

Cadavere squisito



OBIETTIVI:

- Rappresentare la comunità come un collettivo che contiene e sostiene l'individualità di ciascuna delle sue parti costitutive.
- Evidenziare l'importanza di dare spazio a diverse visioni del mondo, forme di comunicazione e intenzioni all'interno del collettivo.
- Materializzare in forma artistica lo spirito relazionale, dinamico e casuale della comunità.



ASSI:

**Perseguire un futuro/
uno scopo comune**



GRUPPI DI ETÀ:

Adulti



DESCRIZIONE - l'attività passo dopo passo

>> Prima parte dell'attività: Alla ricerca dell'empatia

Iniziate con una breve introduzione sul rapporto tra l'importanza dell'empatia e le relazioni che sostengono una comunità resiliente. Ad esempio: *"La comunità è costruita sulle relazioni. Le relazioni nella vita attraversano cicli, alti e bassi. L'empatia, come fattore di resilienza individuale, modella la natura delle nostre relazioni. Ci aiuta ad ampliare il nostro concetto di sé e a promuovere un comportamento cooperativo"*.

Spiegate ai partecipanti che faranno una passeggiata consapevole nella natura. Ciò richiede tre elementi: rallentare il passo, stare in silenzio e usare i sensi per entrare in contatto con noi stessi e con l'ambiente circostante.

Questa passeggiata è divisa in sezioni di 10 minuti. Ogni sezione inizia con una semplice domanda. Ai partecipanti viene chiesto di cercare qualcosa di specifico nella natura mentre camminano. Una volta trovato, viene chiesto loro di disegnarlo o scriverlo. Al termine della passeggiata di 10 minuti, i partecipanti si riuniscono in cerchio e condividono le loro scoperte e/o le idee emerse dall'invito. A seconda del tempo a disposizione, chiedete ai partecipanti di trovare:

1. Un esempio di lotta/sfida
2. Qualcosa che ispira gratitudine
3. Un esempio di unità nella diversità
4. Un esempio di sostegno e benevolenza
5. Qualcosa che infonda un senso di guarigione

>> Seconda parte dell'attività: Cadavere squisito della resilienza collettiva

Partendo dall'apprendimento della prima parte dell'attività, spiegate ai partecipanti che ora creeranno un cadavere squisito che rappresenta la nozione di resilienza collettiva. Questa seconda parte può essere realizzata attraverso la scrittura o il disegno.

Chiedete a ciascun partecipante di scrivere/disegnare sulla resilienza collettiva cercando di combinare gli elementi della natura e i diversi sensi. Ad esempio, si potrebbe scrivere:

"Siamo sotto lo stesso albero con radici diverse..."

Una volta terminato, chiedete ai partecipanti di piegare le loro creazioni in modo che non svedano e di metterle in una scatola di cartone o in un sacchetto di stoffa. Invitate i partecipanti a sedersi in cerchio.

Posizionate un foglio di carta A3 o più grande al centro del cerchio e accanto ad esso la scatola con le diverse creazioni, la colla e le forbici.

Spiegate ai partecipanti che, uno alla volta, andranno al centro del cerchio, prenderanno un foglio a caso dall'interno della scatola, lo apriranno, lo mostreranno/leggeranno ad alta voce al gruppo, lo ritaglieranno se ne avranno voglia e lo attaccheranno sul foglio A3 accanto a loro.

Quando tutti i partecipanti hanno dato il loro contributo, all'interno della scatola non ci deve essere carta/creazione.

Invitate a osservare e riflettere sullo squisito cadavere creato dal gruppo.



QUANDO:

All'inizio di una formazione per favorire il sentimento collettivo

METODOLOGIA:

Arte-natura e bagni nella foresta

PREPARAZIONE:

Conoscenze preliminari

Acquisire familiarità con i concetti di camminata consapevole e di cadavere squisito.

Potrebbe aiutare a concepire il cadavere squisito se si mostrasse un esempio già realizzato in precedenza.



MATERIALI:

- Quaderni/fogli di carta
- Carta A3 e/o rotolo di carta da disegno
- Carta da scrivere e da disegno in diversi formati, colori e texture.
- Matite colorate e grafite
- Penne/matite
- Forbici
- Scatola di cartone o sacchetto di stoffa
- Colla di carta



DURATA:

2 ore



QUADRO TEORICO

Attività ispirata alla tecnica artistico-ludica dei surrealisti nota come *Le cadavre exquis*, il cui precursore fu André Breton.



SUGGERIMENTI PER ANIMATORE/ANIMATRICE

Se non è possibile svolgere l'attività all'aperto, nella natura, la prima parte può essere concepita come un processo di meditazione in uno spazio chiuso.

Si può chiedere ai partecipanti di pensare/immaginare gli elementi della natura negli intervalli di dieci minuti. Si possono anche utilizzare altoparlanti per riprodurre suoni della natura e portare piccoli elementi come bastoni, semi, ecc. con l'intenzione, per quanto possibile, di **evocare** uno spazio naturale.

Se possibile, è interessante introdurre l'attività con un esercizio di respirazione consapevole/sensoriale. Ad esempio, all'inizio **un'**attività chiamata "Come mi sento?"

L'arte di connettersi



OBIETTIVI:

- Comprendere gli elementi di "neurocezione" che definiscono le relazioni con le altre persone.
- Imparare gli strumenti per accompagnare le persone e migliorare la comunicazione.



