



gli argonauti della salute

Un “viaggio” alla riconquista di ciò che fa bene

Report a cura dello *staff di Metodi srl*

Sommario

1. Introduzione.....	1
2. Il percorso formativo: obiettivi e finalità.....	1
3. La struttura del percorso: strumenti e metodologie.....	4
4. Il percorso nelle primarie e Secondarie di Primo Grado: i contenuti emersi.....	7
5. Il percorso nelle Secondarie di Secondo Grado: i contenuti emersi.....	15
6. Dare voce agli Argonauti.....	15
APPENDICE. Le azioni per promuovere salute.....	24

1. Introduzione

Il Piano GAP elaborato dalla ATS Monza Brianza ha previsto, tra le azioni necessarie a potenziare l'attività di prevenzione e contrasto al GAP nei Setting Scuola, il progetto rivolto agli operatori di sistema: sono considerati tali, i docenti "referenti alla salute", i quali ricoprono un ruolo chiave all'interno dell'organizzazione scolastica, curando la realizzazione dei programmi e dei progetti sui temi di salute nella scuola di riferimento.

Coerentemente a questo obiettivo previsto dal Piano Gap è stato pertanto realizzato il percorso formativo "Argonauti della salute" che ha coinvolto in totale circa 20 docenti referenti delle scuole primarie e secondarie di primo grado¹ e altrettanti delle scuole secondarie di secondo grado² che aderiscono alla Rete delle scuole che promuovono salute, afferenti al territorio della ATS Monza Brianza.

Questo progetto era stato pensato per innalzare il protagonismo, la messa in campo di abilità e conoscenze, il riconoscimento di capacità di queste figure chiave, anche al fine di rinforzare la funzione di raccordo dei processi, delle pratiche e delle metodologie, volte ad articolare percorsi di promozione della salute che, a partire dalle raccomandazioni e dalla letteratura scientifica di settore, possano trovare applicazione efficace nello specifico contesto scolastico.

Metodi, società di consulenza per lo sviluppo partecipato, che ha progettato e curato il percorso, in accordo con l'Ufficio di Promozione della Salute area sociosanitaria della ATS MB, intende le azioni di accompagnamento e formazione occasioni di apprendimento qualora sia possibile che i soggetti protagonisti di quegli stessi percorsi possano osservare, rielaborare e valorizzare le esperienze che realizzano nel contesto di riferimento, condividendo saperi, costruendo o ricostruendo insieme significati e visioni per meglio comprendere l'oggetto o gli oggetti di cui ci si occupa.

2. Il percorso formativo: obiettivi e finalità

COME GLI ARGONAUTI: ALLA RICONQUISTA DI STRAORDINARIE OPPORTUNITÀ

Come nella mitologia greca gli Argonauti, condotti da Giasone, affrontarono l'avventurosa e ardua missione di riconquistare il vello d'oro- il potere di curare ogni ferita- addentrandosi in zone remote e sconosciute e superando ardue prove accogliendo consigli e aiuti, così nella quotidianità promuovere salute nelle scuole è un compito affascinante, ma al contempo faticoso e che richiede, a chi vi si dedica, diverse capacità e la preziosa arte di saper collaborare e comunicare.

La suggestiva metafora evidenzia alcune caratteristiche di questo percorso: un'opportunità per mettere a confronto e valorizzare esperienze significative, condividendo le soddisfazioni, le criticità e l'impegno oneroso del viaggio che ciascuno si trova ad affrontare per dar vita alle diverse attività.

¹ Tra gli istituti di provenienza: IC "De Pisis" (Brugherio), IC "Montalcini" (Lissone), IC "S. Andrea" (Biassono), IC "Rodari" (Macherio), IC "Toti" (Lentate Sul Seveso), IC "Salvo D'Acquisto" (Muggiò), IC "Manzoni" (Vimercate), IC "Stoppani-Don Milani" (Seregno), IC "Casati" (Muggiò).

² Tra gli istituti di provenienza: Liceo "Zucchi" (Monza), Liceo "Parini" (Seregno), ITI "Fermi" (Desio), ISS "Gandhi" (Besana), IIS "Da Vinci" (Carate), IPC "Milani", Liceo Artistico "Modigliani" (Giussano).

Nello specifico il percorso, sviluppatosi nell'anno scolastico 2019-20 si è focalizzato sul raggiungimento di *obiettivi specifici*:

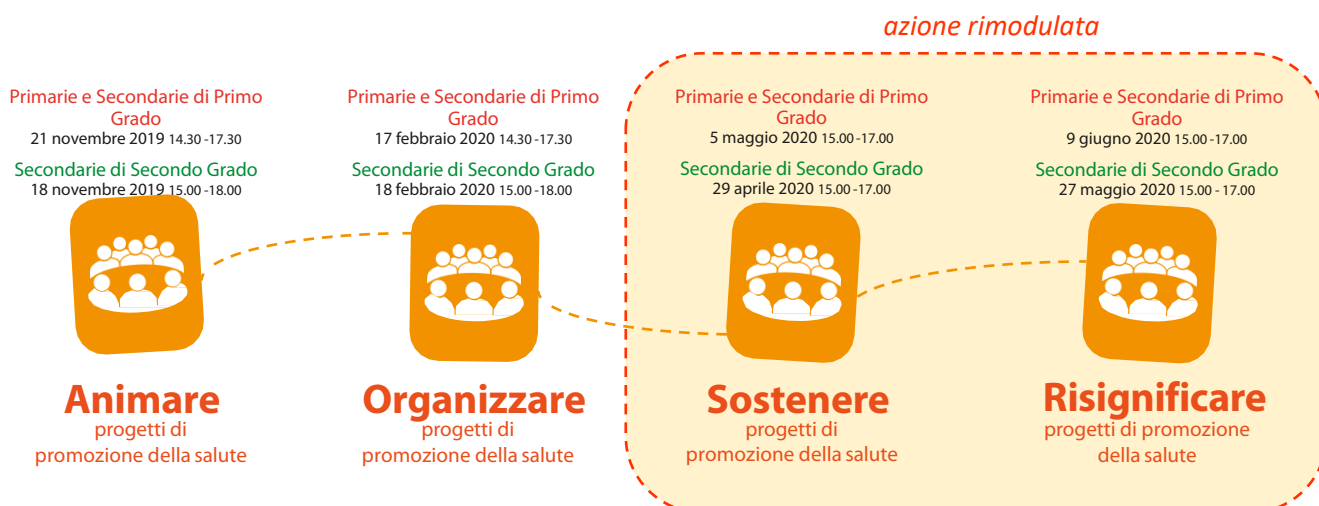


La progettazione e programmazione del percorso ha subito modifiche a causa dell'imprevista pandemia da COVID-19 e delle relative misure di contenimento, che hanno determinato un periodo di ridefinizione sia degli appuntamenti, sia delle modalità e strumenti applicati. Di seguito viene illustrato il percorso nella sua distribuzione originale e, successivamente, la riprogrammazione messa in atto tra i mesi di marzo e giugno 2020.

