

*Il nostro impegno, la nostra passione: crescere e far crescere*



## **L'INTELLIGENZA DEL CUORE. L'EDUCAZIONE METACOGNITIVA**

***Percorso di formazione per insegnanti, educatori e operatori scolastici.***



### **EDUCAZIONE E FORMAZIONE**

formazione umana, professionale,  
percorsi educativi e rieducativi per il tutto il ciclo vitale

<http://www.laviadicasa.org/high-path-il-progetto/high-path-formazione/>



### **ARTE E TEATRO**

laboratori artistico educativi,  
spettacoli, corsi, formazione

<http://www.laviadicasa.org/atelier-arte-movida/>



### **CORSI E SEMINARI**

corsi settimanali, seminari intensivi,  
vacanze, workshop con tecniche di integrazione umana

<http://www.laviadicasa.org/corsi-e-seminari/>



### **COMUNITA E BENESSERE**

servizi per la comunità e la persona, ben-essere,  
alimentazione, ecologia, agricoltura

<http://www.laviadicasa.org/comunita-e-benessere/>

## L'INTELLIGENZA DEL CUORE. L'EDUCAZIONE METACOGNITIVA

*Percorso di formazione per insegnanti, educatori e operatori scolastici.*

### PREMESSA

Sia la ricerca scientifica, sia l'esperienza diretta di genitori e insegnanti, ha dimostrato la tendenza dell'attuale generazione di bambini e ragazzi, a manifestare un maggior numero di difficoltà **emozionali e relazionali** rispetto a quelle precedenti ed è al contempo emersa la strettissima relazione fra **vita emotiva, qualità delle relazioni, rendimento scolastico e salute psicofisica di tutti gli attori dell'azione educativa**. Riteniamo pertanto che la presenza di programmi specifici di **educazione integrativa delle competenze emotive e sociali e metacognitive\***, a cura di esperti esterni presso le scuole, sia oggi un validissimo strumento di supporto per giovani, famiglie, insegnanti, educatori al fine di sostenere lo sviluppo **dell'identità dei giovani** e permettere loro di affrontare con maggiori risorse personali i cosiddetti **compiti di crescita** dei periodi di passaggio cruciali come quelli **dall'infanzia all'adolescenza e l'adolescenza stessa**. Premesso ciò, occorre non dimenticare che, al di là d'un seppure efficace intervento da parte di esperti esterni, il tempo e lo spazio che i giovani, specie nella scuola primaria, condividono con gli insegnanti, riconferma **la scuola** come il luogo extra familiare, **dove si sviluppano le più importanti opportunità di crescita individuale e sociale** e al contempo **si manifestano in forma acuta altrettanti disagi**.

*\* La meta-cognizione è la capacità di riflettere sui propri e altrui stati mentali, saper modulare le emozioni e agire in modo coerente e differenziato in base all'ambiente e al tipo di interazione, sia un tipico segno di riconoscimento delle persone, grandi e piccole, aventi un'intelligenza complessa ben sviluppata.*

### L'EDUCATORE METACOGNITIVO

Oltre alla presenza sempre più frequente di bambini con disturbi neuropsicologici e BES, gli insegnanti si trovano a dover gestire comportamenti individuali atipici,

problemi riguardanti lo sviluppo psicosessuale o **dinamiche relazionali complesse** che riguardano l'intera classe o suoi sotto-gruppi e il mantenimento dei giusti comportamenti rispetto agli ordini sociali nelle interazioni adulto-ragazzo.

**La capacità di promuovere attività didattiche metacognitive** da parte dell'insegnante curriculare, sembra essere un requisito cruciale per affrontare la varietà delle dinamiche socio-emotive di un sistema complesso come il gruppo-classe oggi.

Nelle Indicazioni operative per promuovere l'inclusione scolastica dei BES, sulla base del DM 27/12/2012 e della CM n. 8 6/3/2013, a pag. 305 si legge che l'insegnante metacognitivo dovrebbe:

- *considerare se stesso come un facilitatore dell'apprendimento e non dispensatore di sapere;*
- *mettersi in gioco per primo e fungere da modello positivo per i propri studenti;*
- *essere autocritico, riflessivo, democratico, entusiasta, motivato, positivo;*
- *dotarsi di buona autostima, di autoregolazione e capacità di monitorare e ottimizzare il proprio tempo;*
- *credere nella cooperazione e nel confronto;*
- *credere nelle capacità e nei talenti dei propri studenti facendo leva sui punti di forza, trasmettendo fiducia incondizionata e senso di autoefficacia.*

Buona parte di queste capacità è innata ma, come ogni potenzialità mentale, in buona parte si può sviluppare e allenare con interventi di **supporto e formazione**.

