

Istituto comprensivo di Passirano

PROGETTO “NOI STIAMO BENE IN CLASSE”



**A cura della responsabile
dello sportello scolastico
dott.ssa Chiara Ziliani
Psicologa- psicoterapeuta
sportelloascolto.icpassirano@gmail.com
tel: 3397321425**

PREMESSE E OBIETTIVI DEL PROGETTO

Questo progetto è stato pensato per un intervento di primo soccorso emotivo all'interno della scuola secondaria di primo grado, in particolare per alcune classi nelle quali si sono rilevate difficoltà a livello comportamentale, di interazione tra compagni di classe e con i docenti. Non si è raggiunto, finora, un modo corretto e non aggressivo di interfacciarsi con gli altri, per trovare insieme una soluzione ai problemi quotidiani della classe. L'intervento vuole essere un momento di riflessione per evitare, in futuro, manifestazioni di mancato rispetto delle regole e della dignità dei compagni. Queste dinamiche, ad una prima analisi, sembrano frutto di una difficoltà emotiva dei ragazzi, accompagnata dalla mancanza di capacità di comunicare correttamente i propri sentimenti negativi e le proprie esigenze al prossimo. La convinzione è che la classe possa, invece, trasformarsi in un luogo dove è possibile trovare comprensione e aiuto e, contemporaneamente, sviluppare rispetto, consapevolezza e maturità.

L'intervento che si è pensato verterà quindi sull'implementazione di più aspetti:

1. La capacità dei ragazzi di capire che cosa li fa star bene o male all'interno della classe.
2. L'identificazione delle regole che permetterebbero al clima di classe di migliorare e ad ognuno di trovare il proprio spazio e il proprio riconoscimento.
3. Una presa d'impegno da parte dei ragazzi a lavorare sul rispetto di queste regole, favorendo la loro maturazione emotiva e sociale.
4. Un tentativo di trovare strategie efficaci per gestire la rabbia, l'aggressività e l'ansia.

Ai professori verrà chiesta la possibilità di aprire un piccolo spazio di comunicazione con i ragazzi, attraverso una cassetta “postale” di classe, attiva per il resto dell'anno scolastico. Ciò permetterà di entrare nel loro mondo emotivo, andando al di là dello svolgimento dei programmi scolastici, al fine di costruire un clima di maggiore serenità nella vita di classe, ma al tempo stesso, in un circolo virtuoso, garantire il corretto svolgimento delle lezioni.

Attività 1) BRAINSTORMING STAR BENE IN CLASSE

SVOLGIMENTO:

I ragazzi verranno guidati in un momento di riflessione tramite lo strumento del brainstorming, sulla tematica dello stare bene/ stare male in classe, cercando di far emergere le difficoltà e i vissuti specifici di ogni classe e individuo. Si cercherà il coinvolgimento attivo di tutti gli alunni perché sentano che la tematica trattata rispecchi veramente le loro personali esigenze, ma anche per capire insieme quali tematiche richiedano una risposta più immediata da parte dell'istituzione scolastica e quali possono essere costruite nel tempo anche dai ragazzi.

Il tracciato della riflessione verrà poi confrontato con una serie di concetti identificati come salienti e inalienabili dalla psicologa e dalle insegnanti (DIRITTO, DOVERE, RISPETTO, REGOLA, COMUNICAZIONE) per guidare i ragazzi verso l'ipotizzazione di percorsi di soluzione creativa alle dinamiche disfunzionali.

L'attività si svolgerà chiedendo ai ragazzi seduti in circolo di completare un cartellone apportando ognuno la propria idea e poi facendolo completare ai docenti o alla psicologa con i concetti mancanti prima identificati, se i ragazzi non li avessero inclusi nelle loro proposte.

MATERIALE RICHIESTO:

- 1 cartellone grande per classe
- Pennarelli colorati

TEMPISTICHE:

- 1 ora



Attività 2) “L’ASSEMBLEA COSTITUENTE” DI CLASSE

SVOLGIMENTO:

Partendo dal concetto di regola si dividerà la classe in 3 gruppi di 6-8 ragazzi, in ogni gruppo ogni ragazzo dovrà proporre, dopo 10-15 minuti di discussione, una propria regola in ognuno dei tre ambiti:

- Star bene con se stessi
- Star bene con i compagni
- Star bene con gli insegnanti

Successivamente si scioglieranno i gruppi e si confronteranno le risposte date, eliminando proposte doppie e stendendo una lista definitiva di regole della classe da appendere, queste saranno proposte ai ragazzi come un “contratto” da firmare e rispettare, trasmettendo un carattere di ufficialità e solennità al gesto. Il docente presente potrebbe, in accordo con gli altri professori della classe, proporre alcune regole ritenute importanti per quella specifica classe o situazione.

