

LAVORARE CON GLI ADOLESCENTI



a cura della dott.ssa Sonia Ferrarotti
psicologa e psicoterapeuta

PREMESSA

Il progetto si colloca nel campo della prevenzione del disagio giovanile e dell'attività di sostegno dei ragazzi nella delicata fase dell'adolescenza.

L'adolescenza è definita anche come fase della separazione/individuazione, ovvero quella fase nella quale il ragazzo si distacca gradualmente dalle figure genitoriali per costruire la propria identità adulta. La scuola può diventare un valido sostegno proprio in questa delicata fase di ricerca della propria identità. Negli interventi in classe è importante creare occasioni in grado di sviluppare nei ragazzi momenti di consapevolezza e autostima rispetto alla loro identità, favorendo l'espressione a scopo orientativo di interessi, di punti di vista, di propensioni e di bisogni di apprendimento personali. Il gruppo-classe può diventare una valida risorsa per sviluppare la cooperazione, lo scambio e l'autoefficacia relazionale dell'adolescente.

OBIETTIVI

L'obiettivo di questi incontri è creare uno spunto di riflessione sulle modalità comunicative con l'adolescente, punto cardine dell'intervento educativo. Un intervento mirato ad attivare nuovi canali comunicativi con l'adolescente rende possibile:

- favorire la scoperta di sé stessi, accrescendo atteggiamenti di autostima e fiducia;
- migliorare la capacità comunicativa attraverso lo sviluppo e la conoscenza di diversi stili d'espressione;
- migliorare la conoscenza di sé e del proprio modo di relazionarsi;
- acquisire consapevolezza delle proprie emozioni;
- migliorare la qualità della comunicazione interpersonale;
- comprendere il valore dell'altro come persona nella sua diversità;
- accrescere la capacità di relazione e cooperazione nel gruppo;
- aumentare le competenze dei docenti sulle dinamiche di comunicazione del gruppo, per sviluppare la capacità di risolvere eventuali difficoltà.

CONTENUTI E PROGRAMMA DEGLI INCONTRI

Sono previsti **sei incontri di aggiornamento**, teorico-pratici della durata di **due ore** ciascuno (o **quattro incontri di tre ore**, a seconda delle esigenze degli insegnanti) per un totale di **12 ORE**. Ad ogni incontro, oltre il tempo di esposizione teorica degli argomenti, il gruppo di insegnanti sarà stimolato all'apprendimento attivo attraverso una serie di esercitazioni pratiche.

- **1° incontro: L'ADOLESCENZA: UN'ETÀ RICCA E DIFFICILE**
 - L'adolescenza e il processo di separazione/individuazione verso l'età adulta.
 - L'adolescenza e i suoi "sistemi" (famiglia, scuola, coetanei).
 - ESERCITAZIONE: *L'adolescente a scuola*
- **2° incontro: L'ADOLESCENZA E I SUOI LINGUAGGI**
 - Aspetti psicologici e relazionali dell'adolescente.
 - I linguaggi dell'adolescenza: parole e simboli
 - ESERCITAZIONE: *I "linguaggi" dell'adolescente*
- **3° incontro: "LA COMUNICAZIONE" CON L'ADOLESCENTE**
 - Riflessione sulle proprie modalità comunicative
 - Come sviluppare nuovi canali comunicativi
 - ESERCITAZIONE: *I diversi canali comunicativi*
- **4° incontro: LA COMUNICAZIONE EFFICACE E L'ASCOLTO ATTIVO**
 - Condizioni per una comunicazione chiara ed efficace
 - La capacità di ascolto: *l'ascolto attivo* e lo *stile assertivo*
 - ESERCITAZIONE: *Le tecniche assertive e il feed-back*
- **5° incontro: COMUNICAZIONE NON VERBALE ED EMOZIONI**
 - Tecniche di osservazione e lettura della comunicazione non verbale
 - Le componenti delle emozioni: come leggere e comprendere le emozioni
 - ESERCITAZIONE: *Riconoscere ed utilizzare le emozioni*
- **6° incontro: MODELLI DI RISOLUZIONE DEI CONFLITTI**
 - Il conflitto: cos'è e come insorge.
 - La competizione e la cooperazione
 - ESERCITAZIONE: *Il "Problem Solving"*.

TEMPI, LUOGHI E PARTECIPANTI

Il corso è rivolto a gruppi di insegnanti, in numero non superiore a venti, e si articola in **incontri** teorico-pratici per un totale di **12 ore**. I seminari potranno essere tenuti in un'aula dell'edificio scolastico, purché ci sia la possibilità, all'occorrenza, di liberare lo spazio per lavorare sul movimento. Gli orari saranno definiti in base alle esigenze ed alle disponibilità della scuola.

MATERIALE

Si richiede la possibilità di utilizzare un videoproiettore per slide.

DOCENTI

Il corso è condotto dalla *dr.ssa* Sonia Ferrarotti, psicologa e psicoterapeuta, esperta di comunicazione, dinamiche e lavoro di gruppo, regista e operatrice teatrale.