LE TAPPE DEL PERCORSO NELLA PRIMA FORMULAZIONE (PERIODO PRE-COVID)



LE TAPPE DEL PERCORSO NELLA RECENTE FORMULAZIONE (PERIODO COVID)

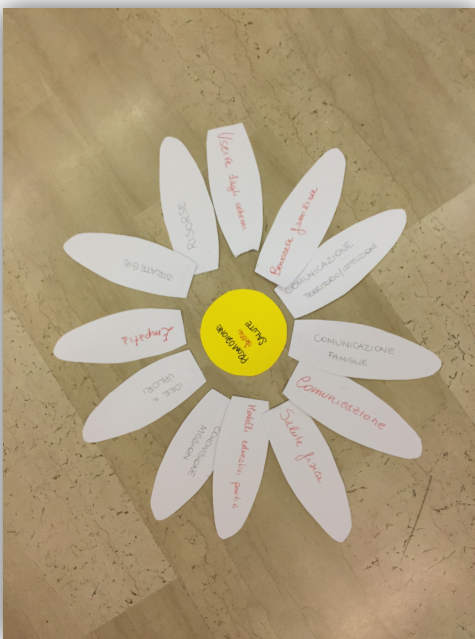


3. La struttura del percorso: strumenti e metodologie

ANIMARE PROGETTI

L'incontro introduttivo (del 21 novembre per le scuole primarie e secondarie di primo grado e del 18 novembre per le secondarie di secondo grado) ha permesso di condividere alcuni ingredienti che caratterizzano l'animazione di programmi di prevenzione in ambito scolastico, attraverso la metafora del fiore. A partire da un lavoro in gruppi i partecipanti sono stati invitati a caratterizzare i petali con gli elementi significativi dei percorsi, componendo così il fiore, secondo l'esperienza di ciascuno (di seguito le foto).

La successiva discussione in plenaria ha permesso di ascoltare le parole individuate, presentate nei rispettivi paragrafi.



Incontro Primarie e Secondarie di primo grado



Incontro Secondarie di secondo grado

ORGANIZZARE PROGETTI

Il secondo appuntamento di "Argonauti della Salute" ha avuto come obiettivo quello di **valorizzare gli impatti degli interventi di promozione della salute, individuando quali processi sono necessari alla loro organizzazione**. Questo incontro si è composto di un momento di scambio in sottogruppi e un successivo momento di confronto plenario.

Si è entrati nel vivo del tema attraverso la suddivisione in tre gruppi di lavoro con la consegna di confrontarsi a partire da un progetto di promozione alla salute realizzato nella propria scuola. L'attività ha richiesto di pensare ad un oggetto che richiamasse un programma di prevenzione e promozione della salute a scuola per poter descriverlo nelle sue peculiarità. Alcune domande hanno facilitato la discussione:

- Come sono stati attivati?

- Chi o cosa ha facilitato l'organizzazione delle attività?
- Quali le difficoltà organizzative?
- Come le avete superate?
- Che cosa avete scoperto?

Tutti e tre i gruppi, dopo aver raccontato le proprie esperienze, hanno rappresentato cosa fosse per loro un progetto di promozione e prevenzione della salute tramite una rappresentazione corporea e, qualcuno, anche con l'ausilio di frasi/immagini su fogli di carta. Un momento di condivisione, per capire quali potessero essere le facilitazioni e gli ostacoli di quei progetti sperimentati, e quali potessero essere gli errori da non commettere in un progetto futuro. Si è chiesto al corpo docenti cosa significasse per loro il momento di organizzazione di un progetto e da cosa fosse composto. Sono emersi diversi ingredienti.

EMEREGNZA COVID19 E RIORGANIZZAZIONE DEL PERCORSO

L'emergenza COVID-19, ha richiesto la necessità di ripensare alle attività programmate e alle loro finalità; in un primo momento è sembrato opportuno trovare il modo di mantenere il confronto attivato in precedenza, per dare un senso di continuità e fronteggiare insieme le difficoltà del momento. Il modo più semplice e immediato è stato quello di garantire uno spazio di condivisione attraverso **una piattaforma virtuale** finalizzata a mantenere vivo lo scambio tra referenti.

In particolare, la società Metodi, ha avviato l'utilizzo di *Padlet*, una piattaforma digitale creata per la condivisione e gestione di materiali. Nell'ambito del setting scuola sono stati attivati:

- **Rete Scuole che Promuovono Salute di Monza-Brianza e Lecco**: un luogo in cui poter condividere, oltre alle buone prassi, anche alcune riflessioni attorno al senso della Rete SPS in questo momento specifico, ai punti di forza che emergono e a come il senso di appartenenza alla rete faciliti collaborazione e scambio tra scuole anche per mantenere le attività ordinarie. Il link per accedere a questo Padlet è: <https://it.padlet.com/Metodi/tqkg4jbka57x>



- **Gruppi docenti referenti della promozione della Salute** (iscritti al percorso formativo intitolato "Argonauti della salute"). Due Padlet, rivolti rispettivamente uno ai docenti delle scuole primarie e secondarie di primo grado e uno a quelli delle secondarie di secondo grado. Anche in questo caso, l'obiettivo è quello di condividere le pratiche in atto nei diversi istituti, oltre a raccogliere impressioni e



considerazioni attorno al tema della salute in questo periodo straordinario. I link per accedere ai Padlet sono:

* per i referenti delle scuole primarie e secondarie di primo grado:

<https://it.padlet.com/Metodi/9ppl2m4w4dpv>

* per i referenti delle scuole secondarie di secondo grado:

<https://it.padlet.com/Metodi/pcm05cktp4bv>

SOSTENERE PROGETTI

Il terzo appuntamento di "Argonauti della Salute", avviato a seguito di una verifica delle effettive condizioni di realizzazione, si è tenuto in modalità online attraverso la piattaforma Meet, messa a disposizione dall'IIS "Mosè Bianchi".