Il lavoro potrebbe essere completato anche permettendo ai ragazzi di conoscere e confrontare le idee emerse con le norme di comportamento dell'istituto, dedicando un tempo ulteriore in classe per la lettura e la riflessione su tale documento.

MATERIALE RICHIESTO:

- 2 cartelloni grandi per classe
- Pennarelli colorati
- Nastro adesivo o puntine
- Una copia cartacea per classe delle norme di comportamento

TEMPISTICHE:

- 1 ora/ 1 ora e mezza

Attività 3) RESPIRO, MI CALMO E RICONOSCO LE MIE EMOZIONI

SVOLGIMENTO:

Alla fine dei precedenti lavori si proporrà ai ragazzi di provare l'esperienza di un piccolo esercizio di



rilassamento e focalizzazione attraverso la respirazione, pratica facilmente ripetibile in ogni situazione stressante, (eccessiva distrazione dallo studio, momenti di rabbia, necessità di calmarsi prima di attività ansiogene come verifiche o competizioni, momenti di divergenze di opinioni con i compagni, gli insegnanti o i genitori).

Lo scopo è quello di aumentare la capacità di identificare le proprie emozioni, ma anche riuscire a calmare le sensazioni negative incontenibili trovando, prima di una reazione istintiva sbagliata in classe, il tempo e lo spazio per riflettere sull'origine di tali emozioni e aumentare la capacità di fare richieste precise agli altri rispetto ai propri bisogni in modo controllato e assertivo.

Si inviteranno pertanto i ragazzi a ripetere l'esercizio il più possibile, in base alle loro esigenze, e in situazioni di emergenza, a aiutarsi fra compagni o con l'insegnante a utilizzare insieme la risorse.

MATERIALE RICHIESTO:

- Solo sedie

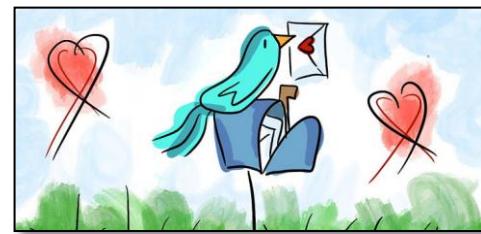
TEMPISTICHE:

- Circa 20 minuti/ mezz'ora

Attività 4) ISTITUZIONE DELLA SCATOLA DELLE EMOZIONI

SVOLGIMENTO:

All'interno della classe verrà collocata una scatola nella si metteranno, su richiesta dell'insegnante, dei bigliettini scritti e firmati dagli alunni, una volta ogni 15 giorni. Nel biglietto il ragazzo potrà esprimere le proprie emozioni e preoccupazioni per eventi accaduti in classe, oppure comunicare il fatto che si sente bene in classe e magari indicare cosa lo ha reso possibile. I biglietti verranno poi letti in privato dagli insegnanti, che dedicheranno mezz'ora della settimana successiva a discutere di eventuali problematiche rilevanti emerse, mantenendo il riserbo sui nomi e cercando, insieme agli alunni, una soluzione creativa e utile. Questo verrà svolto secondo la disponibilità della scuola e degli insegnanti, per accrescere comunicazione e fiducia nella relazione alunno-docente.



MATERIALE RICHIESTO:

N. 1 scatola di cartone per classe

TEMPISTICHE:

- Circa 10-15 minuti per la spiegazione
- Mezz'ora alla settimana per il resto dell'anno scolastico, a settimane alternate, una per scrivere i biglietti, la successiva per offrire un momento di confronto con la classe

TEMPI E LUOGHI DI ATTUAZIONE

Per il progetto proposto si stimano all'incirca

- 12 ore di intervento in classe (3 ore per 4 classi)
- 8 ore aggiuntive di sportello scolastico, rispetto a quelle ipotizzate a inizio anno, per incontri individuali con i ragazzi, gli insegnati o gli specialisti di riferimento delle famiglie per le necessità specifiche emerse in queste classi

Per un totale di 20 ore, che si svolgeranno indicativamente da metà marzo a maggio, secondo le esigenze dei docenti e delle classi.

Il progetto si svolgerà all'interno delle classi abituali dei ragazzi, durante l'orario scolastico, indicativamente in 1°E, 3° E, 3°B o altre classi indicate da docenti e dirigente.

COSTI

La tariffa della specialista, comprensiva di progettazione dell'intervento, materiale non presente a scuola e ore di presenza effettiva è di euro 500, con un costo orario di 25 euro.