ASSI:
intelligenza emotiva
collettiva



GRUPPI DI ETÀ:
Adulti



DESCRIZIONE - l'attività passo dopo passo

>> Prima parte dell'attività: laboratorio di (in)comunicazione

Organizzate il gruppo in coppie. Un membro (A) di ogni coppia deve pensare a una situazione difficile, triste, imbarazzante o oltraggiosa vissuta di recente (che non comporti un trauma o un'angoscia eccessiva) da raccontare al partner. Ai B vengono dati dei foglietti con le istruzioni, che devono "recitare ma non esagerare, nel modo più naturale possibile" mentre A racconta il suo problema. Le coppie vengono distribuite nello spazio in modo da poter conversare comodamente, con una certa intimità. A racconta la sua storia e B agisce secondo le istruzioni ricevute mentre ascolta la storia.

Una volta terminata la condivisione della storia, i partecipanti vengono riuniti.

Chiedete a ciascun A: *Come ti sei sentito mentre parlavi della tua situazione? Perché?*

Dopo che ogni partecipante A ha condiviso le proprie sensazioni, chiedete al rispettivo B:

Puoi leggere il tuo slogan? Ripetere con ogni coppia

>> Seconda parte dell'attività: la co-regolamentazione

Sulla base delle percezioni dei membri A, introdurre alcuni aspetti della *comunicazione non verbale* e della *neurocezione* (vedi quadro teorico).

Discutere gli aspetti del funzionamento del sistema nervoso autonomo, che riguardano la regolazione cardiaca e arteriosa, la respirazione, la sudorazione, il funzionamento degli organi interni, i cambiamenti nella percezione e i cambiamenti ormonali che si verificano in situazioni di benessere, fiducia e legame sociale rispetto a ciò che accade in situazioni di stress, quando le persone si sentono ignorate, rifiutate, disprezzate, dimenticate, incomprese...

Chiedete al gruppo:

In che misura possiamo agire come sostegno ed equilibratore degli altri attraverso i nostri gesti, la voce, la postura, lo sguardo?

Quali sono i gesti che favoriscono la reciprocità, il ripristino e il recupero quando un'altra persona è sotto stress?

>> Terza parte dell'attività: Corpi e collegamenti

Spiegare come i cambiamenti nel tono di voce, nella velocità del discorso, nelle pause, nel tono basso o alto, nel modo in cui guardiamo l'altra persona, nel contatto visivo, nella postura fisica e nei gesti, e persino nella respirazione e nei movimenti delle mani, possono comunicare una connessione con l'altro (o possono comunicare una disconnessione).

Distribuite a ogni partecipante una fotocopia di una figura umana e due pennarelli (uno blu e uno verde).

Chiedete loro di fare quanto segue:

1) *Pensate alle persone del vostro ambiente che vi aiutano a sentirvi connessi e tranquilli. Quali modi usano (sguardo, qualche elemento della postura del corpo, qualche caratteristica della voce)? Scrivete in blu nella figura il nome*

delle persone individuate e quale canale di comunicazione non verbale pensate vi offrano. Scrivetelo sulla parte del corpo a cui si riferisce.

In una seconda fase, invitate il gruppo a:

2) Pensare a quali canali di comunicazione non verbale possono utilizzare - o già utilizzano - per aiutare altre persone (adulti o studenti) a regolarsi.

Segnatele nella figura. Pensate a nomi di persone che vorreste accompagnare (a questo punto, è consigliabile che i colleghi si aiutino a vicenda per individuare le capacità che la persona non ha individuato).



QUANDO:

in qualsiasi momento



MATERIALI:

- Fotocopie di slogan (vedi allegato 2)
- Fotocopie della figura umana: 1/persona (vedi allegato 1)
- 2 pennarelli colorati per ogni partecipante

METODOLOGIA:

Neuroscienze dell'educazione

PREPARAZIONE:

Disporre di uno spazio ampio, che consenta alle coppie di parlare senza disturbarsi a vicenda e al gruppo di incontrarsi e scambiarsi esperienze.



DURATA:

1h30



QUADRO TEORICO



SUGGERIMENTI PER ANIMATORE/ANIMATRICE

Questo esercizio è una buona preparazione all'esercizio di **ascolto attivo**. Si consiglia di leggere i materiali suggeriti in Quadro teorico per capire cosa ci succede quando siamo in condizioni di funzionamento del Sistema Nervoso Autonomo di tipo simpatico (fuga, lotta), parasimpatico dorsale (isolamento, congelamento) o parasimpatico ventrale (connessione, regolazione). Si raccomanda di capire: che cosa significa "co-regolazione"? Quali elementi del nostro comportamento, gesti, voce, movimenti possono influenzare le altre persone senza che ce ne rendiamo conto?

La mia scuola ideale



OBIETTIVI:

- Prendere coscienza dell'immagine che il gruppo ha della scuola.
- Identificare le sfide della scuola e cercare soluzioni in gruppo.



ASSI:

Identificazione e risoluzione attiva di problemi/sfide



GRUPPI DI ETÀ:

Adulti della scuola

Questo esercizio è importante quando si avverte un problema all'interno del gruppo.



DESCRIZIONE - L'attività passo dopo passo

>> Introduzione all'attività:

Spiegate al gruppo che creeranno loro stessi un'immagine rappresentativa della loro scuola.

Per farlo, utilizzeranno a turno i corpi degli altri.

Si noti che una persona potrà essere scolpita sia per rappresentare se stessa, sia un'altra persona o anche metaforicamente.

>> Prima parte dell'attività: creazione dell'immagine

Una volta che qualcuno ha un'idea, può andare sul palco o nello spazio teatrale e preparare spontaneamente un'immagine della scuola in cui lavora. A tal fine, invitate tutte le persone necessarie per creare l'immagine e posizionatele.

Una volta terminata l'immagine, chiedete al gruppo se è d'accordo che l'immagine rappresenti la scuola; se non è d'accordo, invitate un'altra persona a preparare e mostrare un'altra proposta e così via.

