nei confronti di diversità etniche e culturali";

10 Capacità di interagire e relazionarsi con gli altri in modo positivo (**Abilità per le relazioni interpersonali**): sapersi mettere in relazione costruttiva con gli altri, "saper creare e mantenere relazioni significative" ma anche "essere in grado di interrompere le relazioni in modo costruttivo"

da Paola Marmocchi, Claudia Dall'Aglio e Michela Zannini, *Educare le life skills. Come promuovere le abilità psico-sociali e affettive secondo l'organizzazione Mondiale della Sanità*, Erickson, Trento 2004

LA STRUTTURA DELLA COMPETENZA EMOTIVA

Goleman (1996 e 1998)

COMPETENZA PERSONALE Determina il modo in cui controlliamo noi stessi	
Consapevolezza di sé	Comporta la conoscenza dei propri stati interiori - preferenze, risorse e intuizioni: <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Consapevolezza emotiva: riconoscimento delle proprie emozioni e dei loro effetti<input type="checkbox"/> Autovalutazione accurata: conoscenza dei propri punti di forza e dei propri limiti<input type="checkbox"/> Fiducia in se stessi: sicurezza nel proprio valore e nelle proprie capacità
Padronanza di sé	Comporta la capacità di dominare i propri stati interiori, i propri impulsi e le proprie risorse: <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Autocontrollo: dominio delle emozioni e degli impulsi distruttivi<input type="checkbox"/> Fidatezza: mantenimento di standard di onestà e integrità<input type="checkbox"/> Coscienziosità: assunzione delle responsabilità per quanto attiene alla propria prestazione<input type="checkbox"/> Adattabilità: flessibilità nel gestire il cambiamento<input type="checkbox"/> Innovazione: capacità di sentirsi a proprio agio e di avere un atteggiamento aperto di fronte a idee, approcci e informazioni nuovi
Motivazione	Comporta tendenze emotive che guidano o facilitano il raggiungimento di obiettivi: <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Spinta alla realizzazione: impulso a migliorare o a soddisfare uno standard di eccellenza<input type="checkbox"/> Impegno: adeguamento agli obiettivi del gruppo o dell'organizzazione<input type="checkbox"/> Iniziativa: prontezza nel cogliere le occasioni<input type="checkbox"/> Ottimismo: costanza nel perseguire gli obiettivi nonostante ostacoli e insuccessi

COMPETENZA SOCIALE

Determina il modo in cui gestiamo le relazioni con gli altri

Empatia

Comporta la consapevolezza dei sentimenti, delle esigenze e degli interesse altrui:

- ☐ **Comprensione degli altri:** percezione dei sentimenti e delle prospettive altrui, interesse attivo per le preoccupazioni degli altri
- ☐ **Assistenza:** anticipazione, riconoscimento e soddisfazione delle esigenze del cliente/utente
- ☐ **Promozione dello sviluppo altrui:** percezione delle esigenze di sviluppo degli altri e capacità di mettere in risalto e potenziare le loro abilità
- ☐ **Sfruttamento della diversità:** saper coltivare le opportunità offerte da persone di diverso tipo
- ☐ **Consapevolezza politica:** saper leggere e interpretare le correnti emotive e i rapporti di potere in un gruppo

Abilità sociali

Comportano abilità nell'indurre risposte desiderabili negli altri:

- ☐ **Influenza:** impiego di tattiche di persuasione efficienti
- ☐ **Comunicazione:** invio di messaggi chiari e convincenti
- ☐ **Leadership:** capacità di ispirare e guidare gruppi e persone
- ☐ **Catalisi del cambiamento:** capacità di iniziare o dirigere il cambiamento
- ☐ **Gestione del conflitto:** capacità di negoziare e risolvere situazioni di disaccordo
- ☐ **Costruzione di legami:** capacità di favorire e alimentare relazioni utili
- ☐ **Collaborazione e cooperazione:** capacità di lavorare con altri verso obiettivi comuni
- ☐ **Lavoro in team:** capacità di creare una sinergia di gruppo nel perseguire obiettivi comuni

Daniel Goleman, **Lavorare con intelligenza emotiva - Come inventare un nuovo rapporto con il lavoro**, pag.42-43, Biblioteca Universale Rizzoli, Milano 1998

Competenze chiave per una positiva vita attiva e per il buon funzionamento della società

Key Competencies for a Successful Life and a Well-Functioning Society

Rapporto finale della Ricerca DESECO dell'OCSE, 2003

La competenza viene definita come «capacità di rispondere a esigenze individuali e sociali o di svolgere efficacemente un'attività o un compito», avvalendosi di abilità non solo cognitive, di attitudini, motivazioni, valori, emozioni. Le *competenze chiave o essenziali* (*key competencies* o *core competencies*) sono quelle considerate tali, sulla base dei valori vigenti in una certa società, e quindi storicamente date, *indispensabili per tutti* per partecipare attivamente a più contesti e per riuscire nella vita e nella società; sono la *base per continuare ad apprendere* per tutta la vita, implementando il repertorio di conoscenze e di abilità per fronteggiare i continui cambiamenti in atto.