## SUPPORTO

Gli insegnanti dovrebbero avere **uno spazio e un tempo riconosciuto**, dedicato all'ascolto e l'elaborazione dei propri vissuti emozionali e relazionali in classe e a scuola. Per esempio **un gruppo** che si possa riunire a cadenza regolare per confrontarsi e sostenersi, coadiuvati **da un facilitatore esterno**. Questo spazio svolge la doppia funzione di supporto e **sviluppo delle competenze personali** perché l'insegnante sperimenta **sulla propria persona** l'efficacia di tecniche e strategie che gli serviranno per creare a sua volta spazi e tempi nel proprio gruppo-classe, dedicate al vissuto emozionale degli alunni e alla sua elaborazione. La prevenzione del **burnout** e il mantenimento di uno **stato di benessere, sicurezza e serenità personale e professionale**, sono gli effetti di ricaduta, intrinseci di questo tipo di supporto.

## OBIETTIVO GENERALE

L'obiettivo di questo progetto è di fornire gli insegnanti curricolari di strumenti pratici e tecnici, per operare un'educazione affettiva e sociale integrata all'attività didattica e all'apprendimento cognitivo e metacognitivo degli studenti e dare valore formativo aggiunto alla professione d'insegnante-educatore.

## OBIETTIVI SPECIFICI

### Il supporto

- ◆ **Rafforzare l'identità di gruppo fra colleghi, l'interazione empatica,** la consapevolezza dell'interdipendenza fra i diversi attori della vita scolastica;
- ◆ **Facilitare la comunicazione** e l'espressione del disagio per creare nuove strategie d'interazione sociale;
- ◆ **Apprendere strategie e tecniche** per l'osservazione, l'auto-regolazione e trasformazione dei degli stati mentali e affettivi: elementi di **mindfulness**;
- ◆ Osservazione e gestione degli stati mentali e affettivi nelle relazioni interpersonali: **il mirroring**;
- ◆ **Apprendere strategie e tecniche per lo sviluppo dell'autostima, dell'autoefficacia, della resilienza e per dare supporto motivazionale**;
- ◆ Elementi di **pedagogia della felicità e pedagogia della virtù**.

### La formazione

**Strumenti educativi teorico-pratici, suddivisi in cinque moduli tematici:**

#### 1. PRO-SOCIALITA' ED EMPATIA

- ◆ Ascolto attivo e tecniche di osservazione dell'espressione non verbale;
- ◆ Costruzione di **set educativi: l'organizzazione pro-sociale dello spazio e del tempo**;
- ◆ Tecniche per lo sviluppo **dell'empatia e della cooperazione**;
- ◆ Tecniche per promuovere il pensiero positivo. **Dal pensiero positivo al clima pro-positivo**.

#### 2. RESILIENZA

- ◆ Strategie e tecniche per la gestione degli stati affettivi negativi: **la trasformazione resiliente di tristezza, ansia/paura, rabbia**;

- ◆ Strategie per il contenimento e la soluzione dei conflitti.  
Trasformare **la criticità in opportunità**.

### 3. IDENTITA' DI GRUPPO

- ◆ Tecniche per l'integrazione affettiva dell'identità di gruppo: **noi siamo...**;
- ◆ Teoria e tecniche per il rispetto degli ordini sociali.  
**L'importanza d'essere al posto giusto.**

### 4. AUTOSTIMA E IDENTITA' PERSONALE

- ◆ Tecniche e strategie per promuovere l'autostima e lo sviluppo dell'identità: **io sono...**;
- ◆ Tecniche e strategie per la valorizzazione delle differenze culturali, etniche e sessuali.