>> Seconda parte dell'attività: scelta dell'immagine

Chiedete al gruppo di scegliere tra tutte le immagini che hanno rappresentato la scuola quella che la rappresenta meglio, per ottenere infine un'immagine comune, quella più condivisa dal gruppo.

Attenzione: a volte succede, a volte no.

>> Terza parte dell'attività: la mia scuola ideale

Una volta scelta l'immagine della scuola attuale, invitate il gruppo a metterla in scena e a proporre quali spostamenti, quali cambiamenti possono essere apportati per rappresentare la scuola ideale. Per arrivare a questo, si può chiedere al gruppo:

- Cosa mancherebbe per realizzare una scuola ideale?
- Cosa c'è in più?
- Qualcosa da riorganizzare?

Invitate i partecipanti a rispondere a queste domande generando direttamente modifiche all'immagine (aggiungendo o togliendo persone, modificando le posture, le distanze tra le persone).

Una volta raggiunto un quadro concordato della scuola ideale, si passa alla fase successiva.

>> Quarta parte dell'attività: discussione e pianificazione

Invitate il gruppo a rispondere alle seguenti domande:

- Perché l'immagine finale rappresenta una scuola ideale? Quali elementi la rendono ideale?
- Quali sono le principali differenze tra l'immagine iniziale e l'immagine finale ottenuta?
- Cosa è stato necessario cambiare per arrivare a questa scuola ideale?
- Quali passi possiamo fare come gruppo per avvicinarci alla scuola ideale?

Invitate qualcuno del gruppo a scrivere le idee emerse in un luogo visibile (un grande foglio di carta, una lavagna).



QUANDO:

All'inizio della formazione



MATERIALI:

- Una stanza in grado di contenere il gruppo.

METODOLOGIA:

Teatro dell'Oppresso

PREPARAZIONE

e conoscenze preliminari richieste

È utile utilizzare alcuni strumenti per rompere il ghiaccio in anticipo per ridurre le barriere e costruire la fiducia di base nel gruppo.



SUGGERIMENTI PER ANIMATORE/ANIMATRICE :

Questa tecnica può essere delicata, in quanto coinvolge i membri e i ruoli del gruppo e le persone in quanto tali e può evidenziare l'esclusione, le differenze di potere, i capri espiatori, i conflitti.

È importante essere preparati a gestire le diverse emozioni che possono sorgere sia a livello di gruppo che individuale.



DURATA:

1h30

La piccola scuola della resilienza



OBIETTIVI:

- Identificare gli elementi e/o le persone che forniscono protezione e sono necessari per uno sviluppo positivo (resilienza).



ASSI:

Perseguire un futuro/obiettivo comune (mettendo in pratica valori come la cooperazione e la solidarietà);

Identificazione delle risorse interne ed esterne



GRUPPI DI ETÀ:

Adulti



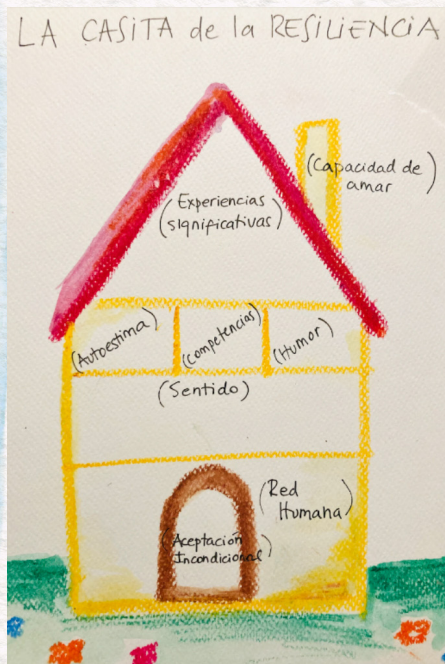
DESCRIZIONE - L'attività passo dopo passo

>> Introduzione all'attività:

Ponete al gruppo la seguente domanda e invitate alla riflessione:

- di cosa abbiamo bisogno per andare bene a scuola?

>> Prima parte dell'attività: costruire la piccola scuola



Si formano gruppi di 4-5 persone.

Consegnate a ogni gruppo una copia dell'immagine della casa/scuola della resilienza e un elenco di domande corrispondenti a ciascun livello.

Invitate i gruppi a guardare il disegno e a leggere le domande.

Ogni gruppo lavorerà livello per livello. Spiegate ogni livello, ponendo delle domande in modo che i gruppi possano cogliere la loro visione, i punti di forza e le possibili difficoltà nello schema. Mentre lavorano, spiegate i fattori protettivi per lo sviluppo della resilienza.

- **Fondamenti:** Bisogni di base: salute, cibo, sonno, riparo, igiene... Strutture materiali che sostengono la scuola e la comunità.

Suggerimento: create delle colonne alla base della casa per rappresentare ciascuno degli elementi identificati: chi è o sono le persone che sostengono questi bisogni? Ci sono figure nella scuola o nella comunità locale che possono fare la differenza (se sì, invitatele a scrivere su una freccia sotto le colonne)?

- **Porta:** accettazione e conoscenza di ciò che ciascuno è:

Dove ti senti a tuo agio a scuola? E le ragazze?

Quali sono le situazioni che vi fanno sentire partecipi, accettati? e i bambini?

Con chi vi sentite accuditi? Chi si occupa dei bambini dal punto di vista emotivo a scuola?

Quali sono i luoghi o i momenti che vi permettono di esprimere voi stessi? Facendo cosa? e i bambini?

Suggerimento: pensate alle persone della scuola che fanno sentire i membri della comunità (o voi) incondizionatamente amati/accettati. Rappresentatele sulla porta, nominatelo e scrivete una breve frase che rappresenti il loro rapporto con i bambini e gli adulti della comunità scolastica (ad esempio Pedro, il custode - Presenza, riconoscimento).