In entrambi i percorsi ha avuto come obiettivi: **condividere buone pratiche, interrogarsi in merito a come rinforzare il ruolo dei referenti e su come mobilitare i fattori di protezione nel periodo di emergenza sanitaria. Non da ultimo, confrontarsi sull'uso delle nuove tecnologie.**

Gli incontri sono stati strutturati come segue:

- *Presentazione degli attori coinvolti e delle piattaforme utilizzate:* l'obiettivo è stato quello di contestualizzare l'incontro, e le relative riflessioni, all'interno del progetto Argonauti della salute. Presentare le piattaforme Meet e Padlet; quest'ultimo è stato utilizzato come supporto all'incontro permettendo la condivisione di contributi; introdurre il tema dell'equità, nello specifico in riferimento all'accesso ai dispositivi digitali.
- *Riflessioni sulla situazione attuale:* è stato proposto un primo confronto sulla partecipazione al progetto Argonauti della salute nell'attuale contingenza. In seguito, partendo da due domande stimolo, è stato dato l'avvio ad una serie di riflessioni e affondi su tematiche che vedevano coinvolti, interessandoli, tutti i partecipanti, attraverso delle domande stimolo: 1) la richiesta di pensare ad una frase, detta da alunni o genitori, per esprimere i particolari vissuti in circolo, rispetto alla situazione e 2) individuare in quali aspetti il senso di appartenenza alla comunità scolastica fosse di aiuto ai docenti e di conseguenza gli studenti.

RISIGNIFICARE PROGETTI

L'ultimo incontro di Argonauti della Salute, avvenuto anch'esso a distanza attraverso Google Meet, si è focalizzato su obiettivi analoghi in entrambi i percorsi, permettendo di far emergere quelle necessarie pratiche rituali che segnano il passaggio tra classi e anni scolastici, che si sentiva l'esigenza di risignificare, in quanto, nel contesto della pandemia e della riorganizzazione scolastica, apparivano stravolte o perdute.

Nell'ambito del percorso con le primarie e secondarie di primo grado, la riflessione si è, nello specifico, orientata a condividere, da una parte, **idee e riflessioni intorno alla conclusione**

dell'anno scolastico in previsione del riavvio a settembre e, dall'altra, **accompagnare i referenti a elaborare una sintesi del proprio anno nel compito di promozione della salute**. A partire da uno stimolo sonoro, sono stati enucleati alcuni elementi fondanti la dimensione della ritualità e condivise proposte concrete. Questo ha permesso di recuperare, grazie anche ad una timeline, le parole chiave che hanno accompagnato il percorso di Argonauti della salute.

E' stato possibile per ogni docente esprimere un proprio **bilancio** personale in merito all'esperienza come referente della promozione della salute. (La timeline è raggiungibile da questo link: <https://padlet.com/Metodi/kmz9mv4uqjgrl2mf>)

Nel percorso con le secondarie ci si è focalizzati su due obiettivi: **condividere di idee e riflessioni intorno ad un rito di conclusione dell'anno scolastico** e **elaborare una sintesi del proprio anno nel ruolo di referenti della promozione della salute**.

Anche in questo caso, a partire da uno stimolo sonoro, sono stati enucleati alcuni elementi fondanti la dimensione della ritualità e condivise proposte concrete. Parimenti al percorso per le primarie/secondarie di primo grado si è riservato un tempo per ripercorrere l'itinerario di "Argonauti". La timeline è raggiungibile al link: <https://it.padlet.com/Metodi/f0a1d95r49ddiia6>

Nei prossimi paragrafi verranno presentati i contenuti emersi da lavoro di confronto tra referenti, enucleando alcune azioni indispensabili per poter animare, organizzare, sostenere e risignificare i progetti di prevenzione e promozione della salute, anche alla luce del periodo di DAD (didattica a distanza).

4. Il percorso nelle primarie e Secondarie di Primo Grado: i contenuti emersi

AZIONI PER ANIMARE



<p>Puntare sulla condivisione</p>	<p>Spesso in ambito scolastico è faticoso poter definire intenti comuni. Diverse possono essere le attività di prevenzione, ma sarebbe necessario sostenere maggiormente la condivisione interna. Nei programmi LST, ad esempio, questa criticità viene a volta affrontata attraverso il coinvolgimento attivo degli insegnanti che, diventando loro stessi formatori, aiutano ad aumentare il livello motivazionale dei colleghi.</p>
<p>Curare la comunicazione e la relazione a diversi livelli</p>	<p>È sempre più importante curare come viene formulato e trasmesso un messaggio. Ad esempio, comunicare in maniera tranquilla, oppure semplificare i messaggi sono alcune strategie che permettono di coinvolgere i destinatari con maggior efficacia. Porsi la domanda “ho reso l’idea?” e non dare nulla per scontato è un suggerimento pratico efficace per una comunicazione chiara.</p> <p>Diverse sono le attività di promozione della salute, ma non sempre si coinvolgono le famiglie. Sarebbe importante stimolarle maggiormente, non solo in occasioni assembleari, ma coinvolgendoli in piccoli gruppi, nei quali poter avviare con loro un dialogo e un confronto più profondo. Sul territorio sono inoltre attivi diversi enti che promuovono salute, che la scuola può accogliere attraverso le loro proposte in aula. Parimenti è importante poter uscire dai propri confini (come ad esempio l’esperienza condotta nei supermercati con gli studenti), per sostenere sempre più un legame con il territorio circostante.</p>
<p>Superare i format tradizionali</p>	<p>I progetti di promozione della salute lavorano con modalità diverse. Non sempre tuttavia è facile nella scuola trovare spazi recettivi. È importante puntare sulla promozione di modelli educativi positivi, mettendosi in gioco e superando gli schemi tradizionali. Ad esempio, è di vitale importanza di una formazione che non costringa i ragazzi a stare sempre sui banchi, ma che permetta loro di potersi muovere. Puntare sulla promozione della salute fisica in questo senso è determinante per la vita degli studenti.</p> <p>“Uscire dagli schemi” rappresenta così uno slogan essenziale, puntando a promuovere anche una formazione maggiormente attiva, che stimoli a “fare esperienze” e ad elaborarle per consolidare gli apprendimenti e ricondurli alla vita quotidiana.</p>
<p>Avviare programmi innovativi</p>	<p>È importante trovare delle modalità meno connotate di intervento per le situazioni in cui si rilevano già dei disagi, non solo lo sportello ascolto, ma altri tipi di intervento. Ad esempio il <i>Mentoring</i> (programma che si occupano di individuare adulti di riferimento che siano modelli positivi e supportivi per bambini o adolescenti che ne sono deficitari)</p>