### 5. STRUMENTI E TECHICHE PER REGOLARE LE EMOZIONI

- ◆ Cenni di semantica musicale: **la musica e la regolazione delle emozioni**.
- ◆ Cenni di **Animazione e Teatro-Educazione**;
- ◆ Eserciziario metacognitivo: piccoli riti, parole e gesti per acquietare, concentrare, incoraggiare. Cenni di **meditazione, Mindfulness, visualizzazione creativa. Mudra e gesti archetipici**.

## DESTINATARI E NUMERO PARTECIPANTI

Insegnanti, educatori, dirigenti e homework tutor (anche di diversa provenienza ed esperienza).

Numero massimo per laboratorio: 30 partecipanti.

## STRUTTURA DEL PERCORSO

Si propongono percorsi sotto forma di **workshop teorico-esperienziali**.

La metrica è **adattabile alle esigenze e disponibilità della scuola e/o del gruppo insegnanti**. Le fasi di "supporto" e "formazione" possono essere trattate separatamente o essere integrate in un unico corpo formativo.

## I NUCLEI TEMATICI

E' possibile concentrare la fase "formazione" su uno o più nuclei tematici coerentemente alla natura della **domanda** formativa del gruppo o della scuola. Essa emerge soprattutto durante un **incontro di conoscenza e presentazione** preliminare fra gruppo richiedente e formatori.

E' possibile comporre un percorso di workshop organizzato, in termini di durata, frequenza ed estensione in base alla domanda, alle esigenze e alla disponibilità. Sono possibili:

- **incontri pomeridiani o serali (2 o 3 ore);**
- **incontro o incontri di mezza, una, due giornate o una giornata e mezza (da sabato pomeriggio) per un totale di 4, 8, 12, 16 ore formative per incontro.**

## LA FREQUENZA

**Incontri settimanali, quindicinali, mensili o week end bimestrali o trimestrali.**

**Durata minima consigliata: 16/20 ore formative.**

## FORMAZIONE INTENSIVA BREVE CON FOLLOW-UP

E' un tipo di offerta formativa di comprovata efficacia.

Si tratta di un workshop intensivo, residenziale, della durata di un week end, dal venerdì sera presso strutture formative e/o alberghiere attrezzate.

A seguire i **follow-up** (incontri regolari brevi, serali o di mezza giornata a cadenza mensile o bimestrale).

## METODOLOGIA E ORIENTAMENTO TEORICO

**In A.MO.RE®** è una metodologia integrata ad orientamento olistico, umanistico e sistemico a base teorico-esperienziale applicabile in campo sia educativo sia formativo. Essa comprende, fra le altre, tecniche narrative, di drammatizzazione sistemica *vivenciale*, e di Teatro-Educazione\*, mediati dall'utilizzo della semantica musicale e da specifici supporti video e audio.

\*Vedi progetti di Teatro-Educazione in Arte Movida



## RESPONSABILI DI PROGETTO E RISORSE IMPIEGATE

Il progetto è a cura della Cooperativa Socio Educativa **La Via di Casa** Onlus, di Vergiate (Va). Le responsabili del progetto sono la **Dott.ssa Monica Antonioli**, formatore sistemico, dottore in scienze e tecniche psicologiche, operatore di Biodanza e regista teatrale, la **Dott.ssa Francesca Berrini**, educatrice, psicomotricista e la **Dott.ssa Giovanna Donati**, pedagoga e formatore umanistico, operatore di Biodanza. Saranno coadiuvate da uno staff composto di due o più assistenti formatori e operatori di crescita personale che lavorano nei progetti educativi e formativi della Cooperativa La Via di Casa.



## LOGISTICA E MATERIALI

Si richiede l'uso esclusivo di una palestra o di un'aula vuota di ampiezza adeguata al numero dei partecipanti. Per tutti i partecipanti è richiesto un abbigliamento comodo e scarpe da ginnastica.

La cooperativa fornisce: impianto stereo e video e cuscini e materassini (se non presenti nella sede del corso).

Eventuali ulteriori materiali saranno procurati a cura della cooperativa o pattuiti in corso d'opera.

## COSTI

*Ogni percorso educativo e di **sviluppo delle potenzialità umane fondamentali** non è un costo ma un investimento che frutterà tutta la vita.*

I costi sono da concordarsi in base alla struttura e durata del percorso.

**Massimo 30 partecipanti per laboratorio**

*Referente:*

**Dott.ssa Francesca Berrini**

**333 246611**

**francescaberrini84@gmail.com**