- Piano terra: la rete umana:

Quando avete una difficoltà, a chi vi rivolgete?

Ricordare persone specifiche che vi hanno aiutato o che hanno aiutato loro (nella comunità scolastica e nel loro ambiente).

Vi sentite ascoltati? Ascoltate gli altri?

Sentite che c'è qualcuno a cui rivolgervi quando avete un bisogno o un problema?

Compito: scegliete tre momenti o gruppi nella scuola che svolgono le funzioni di: fornire sicurezza, fiducia, sostegno e apertura a nuove esperienze. Disegnate e nominate ciascuno di essi con un colore diverso.

- Primo piano: Capacità di dare significato a ciò che si vive:

Quali spazi di divertimento, condivisione, creazione ed espressione individuate all'interno della scuola?

Con quali responsabilità vi sentite a vostro agio?

Ha un progetto/sogno legato alla comunità scolastica, quale?

Ritiene che questa vocazione ad aiutare gli altri o a lavorare per la comunità possa essere espressa nella comunità scolastica?

Vi sentite liberi di condividere aspetti della vostra fede o dei vostri principi? Questa fede o questi principi vi aiutano a relazionarvi con altre persone (identificarle)?

Ritiene che il suo ruolo nella scuola abbia uno scopo, quale?

Compito: trovare tre simboli che illustrino questa dimensione (quelli che corrispondono o descrivono la situazione del gruppo).

- Secondo piano

Sala 1: Autostima.

Sentite di poter dare un contributo personale alla comunità scolastica?

Cosa motiva, incoraggia, aiuta ciascuno di loro?

Cosa la scoraggia?

Sala 2: Capacità e competenze

Cosa sapete fare bene?

Vi ringraziano per questi contributi?

Cosa vi manca/volete imparare?

Sala 3: Umore

Ridete spesso a scuola e avete riso di recente?

Vi capita di ridere quando qualcosa è andato storto?

Qualcuno di voi è mai stato preso in giro... e come si è sentito... siete riusciti a parlarne con la persona?

Qual è la differenza tra derisione e umorismo per il gruppo?

Compito: trovare una frase che sia rappresentativa di ciascuno di questi concetti (risata e presa in giro).

- Soffitta: esperienze significative

Compito: ricordate qualcosa che vi ha segnato di recente (un incontro, una difficoltà, una situazione). Sulle tessere, trovate le parole chiave che vi ricordano quell'esperienza.

- Camino: Amore

Compito: scrivete nel fumetto tre elementi, persone o legami che vi motivano ad amare/curare i membri della comunità scolastica.

»» Seconda parte dell'attività: Condividere e costruire una scuola comune

Quando i gruppi hanno completato la loro casetta, mandateli a riunirsi intorno a un grande poster (formato A2 minimo) della "casetta-scuola".

Lì possono trasferire (scrivere) parole, frasi e simboli dai diversi gruppi: uno dei partecipanti per gruppo leggerà ciò che appare, partendo dalle fondamenta, finché ogni gruppo non avrà contribuito alle "fondamenta". Un'altra persona scriverà (con pennarelli colorati) le parole, le frasi e i simboli su cui il gruppo è d'accordo. Non è necessario essere unanimi sui concetti, ma è consigliabile parlarne nel caso in cui compaiano opinioni opposte.

»» Terza parte dell'attività: Valutare e migliorare

Una volta completata la "casa-scuola" comune a tutti i gruppi, invitate le persone a osservarla e valutarla:

"Se dovessimo rafforzare la nostra costruzione, quali parti della scuola secondo voi hanno bisogno di lavori urgenti, quali possono essere mantenute così come sono, quali devono essere risistemate?"

Sulla base di queste osservazioni, proporre di dipingere i livelli con i colori:

Rosso: torna al lavoro!

Giallo: Fermatevi a riflettere. È necessario lavorare, ma non è urgente.

Verde: aspetto ben lavorato.

»» Chiusura dell'attività:

Chiedete al gruppo come si è sentito a condividere le proprie case e quali aspetti di sé e della comunità ha rivelato questo lavoro.



QUANDO:

Subito dopo aver svolto le attività per creare un clima di fiducia e di conoscenza interpersonale di base



MATERIALI:

- Fogli di disegno
- Fotocopie del modello di casa (1 per 4 persone),
- Fotocopie delle domande (1 per 4 persone).
- Copia grande (A2) della casa
- Matite colorate/matite/grattini

METODOLOGIA:

Arteterapia

PREPARAZIONE:

Conoscenze preliminari

I fattori di resilienza (protezione) di cui ogni persona ha bisogno per crescere sana devono essere conosciuti e spiegati. Si suggerisce di disegnare un'immagine colorata e accattivante o di disegnare la casetta in grande sulla lavagna per motivare le persone e facilitare la spiegazione.



QUADRO TEORICO

Questa attività si ispira al modello del "casita della resilienza" di Vanistendael, che descrive come "la casita, uno strumento semplice per una sfida complessa". L'approccio è stato ripetutamente testato e molto apprezzato come strumento di analisi da diversi gruppi sociali.



DURATA:

1h30



SUGGERIMENTI PER ANIMATORE/ANIMATRICE

Il tema viene introdotto spiegando che il nostro obiettivo è dare loro gli strumenti per sapere cosa è utile e di cosa ha bisogno la comunità per prendersi cura dei suoi membri, per crescere, per affrontare i problemi e le difficoltà che tutti abbiamo (alcuni più gravi di altri). Tutte le persone possono superare grandi problemi e noi possiamo imparare da questo.