Il *Rapporto* prevede 9 competenze essenziali raggruppate in 3 categorie, anche se esse non funzionano isolatamente, ma solo per aggregati:

1. ***Agire in modo autonomo***: implica due caratteristiche interconnesse, lo sviluppo dell'identità personale e l'esercizio di un'autonomia relativa, nel senso di saper decidere, scegliere e agire in un contesto dato. Per esercitare quest'autonomia, occorre avere un orientamento rivolto al futuro, essere sensibili al proprio ambiente, capire che cosa comprende, come funziona e qual è il posto che vi si occupa. Le competenze essenziali di questa categoria sono:
 - a. *la capacità di difendere e affermare i propri diritti, interessi, responsabilità, limiti e bisogni*: permette di fare scelte come cittadino, membro di una famiglia, lavoratore, consumatore ecc.,
 - b. *la capacità di definire e realizzare programmi di vita e progetti personali*: permette di concepire e realizzare obiettivi che danno significato alla propria vita e si conformano ai propri valori,
 - c. *la capacità di agire in un quadro d'insieme, in un contesto ampio*: consente di capire il funzionamento del contesto generale, la propria collocazione, la posta in gioco e le possibili conseguenze delle proprie azioni.
2. ***Servirsi di strumenti in maniera interattiva***. La parola strumento è qui usata nel suo significato più ampio: strumenti cognitivi (es. la lingua), sociali e fisici (es. i computer). L'aggettivo interattivo è importante e si riferisce all'esigenza non solo di conoscere questi strumenti, ma anche di capire come questi modificano il nostro modo di interagire con il mondo, consentendoci di raccoglierne le sfide. Le competenze essenziali di questa categoria sono:
 - a. *la capacità di utilizzare la lingua, i simboli e i testi in maniera interattiva*: permette di comprendere il mondo, di comunicare e interagire efficacemente con il proprio ambiente,
 - b. *la capacità di utilizzare le conoscenze e le informazioni in maniera interattiva*: permette di gestire il sapere e le informazioni, servendosene come base per compiere le proprie scelte, per prendere decisioni, agire e interagire,
 - c. *la capacità di utilizzare le nuove tecnologie in maniera interattiva*: non solo abilità tecniche nell'uso della tecnologia, ma anche conoscenza delle nuove forme di interazione che questa ha reso possibili.
3. ***Funzionare in gruppi socialmente eterogenei***. In questa categoria, il punto focale è l'interazione con l'«altro» diverso da sé. Per la propria sopravvivenza fisica e psicologica, per la propria autostima, identità e collocazione sociale, l'essere umano

ha bisogno, per tutta la vita, di legami con altri esseri umani. Questa categoria di competenze favorisce la costituzione di relazioni sociali e la coesistenza con persone che non parlano necessariamente la stessa lingua (letteralmente o metaforicamente) né appartengono alla stessa storia. Sono particolarmente importanti per lo sviluppo del capitale sociale. Le competenze essenziali di questa categoria sono:

- a. *la capacità di stabilire buone relazioni con gli altri*: permette di stabilire, mantenere e gestire relazioni personali,
- b. *la capacità di cooperare*: permette di lavorare insieme e tendere a un fine comune,
- c. *la capacità di gestire e risolvere i conflitti*: presuppone l'accettazione del conflitto come aspetto intrinseco alle relazioni umane e l'adozione di un modo costruttivo per gestirlo e risolverlo.