<p>Curare il benessere familiare</p>	<p>Dalle esperienze condotte emerge come il benessere familiare eserciti un impatto significativo sulla salute. L'aiuto svolto dai servizi, ma anche dallo sportello psicologico in ambito scolastico è una risorsa importante per i genitori, ma anche per gli insegnanti che ne fruiscono.</p>
<p>Promuovere empatia</p>	<p>Potersi mettere nei panni dell'altro è un metodo efficace per sperimentare un'esperienza a volte inedita, anche se a volte è molto faticoso a decentrarsi da sé, subissati dai numerosi stimoli.</p> <p>Alcune strategie possono favorire un clima adatto, ad esempio accompagnando le attività con la musica, oppure sedendosi in cerchio e invitando i ragazzi a condividere qualcosa di loro, così da conoscersi meglio.</p>
<p>Riconoscere i limiti</p>	<p>La promozione della salute è finalizzata a contrastare i rischi generati da un sistema socio-culturale in cui tutti siamo immersi. È importante averne consapevolezza per ridurre il senso di frustrazione e sostenere i cambiamenti possibili.</p>

AZIONI PER ORGANIZZARE



<p>Condividere le tempistiche</p>	<p>Le occasioni di confronto delle proprie esperienze diventano momenti essenziali per poter avere più elementi possibili per sviluppare un progetto chiaro e completo. La possibilità di decidere insieme le fasi dell'intervento è una strategia importante per poter condurre un intervento, sia nella fase ideativa, sia durante la sua esecuzione. Ad esempio, è importante organizzare le date degli incontri e prefissare degli obiettivi da raggiungere entro tempistiche stabilite.</p>
--	---

Suddividere compiti e funzioni	La collaborazione si nutre anche della possibilità di distribuire responsabilità e mansioni operative . È inoltre importante che funzioni e ruoli da assumere nel progetto siano chiari a tutti quanti e che siano stabiliti sin dal principio e rispettate in corso d'opera, affinché non si sviluppino incomprensioni o determinate mancanze.
Coinvolgere le famiglie	Tra i diversi protagonisti che aiutano ad organizzare in maniera efficace un progetto, le famiglie rappresentano degli attori importanti, il cui coinvolgimento può aiutare sia la genesi di interventi, sia il loro adattamento. Ad esempio, potrebbero essere consultate per conoscere la loro idea su un progetto adeguato per i propri figli , oppure chiedere direttamente al nucleo familiare di indicare quali potrebbero essere le loro aree di interesse per implementare progetti di promozione e prevenzione della salute.
Programmare un monitoraggio	Oltre alla realizzazione sul campo, un progetto si nutre dell'opportunità di essere accompagnato con momenti di riflessione e pensiero attorno alle attività che si stanno svolgendo, alle possibili impasse, ai risultati che si stanno raccogliendo e alle possibili proposte migliorative o emergenti . Questo significa dotarsi di strumenti e momenti specifici in cui poter monitorare e valutare la propria azione, al fine di renderla sempre più rispondente alle sfide nascenti e alle esigenze maturate.
Valorizzare conoscenze ed esperienze pregresse	Un'organizzazione diventa ancor più efficace quando beneficia della ricchezza di apprendimenti pregressi , in cui colleghi hanno sperimentato iniziative e fatto tesoro di limiti, opportunità e risultati inattesi. Poter disporre di questo patrimonio diventa una risorsa sia per coloro che operano (o opereranno) nel medesimo istituto, sia per altri docenti che stanno svolgendo attività analoghe.



<p>Considerare la relazione come fattore protettivo</p>	<p>Un aspetto che caratterizza il periodo di emergenza riguarda la perdita del contatto umano. Più docenti hanno infatti riportato di percepire, da parte degli studenti, un bisogno di relazione. Bisogno espresso da domande apparentemente banali, come il “Come sta?”, che in questa situazione racchiudono però un sincero interessamento, una reale voglia di sapere come si sente l’altra persona. Alcuni docenti hanno rintracciato nel bisogno, da parte di alcuni studenti, di esternare i loro pensieri e sentimenti, un modo di percepire la vicinanza, di mantenere un contatto.</p> <p>L’importanza della relazione è emersa anche nei continui confronti con i colleghi e nei rapporti instaurati con i genitori, che, in questa circostanza, risultano più coinvolti nella vita scolastica dei loro figli. È soprattutto grazie alla scuola che i bambini hanno occasione di problematizzare e ragionare sulla crisi. La relazione, quindi, in questo periodo di incertezza, turbamento e lutto, diventa il principale strumento di protezione per fronteggiare l’incerto ed il timore per la salute propria e collettiva.</p>
<p>Bilanciare i fattori di difficoltà e fatica</p>	<p>Diverse sono le problematiche riportate. Tra queste le difficoltà nel proseguire gli interventi sulle Life Skills, a causa della problematicità nel conciliarli con la riduzione delle ore di lezione e l’impossibilità di mantenere la riservatezza richiesta.</p> <p>Altra problematica riscontrata riguarda la partecipazione alle lezioni. Accade spesso che non si riescano a vedere tutti gli studenti e, venendo</p>

meno il “non verbale”, risulta difficile capire quanto questi stiano imparando e seguendo. Un’ulteriore criticità riguarda quei **ragazzi più fragili**, che in presenza richiederebbero il supporto di un’insegnante di sostegno, ma che ora risultano abbandonati, con il rischio di perderli. Non vanno inoltre dimenticate le problematiche più tecniche come la **mancanza di dispositivi elettronici** o di **connessione** disponibile per tutti gli studenti, che riporta al tema dell’equità e della necessità di garantire a tutti l’accesso alle risorse.

Coinvolgere la comunità scolastica

Emergono fondamentali fattori di protezione in termini di comunità: la volontà della gran parte del corpo docente di fare un **lavoro di squadra, di collaborare, di confrontarsi** circa le problematiche che si incontrano. È stata infatti sottolineata l’importanza che riveste il tempo nel capire ciò che fa problema, e della comunicazione tra docenti per fronteggiare e risolvere le diverse situazioni. È emerso inoltre il rafforzamento **dell’alleanza educativa con i genitori**, soprattutto di alunni fragili. Spicca, però, anche un sentimento di abbandono da parte dei docenti, determinato dalla **presenza ridotta**, in alcuni casi dall’assenza, di **colleghi** o di **incontri di confronto** tra docenti promossi dal dirigente scolastico.