Introdurre i diversi fattori che aiutano a costruire la resilienza ("la capacità di superare e imparare dalle cose negative che viviamo, rendendoci conto che possiamo cambiare le cose e noi stessi per essere persone migliori e più felici nonostante le difficoltà") e come la scuola possa essere un terreno fertile per la resilienza e la costruzione di società più sane.

Quando le persone costruiscono la loro casa, è importante che visualizzino persone e cose molto specifiche.

La festa della comunità



OBIETTIVI:

- Identificare ciò che ci definisce come gruppo
- Promuovere il senso di appartenenza e di partecipazione a un gruppo.
- Promuovere la creatività collettiva
- Diagnosticare le caratteristiche di un gruppo



ASSI:

Senso di appartenenza e identità collettiva



GRUPPI DI ETÀ:

Adulti.
Gli alunni possono essere inclusi



DESCRIZIONE - L'attività passo dopo passo

>> Prima parte dell'attività: creazione individuale

Invitare i partecipanti a organizzare una festa scolastica individualmente. Affiggete in un luogo visibile gli aspetti da tenere in considerazione.

La festa deve avere: nome, slogan, luogo, invito, attività, cibo, abbigliamento, ecc.

Date a ciascuno un foglio di carta e una penna per scrivere tutte queste informazioni.

>> Seconda parte dell'attività: creazione collettiva

Suddividere i partecipanti in gruppi in base al numero i (da 4 a 8 persone per gruppo).

Invitateli a organizzare una festa sulla base dei contributi che ciascuno aveva nella propria proposta (raggiungere accordi).

>> Terza parte dell'attività: presentazione

Invitate ogni gruppo a presentare il proprio lavoro a tutti i presenti.

Suggerite loro di scrivere il loro slogan in modo artistico. Fate un giro per osservare i diversi slogan appesi a una parete.

>> Chiusura dell'attività:

Chiedete al gruppo:

- Come ha funzionato per lei il passaggio dal personale al collettivo?
- Vi piacerebbe fare questa attività?
- A cosa pensa che serva?
- Cosa ho ottenuto da questa attività?

**QUANDO:**

in qualsiasi momento

METODOLOGIA:

Arteterapia

PREPARAZIONE:

Conoscenze preliminari

Questa attività non richiede alcuna preparazione preliminare

**DURATA:**

1h30

**MATERIALI:**

- Manifesti con slogan (slogan, nome, ...)
- Carta a fogli mobili per ogni gruppo per disegnare lo slogan.
- Fogli
- Matite
- Cere colorate

**SUGGERIMENTI PER ANIMATORE/ANIMATRICE**

Leggere attentamente l'attività.

Adattarla se necessario.

Preparare il materiale.

Incoraggiare la partecipazione di ogni persona.

Esaminare i gruppi per vedere se hanno capito lo slogan e se si rispettano a vicenda.

La fotografia della nostra scuola



OBIETTIVI:

- Riconoscere la storia della nostra scuola
- Identificare le diverse componenti della nostra scuola
- Incarnare i valori che vogliamo trasmettere ai bambini
- Diagnosticare i nostri risultati positivi
- Scegliere le sfide su cui lavorare insieme



ASSI:

Senso di appartenenza e identità collettiva



GRUPPI DI ETÀ:

Adulti



DESCRIZIONE - L'attività passo dopo passo

» Introduzione all'attività:

Dinamizzare il gruppo attraverso le dinamiche: non sarei l'insegnante che sono senza

Presentate quindi gli obiettivi dell'attività agli insegnanti.

» Prima parte dell'attività: creazione dell'albero individuale

Distribuite un pennarello a persona e un disegno di un albero composto da:

- Radici
- Un tronco
- molti rami, foglie e frutti

Invitate ciascuno a scrivere, in base alle proprie conoscenze:

- La storia della vostra scuola (come e perché è nata) nelle **radici**
- I valori che si vogliono trasmettere nel **tronco**
- I nomi delle persone coinvolte nel funzionamento e nella vita della scuola, nei **settori seguenti**
- I risultati desiderati nella **frutta**

» Seconda parte dell'attività: creazione dell'albero collettivo

Appendere in un luogo visibile il disegno di un albero composto da:

- Radici
- Un tronco
- molti rami e foglie e frutti

Invitate ogni partecipante a completare a turno l'albero sulla lavagna a fogli mobili come scritto in precedenza sul proprio albero individuale.

Una volta terminato, distribuite gli adesivi colorati ai partecipanti.

Spiegate che i partecipanti attaccheranno un adesivo intorno ai frutti in base allo stato di avanzamento di ciascun risultato.

Rosso : maturo / raggiunto

Giallo : in fase di maturazione / in fase di acquisizione

Verde : frutto acerbo / non raggiunto

Al gruppo viene proposto di cambiare il colore dei frutti in base ai pareri espressi da tutti.

>> Chiusura dell'attività:

Proponete ai partecipanti di disegnare un grande sole e di scrivere su ogni raggio ciò che ciascuno può fare per andare avanti insieme.

Fotografare l'albero con gli insegnanti



QUANDO:

All'inizio del processo di resilienza della comunità

METODOLOGIA:

Arteterapia / Educazione popolare

PREPARAZIONE:

Conoscenze preliminari

È importante conoscere il gruppo e mostrare alla direzione lo scopo dell'attività.



MATERIALI:

- Carta dell'albero
- 1 fotocopia di un albero per persona
- Disegni di mele in bianco
- Disegni di mele rosse, gialle e verdi
- Adesivi colorati precedenti (piccoli)
- Disegno di un sole e dei suoi raggi
- Matite



DURATA:

2 ore (a seconda del numero di insegnanti)



MARCO TEÓRICO:

È importante affrontare una sfida comune, riconoscere il percorso **intrapreso** e le risorse di cui disponiamo. Questo aumenta la motivazione e il coinvolgimento personale. Inoltre, permette di fissare obiettivi realistici che evitano inutili frustrazioni.