Donata Francescano, Anna Putton, Simona Cudini, *Star bene insieme a scuola. Strategie per un'educazione socio-affettiva dalla materna alla media inferiore*. NIS La Nuova Italia Scientifica, Roma 1986 (1° edizione)

Apprendimento significativo

David Ausubel

“Se dovessi condensare in un unico principio l'intera psicologia dell'educazione direi che il singolo fattore più importante che influenza l'apprendimento sono le conoscenze che lo studente già possiede. Accertatele e comportatevi in conformità nel vostro insegnamento”.
D.P. Ausubel, 1968

Secondo il senso comune è basato sull'esperienza più che sulla ricezione ed è capace di attivare interessi vitali nel soggetto arrivando a modificarne, a volte, la personalità. Apprendimento significativo inteso quindi come: partecipazione globale in quanto si chiede un impegno sia sul piano conoscitivo sia su quello affettivo ed emozionale, automotivazione in quanto, pur in presenza di uno stimolo esterno, il desiderio di conoscere, di capire e di operare è un fatto che nasce all'interno della persona; autovalutazione poiché il soggetto è consapevole che il suo impegno sta rispondendo a suoi bisogni e sa di andare nella direzione giusta. E' compito di colui che impara valutare l'efficacia delle acquisizioni. Gli apprendimenti sono significativi se vanno ad integrarsi compiutamente nel quadro complessivo delle esperienze e degli interessi di chi studia su un piano scientifico. La locuzione nasce con la sottolineatura data da Ausubel (1983) al fatto che a scuola la forma prevalente di apprendimento consiste nel "ricevere" materiale verbale (o scritto) significativo in quanto esso viene più o meno adeguatamente organizzato.

I VANTAGGI DELL'APPRENDIMENTO SIGNIFICATIVO

1. Le conoscenze vengono **ricordate più a lungo**
2. La classificazione delle informazioni **aumenta la differenziazione** dei concetti classificatori, rendendo più facile il successivo apprendimento di argomenti simili
3. L'informazione che viene ricordata dopo che è avvenuta la fase di cancellazione lascia comunque un **effetto residuale** sul concetto classificante e di fatto sull'intera struttura relativa dei concetti. In questo modo è più facile ricordare delle informazioni collegate anche quando si è perso il ricordo di un elemento subordinato specifico

4. L'informazione appresa in modo significativo può essere applicata a un'ampia varietà di nuovi problemi e contesti, è possibile un'elevata **generalizzazione** delle conoscenze, e questa è una caratteristica indispensabile del pensiero creativo

TEORIA DELL'EDUCAZIONE DI NOVAK

Lo **scopo** principale dell'educazione è quello di consentire a chi impara di farsi carico della propria personale costruzione di significato.

Qualsiasi evento educativo rappresenta **un'azione condivisa per cercare uno scambio di significati e di emozioni** tra alunno e docente. Ogni volta che alunno e docente riescono a concordare e condividere il significato di un'unità di conoscenza si verifica un apprendimento significativo.

"L'apprendimento significativo è alla base dell'integrazione costruttiva di pensieri, sentimenti e azioni e induce all'empowerment finalizzato all'impegno e alla responsabilità".

(J.D. Novak, 1998)

L'**apprendimento significativo**, inteso come decisione di mettere in relazione delle nuove informazioni con le conoscenze che già possiede

RICHIEDE

1. Conoscenze precedenti
2. Materiale significativo
3. Decisione consapevole di apprendere in modo significativo

MAPPA CONCETTUALE:

1. Una rappresentazione della conoscenza
2. Uno strumento utile per far emergere i significati insiti nei materiali da apprendere
3. Rappresentazione della rete di informazioni riguardanti la struttura della conoscenza

(Novak, 1984; Novak, 1998)

LE MAPPE CONCETTUALI SONO UTILI PER CHI IMPARA E PER CHI INSEGNA

PER L'ALUNNO servono a:

1. **Collegare** nuove e vecchie conoscenze
2. **Organizzatore anticipato**
3. **Schematizzare** e rendere espliciti i significati nascosti dentro una rete di proposizioni
4. Mettere a fuoco le **idee chiave**
5. **Pianificare** le operazioni da compiere
6. **Sintetizzare** ciò che è stato imparato
7. Stimolare la **creatività**
8. Favorire l'**apprendimento metacognitivo**
9. Sfruttare la potenza della **memoria visiva**

Se costruite da gruppi di studenti

1. **negoiazione** di significati
2. favorire la **discussione**

PER L'INSEGNANTE

Percorso da seguire per concordare e organizzare con gli studenti i significati

Per **identificare**:

1. conoscenze pregresse
2. conoscenze sbagliate/incomplete/naïf/misconcezioni in fase di **valutazione**

COME SI COSTRUISCE UNA MAPPA CONCETTUALE

(es. **Gioco della mappa delle informazioni**)