AZIONI PER RISIGNIFICARE

La riflessione è stata accompagnata dalla richiesta di *scegliere un titolo* che rappresentasse l’anno scolastico vissuto. Ecco alcuni esempi:

I “MAI PIÙ SENZA”

“Le certezze sono le relazioni. Le relazioni con gli alunni, difficili da mantenere, ma vitali. I genitori che mi hanno ringraziato. La relazione con i colleghi che è stata una certezza ed un punto di forza, per te il filo è stato fondamentale il pezzettino di ogni”

LA CRESCITA

“Periodo molto faticoso perché sperava di chiudere diversamente la quinta. Riporto una frase: “mi spiace non poter lanciare il cappello in aria.” Qualcuno piangeva, si sentiva la distanza...Sono emerse difficoltà anche organizzative che hanno comportato fatica soprattutto perché il personale continua a cambiare. Bambini e maestre sono cresciuti con questi strumenti alieni”

MAI PIÙ

“Sono rimasta colpita dal pezzo sonoro ascoltato relativo all'appello. L'empatia è il prerequisito fondamentale per relazioni efficaci. In questo periodo è mancata...I ragazzi ricorderanno di più la rottura dell'uovo di Pasqua che le videolezioni. Commozione per le terze medie...”

UN ANNO SCOLASTICO IN SOSPESO

“La relazione è stata molto difficile: mette in discussione la naturalezza del contesto educativo. Gli alunni sono stati capaci di adattarsi. L'aspetto della relazione è stato difficile. Molte cose sono state macchinose (ad esempio chiamare singolarmente gli alunni per farli parlare). Un anno scolastico "in sospeso", come se fossimo "scappati di casa e tutto è rimasto lì com'è”.

FATICOSAMENTE

“Sono rimasta colpita dall'espressione *“esisterai ai miei occhi”*. Ho vissuto la fatica di far capire ai ragazzi “ci sei, ti vedo, ti colgo, percepisco come stai...” difficile mantenere i legami. Aprivo le lezioni con un flash mob, uno spazio accogliente. Ho lavorato usando ad esempio la classe capovolta e ho chiuso con una cerimonia di passaggio. Abbiamo chiuso l'anno costruendo dei cappellini e facendo una cerimonia di passaggio. Ci siamo accordati per rivederci”

UN ANNO DIVERSO

“Molto, molto impegnativo, ma anche con soddisfazioni perché si sono mantenuti i rapporti. È mancato un approccio metacognitivo, diventato più nozionistico. Molta stanchezza soprattutto alla fine con l'uso di questi strumenti (anche per le difficoltà tecniche di connessione). I ragazzi con BES e la fascia più debole è rimasta più penalizzata. Alcuni studenti hanno tuttavia migliorato nell'organizzazione e nell'autonomia. Anche chi aveva difficoltà relazionali ne ha giovato”

UN ANNO SCOLASTICO RICCO DI NOVITÀ

“Per quanto riguarda la DAD come docente di educazione fisica è stata stravolta la disciplina e sono stati penalizzati diversi ragazzi... Il confronto tra colleghi è stato fondamentale. Si è sentita la mancanza di relazione.”

UN ANNO VIRTUALE

“Il lockdown ha interrotto le relazioni, la socialità. Ho cercato come referente di tenere vive le relazioni. La privazione della socialità ci ha permesso di accorgerci dell'importanza di recuperare il proprio corpo e ci ha fatto percepire ancora di più la mancanza dello stare insieme e del muoversi. Le relazioni virtuali non soddisfano neanche i ragazzi cresciuti con le nuove tecnologie, perché manca la rete di legami, di affetti, di sentimenti... Il movimento è connesso all'autoconsapevolezza e all'immagine del Sé e alla gestione dello stress. Quando giocano i ragazzi sono inclusivi, mettono in moto una comunicazione empatica. (no banalmente educazione fisica, ma come insegnano le neuroscienze gioco per sviluppare competenze cognitive). Attraverso il gioco si apprendono le regole. Il virtuale non riempie la loro giornata. I ragazzi con BES o con disprassia sono stati più penalizzati.

Nella seconda parte dell'incontro i partecipanti sono stati invitati a condividere prospettive e desideri per il prossimo periodo come referenti della salute. Uno fra tutti quello di tornare in presenza, tra i banchi, per poter affrontare il tema della promozione della salute con molti elementi che, seppur vissuti anche in questo periodo, sono stati spesso parziali o faticosi.

<p>Ritualizzare</p>	<p>Emerge come in questi mesi sia stato importante per gli alunni vivere proposte simboliche, come la celebrazione di momenti significativi (nelle esperienze riportate ad esempio l'apertura delle uova). Il rito è l'occasione per dare spazio anche a momenti spensierati, che mettano in moto anche la corporeità.</p>
<p>Coltivare la collaborazione tra colleghi</p>	<p>L'organizzazione scolastica e le sue proposte (come ad esempio i momenti rituali sopracitati) diventano ancor più efficaci se condivisi nell'ambito di una cultura scolastica, che coinvolge i diversi colleghi distribuendo in questo modo la responsabilità e l'impegno. La collaborazione diventa inoltre importante per sentire meno la fatica.</p>
<p>Rivitalizzare i programmi</p>	<p>La proposta delle Life Skill funziona in modo più adeguato se curata, garantendo spazi di riservatezza e tempistiche adeguate. Questi mesi di DAD hanno dimostrato quanto siano più efficaci se attuate con un gruppo in presenza, in quanto facenti leva su alcune componenti difficilmente replicabili a distanza. In questo senso potrebbe essere utile un accompagnamento ai docenti, che possa mettere in evidenza le linee comuni. Esiste già un modello che prevede vari livelli che si possono raggiungere con gradualità. È importante la condivisione rispettando su utilizzo e implementazione.</p>
<p>Porre i bambini al centro</p>	<p>La promozione delle competenze parte dall'accoglienza dell'altro come "persona a tutto tondo". Anche i ragazzi devono percepire questo tipo di attenzione a sé stessi "prima ancora che come studenti", mettendo così in luce l'importanza della relazione e della loro vita.</p>

In sintesi: alcune riflessioni conclusive al termine dell'incontro

" Virtuale non è virtuoso ": nell'esperienza di questi mesi il mondo digitale ci ha allontanato fisicamente, rendendo più faticoso il raggiungimento di obiettivi connessi al tema della salute. Tra questi quello della promozione relazionale. Sovente il sentimento di solitudine ha fatto da padrone nella proposta di iniziative, rese possibili grazie alla volontà dei singoli docenti. Per

rendere virtuoso questo ambiente occorre aggiungere alcuni ingredienti (ad esempio le proposte rituali), rimettendo al centro molti aspetti della vita umana.