Fare questo attraverso una metafora (l'albero) ci permette di ordinare e visualizzare le nostre sfide comuni e di dare priorità ai nostri interessi comuni. Questo riduce lo stress, perché stiamo anche lavorando come una squadra.

JP Klein, "Quello che so sull'arteterapia"

JP Lederach, "Risoluzione dei conflitti".



SUGGERIMENTI PER ANIMATORE/ANIMATRICE

Garantire la partecipazione del gruppo e creare un'atmosfera di fiducia.

Questa attività può essere estesa alle famiglie

Mappatura: le reti che ci sostengono



OBIETTIVI:

- Creare legami tra i membri della comunità scolastica sulla base di attività, gusti comuni e bisogni complementari.



ASSI:

Identificazione delle risorse interne ed esterne



GRUPPI DI ETÀ:

Consigliato per gli adulti (l'ideale sarebbe riunire i genitori con gli insegnanti e il personale non docente) - da 12 a 100 persone (si possono generare diversi gruppi di circa 25 px).



DESCRIZIONE - l'attività passo dopo passo

»» Introduzione all'attività: Ponti umani

Suddividete i partecipanti in coppie.

Date a ogni partecipante un bastoncino (tipo bacchetta, lungo circa 30 cm).

Proponete il seguente slogan:

ogni membro delle coppie deve tenere un'estremità del bastone con l'indice (cioè collegarsi attraverso i bastoni, uno di fronte all'altro, tenuti dai rispettivi indici). muoversi nello spazio al suono della musica, senza che il bastone cada a terra.

Riprodurre musica soft.

Dopo alcuni minuti di questo esercizio, date le seguenti istruzioni:

Le coppie si riuniranno in gruppi di quattro persone. Verrà dato loro un nuovo bastone per gruppo e dovranno muoversi in gruppo senza far cadere nessuno dei bastoni!

Dopo un po' si può passare a una musica più vivace. Questo esercizio viene ripetuto fino a quando tutto il gruppo è unito e deve muoversi liberamente ma tenendo i bastoni in aria.

»» Prima parte dell'attività: creazione dei dischi e loro unione

A ogni partecipante viene consegnato un disco di cartone di circa 25 cm con tre aree delimitate: su una si mette la professione, su un'altra l'hobby e su un'altra ancora gli interessi (recenti) - vedi modello -.

Il disco avrà circa 3-4 perforazioni per area. Ogni persona completa il proprio disco con un elemento per area (ad esempio: professione: assistente agli anziani; hobby: canto soul; interessi: orto naturale).

Una volta completate le informazioni, i partecipanti si riuniscono in uno spazio ampio (cortile della scuola, sala riunioni o palestra) e si distribuiscono uniformemente nello spazio.

Ognuno appoggia il proprio disco sul pavimento davanti a sé.

A ogni partecipante viene consegnato un piccolo gomito di lana o un filo spesso e dai colori vivaci e lo si invita a girare per lo spazio leggendo i dischi degli altri.

Quando trovano un'occupazione, un hobby o un interesse che condividono o che per qualche motivo genera interesse in loro, legano un capo del filo al disco in questione e vanno al proprio disco, dove legano l'altro capo del filo.

Questa attività può essere svolta con la musica e per circa 15 minuti, per dare il tempo di leggere tutti i dischi e di tracciare tutti i collegamenti trovati con la lana.

>> Seconda parte dell'attività: la mappa

Se lo spazio lo consente, viene scattata una fotografia della “mappa” risultante dall’alto.

Questa immagine può essere stampata e appesa a scuola o utilizzata come base per una “banca dati della comunità” per facilitare servizi, aiuti, consigli, iniziative comuni. Il gruppo può anche essere invitato a trovare le persone con cui ha stabilito legami e a discutere il punto che li unisce.

Potete concludere riunendo il gruppo per condividere ciò che hanno scoperto e le porte che queste scoperte aprono.



QUANDO:

Nel corso del processo di workshop

METODOLOGIA:

Educazione non formale

PREPARAZIONE:

Selezionare la musica da utilizzare.

Preparare i dischi e i gomitoli di lana.

Si consiglia di cercare uno spazio ampio e idealmente uno spazio che permetta di fare foto dall’alto.



MATERIALI:

- Bacchette di legno lunghe circa 30 cm
- Tanti dischi di cartone quante sono le persone che partecipano all’attività (vedere il modello).
- 1 gomitolo di lana colorata (circa 30 m) per persona
- Attrezzature musicali



DURATA:

1h



SUGGERIMENTI PER ANIMATORE/ANIMATRICE

Il momento chiave è quello in cui le persone si muovono e annodano la lana: fate attenzione che le persone non inciampino nei fili degli altri, che non lascino la lana più a lungo del necessario e che non spostino i dischi tirando la lana (questo può sembrare un consiglio superficiale, ma è una sfida da realizzare con gruppi numerosi).

Teatro-Forum a scuola



OBIETTIVI:

- Superare la passività e rafforzare l'assertività.
- Costruire la solidarietà all'interno del gruppo.
- Migliorare il pensiero strategico.



ASSI:

Identificazione e risoluzione attiva di problemi/sfide



GRUPPI DI ETÀ

Adulti

Le dimensioni del gruppo che crea il Forum possono essere da 5-6 a 20, ma idealmente almeno 12 persone per avere più opzioni per i personaggi e più idee per la trama.