1. Identificare l'argomento/tematica/domanda focale e fare poi la lista dei concetti generali e specifici
2. Mettere in ordine i vari concetti individuando le gerarchie
3. Rivedere la lista e, se necessario, aggiungere altri concetti
4. Iniziare a costruire la mappa dall'alto verso il basso
5. Sistemare i concetti specifici/subordinati sotto ogni concetto generale
6. Creare i legami collegando i concetti con linee etichettate con parole legame
7. Rielaborare la struttura della mappa, aggiungendo, sottraendo o cambiando i concetti
8. Cercare di creare legami trasversali
9. Applicare ai concetti degli esempi specifici
10. Eventualmente realizzare altre mappe in modi diversi

Le intelligenze multiple

Howard Gardner è professore di pedagogia e psicologia all' Università di Harvard. E' noto per la sua **teoria delle intelligenze multiple** secondo la quale esistono sette intelligenze diverse e relativamente indipendenti tra di loro. Non dunque semplicemente sette abilità cognitive che riflettano una qualche intelligenza unitaria e sovraordinata, ma proprio sette moduli mentali distinti, anche se interagenti..

Intelligenza linguistico/verbale

Capacità ad usare le parole in modo efficace, sia oralmente che per iscritto. Questa intelligenza include padronanza nel manipolare la sintassi o la struttura del linguaggio, la fonologia, i suoni, la semantica, e nell'uso pratico della lingua.

In breve:

- facilità di parola
- saper spiegare, insegnare e apprendere verbalmente
- saper convincere altri (linguaggio e scrittura persuasiva)
- analisi meta-linguistica
- humour basato sulla lingua
- memoria verbale

Intelligenza kinestetica

Abilità nell'uso del proprio corpo per esprimere idee e sentimenti e facilità ad usare le proprie mani per produrre o trasformare cose. Questa intelligenza include specifiche abilità fisiche quali la coordinazione, la forza, la flessibilità e la velocità.

In breve:

- controllo dei movimenti del corpo "volontari"
- movimenti del corpo "pre-programmati"
- esternazione della consapevolezza attraverso il corpo

- connessione mente-corpo
- abilità mimetiche
- perfezionamento delle funzioni del corpo

Intelligenza visivo/spaziale

Abilità a percepire il mondo visivo/spaziale accuratamente e operare trasformazioni su quelle percezioni. Questa intelligenza implica sensibilità verso il colore, la linea, la forma, lo spazio. Include la capacità di visualizzare e rappresentare idee in modo visivo e spaziale.

In breve:

- immaginazione attiva
- saper trovare la propria strada nello spazio (forte senso dell'orientamento)
- formare immagini mentali (visualizzare)
- rappresentare graficamente (pittura, disegno, scultura, ecc)
- riconoscere relazioni di oggetti nello spazio
- manipolazione mentale degli oggetti
- accurata percezione da angoli diversi
- memoria visiva

Intelligenza musicale

Capacità di percepire, discriminare, trasformare ed esprimere forme musicali. Capacità di discriminare con precisione altezza dei suoni, timbri e ritmi.

In breve:

- apprezzamento per la struttura della musica e del ritmo
- sensibilità verso i suoni e i modelli vibratorii
- riconoscimento, creazione e riproduzione di suono, ritmo, musica, toni e vibrazioni
- apprezzamento delle caratteristiche qualità dei toni e dei ritmi

Intelligenza intrapersonale

Riconoscimento di sé e abilità ad agire adattivamente sulla base di quella conoscenza. Avere una accurata descrizione di sé; coscienza dei propri stati d'animo più profondi, delle intenzioni e dei desideri; capacità per l'autodisciplina, la comprensione di sé, l'autostima. Abilità di incanalare le proprie emozioni in forme socialmente accettabili.

In breve:

- concentrazione mentale
- saper essere memore e attento ("fermati e annusa le rose")
- metacognizione ("pensare al pensare")
- coscienza e discriminazione della gamma delle proprie emozioni
- coscienza delle aspettative e delle motivazioni personali
- senso del sé
- coscienza spirituale

Intelligenza interpersonale

Abilità di percepire e interpretare gli stati d'animo, le motivazioni, le intenzioni e i sentimenti altrui. Ciò può includere sensibilità verso le espressioni del viso, della voce, dei gesti e abilità nel rispondere agli altri efficacemente e in modo pragmatico.

In breve:

- comunicazione verbale/non verbale efficace
- sensibilità verso gli stati d'animo, i sentimenti, i temperamenti altrui
- saper creare e mantenere la "sinergia"
- profondo ascolto e profonda comprensione delle prospettive altrui
- empatia
- lavorare in gruppo in modo cooperativo