Difficile inoltre rendere evidenti molti processi attraverso gli strumenti digitali. Esiste infatti un "mondo invisibile" che custodisce molti atteggiamenti. La scuola (considerata non come struttura, ma come ambiente di vita) può diventare "casa", attraverso la cura **dell'affettività, dell'appartenenza e della familiarità**: ingredienti imprescindibili per tornare all'essenza umana. È necessario sconfinare, trovare alternative per superare gli spazi fisici, considerare il territorio, trovare alleati, creare nuove collaborazioni.

5. Il percorso nelle Secondarie di Secondo Grado: i contenuti emersi

AZIONI PER ANIMARE



Puntare sulla conoscenza degli studenti e sulla promozione di consapevolezza

Conoscere i ragazzi è sempre più difficile. A volte si ha l'impressione che dentro loro "ci siano miliardi di cose". Eppure, nelle pratiche messe in atto ci si rende conto quanto **conoscere se stessi sia di grande aiuto per riconoscere successivamente gli altri**.

I ragazzi fanno spesso fatica ad identificare i propri punti di forza. L'esperienza ci insegna tuttavia l'importanza di trovare e dedicare un tempo specifico in cui poter dare loro valore. Quando non si ha l'opportunità di allestire uno spazio ad hoc, le materie curriculari possono essere un valido strumento per conoscerli meglio. Il tempo che si dispone durante la didattica può essere un medium efficace per scoprire sé stessi.

<p>Sostenere le passioni</p>	<p>L'esperienza ci suggerisce l'importanza di fornire gli strumenti per realizzare le proprie passioni. Fornirli, ma anche far sì che gli studenti si appassionino. Come? Attraverso attivazioni che permettendo di attivare altre corde, ad esempio le emozioni. Trovare forme diverse per presentare le esperienze, farle emergere, dare loro valore, chiedendo poi agli studenti "che ricadute hanno nella mia vita?"</p>
<p>Promuovere empatia</p>	<p>Ciascuno può portare ciò che vuole. Ognuno ha una ricaduta sull'altro (ad esempio in "Unplugged". Attraverso l'ascolto, l'empatia e il rispetto che si realizza mettendosi nei panni dell'altro. A volte noi possiamo essere esempio, oppure portare come esempio i compagni. Va coltivata quindi nel rapporto con l'altro, sviluppando la capacità di coglierla. Alcune domande possono essere d'aiuto. Ad esempio: che ricadute hanno nella mia vita? Trovare forme diverse per presentare le esperienze.</p>
<p>Curare la collaborazione con i colleghi</p>	<p>I colleghi sono protagonisti importanti nella promozione della salute e del benessere scolastico. La condivisione degli obiettivi è pertanto un passaggio imprescindibile che aiuta ad allineare le azioni e gli intenti. L'attenzione reciproca è un fattore altrettanto importante: accogliere i diversi bisogni, ascoltarli, averne cura. Questo permette anche di andare oltre il forte vissuto di solitudine che accompagna spesso il ruolo dei referenti.</p>
<p>Curare la collaborazione con diverse professionalità</p>	<p>All'interno della scuola operano altre figure professionali (es. psicologo, educatore...) che possono essere risorse a cui accedere per un confronto rispetto alla relazione con gli alunni e alle tematiche di promozione della salute più in generale. Anche gli attori del privato sociale possono essere coinvolti per offrire percorsi specifici e integrare il lavoro dei docenti.</p>

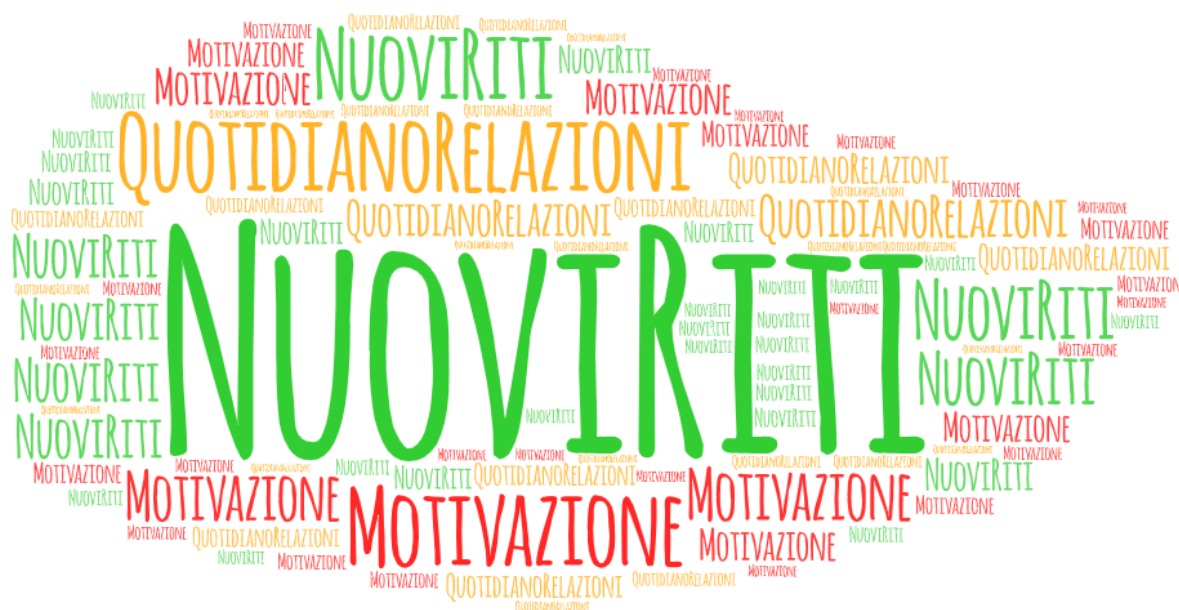
permetta di far emergere e riconoscere il loro lato umano e permettendo così una **personalizzazione** della relazione docente/alunno.