DESCRIZIONE - L'attività passo dopo passo

>> Introduzione all'attività: Presentazione della metodologia

Presentate l'attività come segue:

Il Teatro Forum è una delle tecniche più diffuse e famose del Teatro dell'Oppresso, utilizzata in tutto il mondo e talvolta anche fraintesa.

Teatro Forum significa mostrare concretamente un'oppressione/problema/conflitto la prima volta e poi, la seconda volta, chiedere al pubblico di interrompere la scena quando vuole, di sostituirsi alla persona che sta vivendo l'oppressione per ottenere un cambiamento.

Allo stesso tempo, chiunque voglia può intervenire sul palco.

Il facilitatore aiuta ad approfondire la ricerca di alternative, senza giudicare gli interventi.

L'idea di questo percorso è quella di creare una scena di finzione basata su situazioni di vita reale, per analizzare le possibilità di azione dal punto di vista di chi subisce ma vuole cambiare la situazione, o dal punto di vista di possibili alleati.

>> Prima parte dell'attività: trovare e preparare una storia di conflitto

Creare gruppi di 3-5 persone

Proporre ai partecipanti di condividere storie legate all'educazione in cui hanno sperimentato oppressione e conflitto.

Ogni gruppo sceglie una storia da recitare e la prepara.

>> Seconda parte dell'attività: messa in scena della storia

Mostrate la storia di ogni gruppo e utilizzate la tecnica del teatro-forum.

Proporre al pubblico di interrompere la scena quando si ha un'idea di cambiamento, sostituendo la persona che sta vivendo l'oppressione.

>> Chiusura dell'attività:

Cerrar la sesión con algún ritual o comentario sobre la experiencia, los resultados, las emociones surgidas. Luego se puede continuar el debate activado por la sesión del Teatro-Foro en torno a las estrategias para afrontar el problema.

Domande che possono essere poste alla fine della sessione del Teatro Forum:

- Come ci si sente a sostituire il personaggio sul palco?
- Cosa vi impedisce di applicare queste strategie nella vostra vita quotidiana?
- Quali sono i vostri sentimenti riguardo al conflitto?
- Vedete una strategia efficace nel Forum?

Al pubblico:

- Cosa abbiamo imparato oggi?
- Cosa si può applicare alla vita reale?
- Quale impegno personale possiamo assumere la prossima volta che ci troviamo in una situazione simile?
- Vi sentite più solidali con il protagonista oppresso?
- Come possiamo gestire meglio queste situazioni quando si presentano nella nostra vita?



QUANDO:

In qualsiasi momento

METODOLOGIA:

Teatro dell'oppresso

Il Forum-Teatro deve giungere alla fine di un processo in cui prima si crea il gruppo, poi si esplora la cosiddetta "de-meccanizzazione", poi si cerca il problema individuale, e ci si riunisce il più a lungo possibile per creare embrioni collettivi.

È importante non forzare le persone se non formano un gruppo o non sono pronte ad affrontare un problema/una pressione.



MATERIALI:

- Alcuni oggetti, vestiti, materiali per le scene possono essere utili.

PREPARAZIONE:

e conoscenze preliminari richieste

Non è necessario preparare il pubblico; per quanto riguarda gli attori, possiamo fare un Forum con dei non attori, naturalmente, ma perché lo spettacolo sia migliore dobbiamo migliorare le loro capacità attraverso esercizi e tecniche, soprattutto nel campo del gioco di ruolo, del linguaggio del corpo e dell'improvvisazione.



DURATA:

tra 1h e 3h



SUGGERIMENTI PER ANIMATORE/ANIMATRICE

Le trappole in cui può cadere Joker, il conduttore del Teatro - Forum, sono molte e solo la pratica può addestrare le persone a svolgere questo difficile ruolo. Tuttavia, incoraggiamo le persone a provarci, poiché l'atteggiamento di base, la maieutica, è il punto di forza della conduzione di un buon Forum e il resto verrà passo dopo passo.

Essere maieutici significa essere curiosi delle opinioni e delle strategie delle persone, non voler imporre le proprie soluzioni, saper ascoltare con attenzione, aiutare le persone ad approfondire le proprie analisi e, soprattutto, saper usare la "messa in discussione" come strumento di base.

La preparazione del Forum può richiedere 5-6 ore o più giorni, a seconda della precisione della scena che si vuole raggiungere, della facilità dell'argomento, delle buone o cattive dinamiche di gruppo, dei problemi nel processo, ecc.

La sessione di Forum-Teatro può durare da 1 ora a 3-4 ore.

L'uovo della nuova vita



OBIETTIVI:

- Identificare i valori che vogliamo trasmettere
- Promuovere la creatività e il dialogo
- Creare uno spazio di partecipazione e accettazione



ASSI:

Paradigma del buon trattamento (cultura attiva della cura)



GRUPPI DI ETÀ:

Le famiglie



DESCRIZIONE- l'attività passo dopo passo

>> Introduzione all'attività:

Chiedete alle famiglie e ai bambini perché è stato scelto un uovo per rappresentare la vita.

Spiegare gli obiettivi dell'attività

>> Prima parte dell'attività: organizzazione dello spazio

Invitate i bambini e le loro famiglie a sedersi intorno a un tavolo con altre 2 famiglie (almeno 3 famiglie/tavolo).

Distribuite due uova per bambino e il materiale per decorarle: colori, pennelli, ecc.

>> Seconda parte dell'attività: decorazione e offerta delle uova

Suggerite ai bambini di decorare le uova con l'aiuto dei genitori.

Chiedete alle famiglie cosa vorrebbero che la scuola, e loro stessi, trasmettessero ai loro figli e figlie.

Scrivete su una lavagna a fogli mobili, in un punto visibile, i valori annunciati dalle famiglie.

Invitate i bambini a regalare uno dei loro ovetti decorati a qualcuno che trasmetta almeno uno di questi valori, nel campo dell'istruzione (insegnanti, addetti alle pulizie, personale amministrativo, personale della mensa o un genitore).

>> Chiusura dell'attività:

Proporre a coloro che lo desiderano di dire come possono prendersi cura della vita della scuola e della loro comunità.

Conserveranno questa lavagna a fogli mobili per condividerla nel chiostro.



QUANDO:

Magari sfruttate la settimana prima di Pasqua a vostro vantaggio.

METODOLOGIA:

Arteterapia e educazione popolare

PREPARAZIONE:

Conoscenze preliminari

Comprendere il simbolismo dell'uovo: perché un uovo può rappresentare la vita



MATERIALI:

- 2 uova a persona (si possono acquistare a poco prezzo nei negozi di artigianato o uova sode)
- Vernice e pennelli
- Cassetta di cartone per uova divisa in due per sostenerli per la pittura.
- Lavagna a fogli mobili o bianca
- Bottiglie per la pulizia dei pennelli
- Vecchi stracci per asciugare i pennelli prima di cambiare colore



DURATA:

1h30



QUADRO TEORICO

Il bisogno di trasmissione di valori e di una certa coerenza tra famiglia e scuola è uno dei bisogni significativi delle famiglie. Sapere di avere uno spazio per esprimere e contribuire a questi valori dà sicurezza e responsabilità condivisa, riduce la frustrazione e aumenta lo spirito cooperativo.

Unesco (Jacques Delors) *L'educazione è un tesoro.*

I 4 pilastri dell'educazione.

Hanna Arendt: *La crisi della cultura*



SUGGERIMENTI PER ANIMATORE/ANIMATRICE

Preparate lo spazio e fate in modo che le famiglie possano parlare tra loro.

Intervista a coppie



OBIETTIVI:

- Mettersi nei panni dell'altro.
- Migliorare l'intelligenza emotiva introspettiva e relazionale.
- Potenziare l'empatia all'interno del gruppo
- Contribuire alla coesione del gruppo.



ASSI:

**Intelligenza emotiva
collettiva, Paradigma del
buon trattamento**



GRUPPO- ETÀ:

**Da 6 a 24 persone,
preferibilmente di età
superiore ai 10 anni.**



DESCRIZIONE- l'attività passo dopo passo

>> 1a parte dell'attività: intervista attenta

Dividete il gruppo in coppie di casi, la persona A e la persona B.

Spiegare le 4 fasi principali.

Dare da 3 a 5 minuti a ogni coppia in cui la persona A intervista la persona B (può riguardare la loro vita in generale o un tema specifico). A può usare qualsiasi domanda, ma B può scegliere di non rispondere a tutte. Si tratta di una tensione tra curiosità e rispetto.

>> 2ª parte dell'attività: assumere il ruolo dell'altra persona

Chiedi alle persone A di venire al centro, chiedi loro di chiudere gli occhi e di ricordare le risposte ricevute. Accompagnare lentamente le persone A a entrare nel personaggio del loro intervistato, non solo ricordando le loro parole, ma anche aprendo gli occhi e ricongiungendosi al loro intervistato (persona B).

Ogni persona A deve ora presentarsi alla persona B, come se fosse la persona B, e raccontare ciò che ricorda/ comprende dall'intervista condotta. La persona B deve ascoltare senza fare commenti, né verbali né non verbali.

>> 3a parte dell'attività: l'esperienza integrata

Ogni coppia discute su come è andata l'esperienza.

I ruoli vengono quindi scambiati e le quattro fasi vengono ripetute.

>> Riflessione e valutazione:

Rifletti con il gruppo sulla base di domande quali:

- Com'è stata l'esperienza? Com'è stato essere l'altra persona?
- Com'è stato vedersi in una specie di specchio?
- Siete soddisfatti delle storie raccontate dall'altra persona?
- Avete trovato delle somiglianze nelle vostre vite?
- Che cosa evidenzia questo esercizio sulla nostra vita quotidiana, sul carattere e sullo sviluppo personale?
- In che modo questa attività contribuisce alla resilienza collettiva?



QUANDO:

Questo esercizio è importante all'inizio del processo, quando si vuole approfondire la comprensione reciproca, toccando gli aspetti emotivi. Spesso è facile e ben accolto perché muove le emozioni e può essere adattato a diversi livelli di impegno.

Può essere uno dei primi esercizi, poiché è semplice. D'altra parte, può essere utilizzato a diversi livelli, in modo che ogni persona possa scegliere quanto condividere con il proprio partner, se creare o meno una relazione più intima.



MATERIALI:

nessuno

METODOLOGIA:

PNL (Programmazione Neuro-Linguistica)



QUADRO TEORICO

Il lavoro di Daniel Goleman sull'interazione è una buona base per comprendere questa attività.

Tuttavia, l'attività funziona bene anche senza conoscenze preliminari, purché si sottolinei che la chiave è riflettere l'altra persona con calore e gentilezza, evitando di mettere in discussione, giudicare o proiettare su di essa le proprie opinioni.

PREPARAZIONE:

Una stanza che permetta a tutti i partecipanti di essere distribuiti a coppie, in modo da poter parlare comodamente senza disturbarsi a vicenda.

È utile usare un rompighiaccio in anticipo per costruire la fiducia di base nel gruppo.



DURATA:

Può durare dai 30 ai 45 minuti, a seconda della disponibilità della persona a raccontare o meno qualcosa di intimo e del piacere di interpretare l'altro ruolo.



SUGGERIMENTI PER ANIMATORE/ANIMATRICE

Se qualcuno finisce l'intervista troppo in fretta, potete suggerirgli delle domande da porre o aiutarlo ad approfondire.