Allestire spazi informali

È stato portato il bisogno da parte degli insegnanti di poter avere un momento di scambio tra colleghi in un clima “rilassato”, uno spazio in cui poter interagire e instaurare delle **relazioni informali** con i colleghi che possano produrre benessere e creare coesione.

È stato fatto l'esempio di un gruppo WhatsApp intitolato “Svago”, in cui i docenti condividono contenuti non necessariamente inerenti alla didattica e si accordano tra loro per uscite in gruppo.

AZIONI PER SOSTENERE



Prendersi cura di sé

Dal giro iniziale di presentazione, è emerso che la grande maggioranza degli oggetti erano oggetti che permettevano il mantenimento di una situazione di benessere: strumenti musicali o legati ad altre arti, attrezzi per mantenersi in forma, libri, ecc...

Questo ci riporta all'importanza di prendersi cura di sé, come docenti ed esseri umani, per poter poi prestare attenzione ai bisogni degli alunni.

Dare ascolto ai bisogni

In questo periodo, molti docenti hanno notato l'emersione di alcuni bisogni manifestati dagli alunni in maniera più o meno consapevole:

- **Mantenimento del ritmo sonno – veglia:** Molti alunni si presentano a lezione stanchissimi perché si addormentano nelle prime ore del mattino.
- **Maggiore stanchezza data dalle lezioni online:** Le lezioni online richiedono una maggior concentrazione di quelle in presenza, alcune scuole si sono quindi attrezzate per accorciare i tempi delle lezioni a 30 o 45 minuti ciascuna.
- **Motivazione:** Sia per quanto riguarda lo studio che la cura di sé, è difficile per i ragazzi mantenere un livello di motivazione tale da attivarli per prendersi in carico. Un'esperienza proficua in questo senso è stata quella di proporre ai ragazzi un diario della propria attività fisica da condividere con il resto della classe, puntando quindi al sostegno reciproco per mantenere alta la motivazione ad impegnarsi per il proprio benessere corporeo.
- **Gestire la noia:** Connesso al punto precedente troviamo il tema della noia, che riempie le giornate dei ragazzi e di come stimolarli ad attivarsi in attività che favoriscano il loro benessere;
- **Gestire l'ansia:** Attribuibile a motivazioni differenti (paura del contagio o fatica a rispettare le regole, convivenza forzata con tutta la famiglia...), l'ansia è una sensazione che in questo periodo sta mettendo alla prova molti degli alunni. I docenti referenti del progetto Unplugged hanno lavorato molto su questo punto utilizzando le unità specifiche del percorso.

Scoprire l'invisibile

Con la DaD, alcuni docenti hanno notato cambiamenti anche molto importanti nel livello di partecipazione degli studenti: in molti casi, la DaD ha permesso di **“rendere visibili gli invisibili”**. Complice la mediazione dello schermo, infatti, alcuni dei ragazzi che solitamente faticano ad intervenire, o anche solo ad essere presenti in aula, si sono connessi con costanza alle lezioni e sono riusciti ad intervenire mostrando una sensibilità ed un livello di coinvolgimento molto più intenso che nelle lezioni in presenza. Al contrario, alunni che avevano magari una media molto alta ed erano solitamente brillanti hanno avuto un calo di rendimento e una disponibilità alla partecipazione inferiore che in precedenza. Questa constatazione ha permesso una riflessione sulle **differenti modalità di partecipazione e di apprendimento** di ciascuno e di quanto può essere prezioso un approccio che utilizzi strumenti diversi per poter mettere ciascun alunno nella condizione di utilizzare al meglio le proprie risorse.

Introdurre elementi di familiarità

Questo concetto racchiude due differenti aspetti messi in luce dai partecipanti all'incontro: da un lato, infatti, è stata rilevato e condiviso come le interrogazioni a piccoli gruppi abbiano permesso un **cambiamento della relazione docente – alunno** con uno spostamento del focus dal giudizio alla creazione di un sapere condiviso e, di conseguenza, ad una relazione più personale. Dall'altro lato, le "intromissioni" della **vita domestica** di docenti e alunni nelle lezioni online (gatti che prendono possesso della tastiera, mamme che passano l'aspirapolvere, fratellini che richiedono attenzione...), se colte e inserite nel dialogo con la classe sono diventate l'occasione per rendere maggiormente **familiare** la relazione con ogni singolo alunno.

Utilizzare la DaD, infatti, significa **condividere la propria casa** con il resto della classe, correndo il rischio di mostrare anche aspetti della quotidianità che si vorrebbero tenere nascosti, sia per i docenti che per i ragazzi: per questo motivo, è un aspetto da maneggiare con cura e da tenere a mente quando ci si connette per le lezioni.

Alimentare forme di ritualità

Diversi docenti hanno notato come molti **elementi rituali** presenti nella quotidianità della vita scolastica siano saltati (ingresso in aula, cambio dell'ora, intervallo... fino ad arrivare all'esame di maturità), generando una maggior difficoltà a **dare senso al tempo scolastico**.

La ritualità consente infatti di dare **contenimento all'ansia** perché aiuta a prevedere ciò che succederà, oltre a generare maggior **senso di appartenenza** al gruppo classe.

Molti hanno curato in maniera più specifica rispetto alle lezioni in presenza i momenti di **inizio e fine delle lezioni** (sempre sul Padlet è possibile trovare diversi esempi di attività), coinvolgendo maggiormente gli alunni nel portare contenuti personali.

Ci si è poi concentrati sulla conclusione dell'anno scolastico, che, in assenza di un appuntamento rituale condiviso, rischia di rimanere sospesa: anche per questo importante momento, sono state portate diverse idee (AperiZoom, festa della scuola online, video fotografici dell'anno scolastico...).

I riti rassicurano perché restituiscono familiarità, ma allo stesso tempo trasformano, aprono alla sorpresa, all'esperienza dell'inaspettato.

Coinvolgere i ragazzi nella costruzione di un rito di conclusione è uno strumento importante per aumentare il loro ingaggio nell'esperienza, per valorizzare la loro competenza tecnologica e la loro creatività, ma anche per permettere loro di risignificare questo periodo di crisi.

AZIONI PER RISIGNIFICARE

Nella prima parte dell'incontro è stata presente anche Katuscia Cacioppo, pedagoga della coop. Spazio Giovani che si occupa della **Peer Education**, per condividere con i presenti l'idea di rito conclusivo elaborata con i peer educator nell'ottica di poter creare una connessione tra la chiusura d'anno organizzata dai peer, coordinati in una rete che accoglie diversi istituti scolastici, e ciò che ciascun docente vorrà proporre all'interno della propria classe

RITUALITÀ : DARE SENSO AL TEMPO, 27 MAGGIO 2020



Nella seconda parte, invece, è stato ripercorso grazie ad una timeline (v. introdurre) le parole chiave che hanno accompagnato il percorso di Argonauti della salute e da queste siamo partiti per un **bilancio** personale di ciascun docente in merito alla propria esperienza come referenti della promozione della salute. Di seguito le considerazioni emerse che hanno ridato significato e valore all'esperienza di promozione della salute in questo periodo.

Mettere al centro la relazione

Da più docenti è emerso come, attraverso la DAD, è stato possibile sperimentare in misura ancora maggiore l'importanza della **cura della relazione** con i propri studenti. L'utilizzo di piattaforme online, infatti, da un lato ha permesso di **personalizzare** maggiormente la relazione con i ragazzi grazie alla possibilità di uno scambio di mail o a momenti di connessione individuale o in piccoli gruppi, dall'altro ha permesso di avvertire in modo più urgente i **bisogni relazionali** degli alunni. Per questo, anche momenti più formali come l'appello sono diventati importanti in quanto occasione per sentire la voce di ogni singolo studente e per poter chiedere a ciascuno come si sentisse quel giorno. L'assenza di corpi che condividono uno spazio ha richiesto una maggiore presenza di cura e attenzione: motore di questa dinamica è stata la

	nostalgia per l'incontro in aula, con tutta la ricchezza di sguardi e sfumature non verbali che offre.
Valorizzare azioni simboliche	<p>Da tutti i presenti è stata condivisa la necessità di segnare la conclusione dell'anno scolastico con un atto simbolico e sono state portate diverse proposte concrete, che trovate specificate nel file allegato e che hanno generato scambi e commistioni di idee tra docenti.</p> <p>In generale, sottese a tutte le proposte si possono trovare alcuni elementi come la volontà di manifestare l'appartenenza ad un gruppo, la necessità di concretizzarla con un'azione simbolica, la volontà di celebrare un momento importante, reso ancora più indimenticabile dall'eccezionalità delle condizioni in cui ci si trova a viverlo. Altro elemento importante della ritualità è il suo essere visibile: questo può essere anche un punto di partenza per condividere con i colleghi meno coinvolti nella promozione della salute l'importanza della cura della relazione come elemento fondamentale del benessere scolastico.</p>
Sostenere la condivisione e lo scambio	<p>A conclusione del percorso, ci si è permessi una riflessione sull'importanza della condivisione e dell'affidamento all'intelligenza collettiva come prassi di lavoro. Ciascuno di noi, nel proprio ruolo, è già parte di una comunità: il consiglio di classe, il collegio docenti, la rete di docenti referenti per la promozione della salute, per la peer education, per la prevenzione, ecc... sono realtà che possono ricevere un fortissimo nutrimento dallo scambio di pratiche, vissuti, nuove acquisizioni e riflessioni, oltre che offrire sostegno emotivo quando la complessità dei temi da affrontare e gli ostacoli burocratici sembrano sminuire la motivazione.</p>
Amalgamare con la leggerezza	<p>Durante tutto l'incontro, oltre che nel percorso complessivo, si è respirato un piacevole clima di leggerezza che ci fa piacere sottolineare.</p> <p>La leggerezza è, infatti, una chiave per avvicinarsi all'altro, annullando il timore del giudizio ed esponendo quel tanto di sé che basta a sorridere insieme delle proprie fragilità o delle fatiche che attraversano la quotidianità. Si nutre delle nostre passioni e della creatività che mettiamo a disposizione del contesto in cui agiamo ed è uno strumento utile con gli adolescenti, profondamente immersi nell'incertezza del divenire adulti, ma anche tra colleghi, per alleggerire tensioni e creare un'atmosfera serena di confronto.</p>

6. “Chiudere per riaprire”: dare voce agli Argonauti

A conclusione del percorso saranno realizzati dei video che racconteranno l'esperienza di quest'anno: una **testimonianza del percorso**, ma anche uno **strumento da condividere** con i colleghi per confrontarsi sul tema della promozione della salute.

I video riprenderanno parte delle parole condivise durante il percorso, introducendo materiali realizzati dai docenti stessi.



APPENDICE. UNO SCHEMA DI SINTESI DEI DUE PERCORSI: LE AZIONI PER PROMUOVERE SALUTE

	ANIMARE	ORGANIZZARE	SOSTENERE	RISIGNIFICARE
Scuole primarie e secondarie di primo grado	<p>Puntare sulla condivisione</p> <p>Curare la comunicazione e la relazione a diversi livelli</p> <p>Superare i format tradizionali</p> <p>Avviare programmi innovativi</p> <p>Curare il benessere familiare</p> <p>Promuovere empatia</p> <p>Riconoscere i limiti</p>	<p>Condividere le tempistiche</p> <p>Coinvolgere le famiglie</p> <p>Programmare un monitoraggio</p> <p>Valorizzare conoscenze ed esperienze pregresse</p>	<p>Considerare la relazione come fattore protettivo</p> <p>Bilanciare i fattori di fatica e difficoltà</p> <p>Coinvolgere la comunità scolastica</p>	<p>Ritualizzare</p> <p>Coltivare la collaborazione tra colleghi</p> <p>Rivitalizzare i programmi</p> <p>Porre i bambini al centro</p>
Scuole secondarie di secondo grado	<p>Puntare sulla conoscenza degli studenti e sulla promozione di consapevolezza</p> <p>Sostenere le passioni</p> <p>Promuovere empatia</p> <p>Curare la collaborazione con i colleghi</p> <p>Curare la collaborazione con diverse professionalità</p>	<p>Attivare una rete di sostegno</p> <p>Elaborare una visione condivisa</p> <p>Allestire spazi informali</p>	<p>Prendersi cura di sé</p> <p>Dare ascolto ai bisogni</p> <p>Scoprire l'invisibile</p> <p>Introdurre elementi di familiarità</p> <p>Alimentare forme di ritualità</p>	<p>Mettere al centro la relazione</p> <p>Valorizzare azioni simboliche</p> <p>Sostenere la condivisione e lo scambio</p> <p>Amalgamare con la leggerezza</p>