



UN MANUALE PIENO DI SEMI PER A
APPROCCIO CREATIVO ALLA
RESILIENZA E AL CORAGGIO
IN EDUCAZIONE.



AMMATTIKORKEAKOULU
University of Applied Sciences



Co-funded by
the European Union



Hummus
Meerstemmigheid mogelijk maken

TABLE OF CONTENT

PARTE 1: ETICA

PERCHÉ ABBIAMO SCRITTO QUESTO MANUALE?.....	2
I NOSTRI OBIETTIVI.....	4
CHI SIAMO NOI?.....	5

PARTE 2: FACILITAZIONE

COME FACILITARE GLI STRUMENTI?.....	8
COME UTILIZZARE GLI STRUMENTI?.....	17

PARTE 3: KIT DI STRUMENTI

ATTREZZO 1: LE NOSTRE TRIBÙ - ESPORARE L'APPARTENENZA.....	19
ATTREZZO 2: NAVIGARE NEL FUOCO - ESPORARE LA POLARIZZAZIONE.....	25
ATTREZZO 3: RACCONTAMI LA TUA STORIA - ESPORARE LE PROSPETTIVE.....	31
ATTREZZO 4: È TUTTA UNA QUESTIONE DI POTERE! - ESPORARE LE DINAMICHE DI POTERE.....	35

PARTE 4: RISORSE

VOCABOLARIO.....	42
UNA BIBLIOTECA VISIVA.....	44
SENSIBILITÀ CULTURALE.....	45
IL POTERE DELLA FOTOGRAFIA.....	46
DEMOCRAZIA PROFONDA IN 10 PUNTI ELENCO.....	48
ULTERIORI LETTURE.....	50
RINGRAZIAMENTI.....	52

PARTE 1: ETICA



PERCHÉ ABBIAMO SCRIVTO QUESTO MANUALE?

A volte diciamo: “L’istruzione è una giungla”. Come una giungla, che è un ecosistema ricco e diversificato in cui piante, animali e esseri umani coesistono, anche l’istruzione dovrebbe crescere, cambiare e rinnovarsi. Tuttavia, proprio come le nostre giungle minacciate oggi, il sistema educativo deve affrontare sfide. Invece di crescere insieme, ora vediamo il sistema a rischio.

Nel campo dell’istruzione, assistiamo a problemi quali tassi di abbandono, burnout e preoccupazioni sulla tutela sia degli studenti che degli insegnanti. Le principali minacce al nostro sistema educativo sono simili a quelle presenti in natura:

- Invece di cooperazione e interdipendenza, c’è competizione che conduce fare del male.
- Ci concentriamo sul successo individuale invece di lavorare come collettivo.
- Non riusciamo a riconoscere che tutto è connesso e che esistono molteplici verità. Invece, polarizziamo e dividiamo le idee.
- Le dinamiche di potere portano all’oppressione, all’esclusione e all’abuso, invece di promuovere la solidarietà.



**EDUCATION IS OUR
PASSPORT TO THE FUTURE
FOR TOMORROW BELONG
ONLY TO THE PEOPLE WHO
PREPARE FOR IT TODAY.**

- MALCOLM X

Questo manuale, insieme agli strumenti che abbiamo creato, mira ad affrontare queste sfide nella scuola secondaria scuole. La nostra speranza è che possa piantare semi di coraggio e resilienza, consentendo all’istruzione di prosperare ancora una volta.

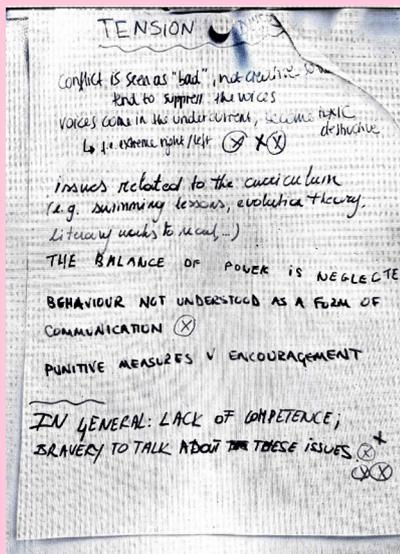
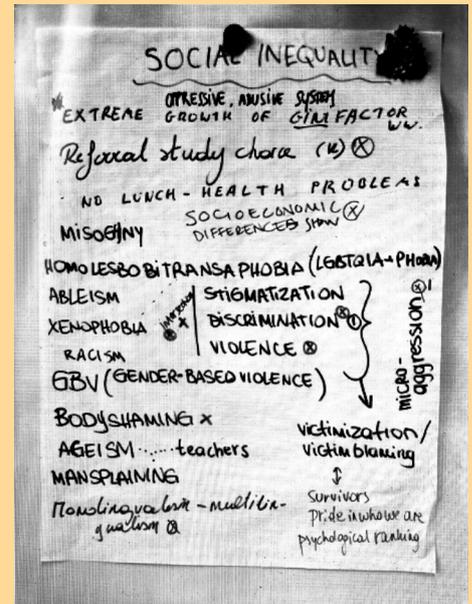
Abbiamo identificato tre questioni principali nel campo dell’istruzione che questo progetto affronterà:

- Disuguaglianza sociale
- Polarizzazione in classe
- Salute mentale e benessere emotivo

Abbiamo approfondito questi temi con i partner di questo progetto e identificato queste sfide in particolare:

DISUGUAGLIANZA SOCIALE

- Un sistema che favorisce l'oppressione e l'abuso
- Crescente divario tra ricchi e poveri (*GINI indice*)
- Scelte di studio e riferimenti parziali
- Discriminazione e violenza basate su razza, genere, sessualità, abilità e altre caratteristiche protette
- *Microaggressioni*
- Promozione di *monolinguismo* Sopra *multilinguismo*

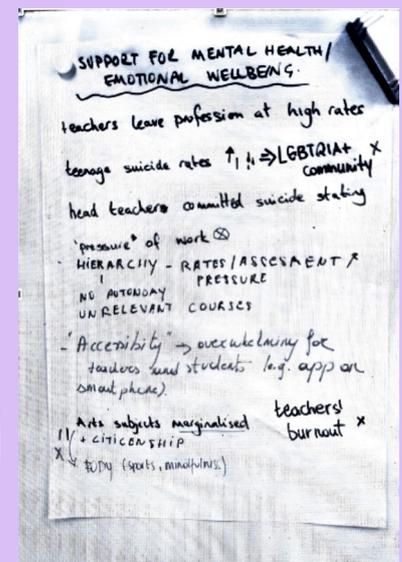


POLARIZZAZIONE IN CLASSE

- Mancanza di capacità e coraggio per affrontare tensioni e opinioni diverse
- Quando la tensione viene ignorata, può portare a visioni tossiche ed estreme
- Il comportamento è spesso punito o controllato, piuttosto che inteso come comunicazione

SALUTE MENTALE E BENESSERE EMOTIVO

- Materie come arte, carrozzeria e cittadinanza sono emarginate
- Tassi in aumento di suicidio tra gli adolescenti, in particolare nel LGBTQI+ comunità
- Burnout degli insegnanti e persino suicidio a causa dell'elevata pressione lavorativa



I NOSTRI OBIETTIVI

EDUCATION IS NOT THE
FILLING OF A PAIL BUT THE
LIGHTING OF A FIRE.

- UNKNOWN



Il progetto CARB mira a fornire strumenti per dare energia e rigenerare l'istruzione. Questi strumenti sono come semi che aiutano a creare e a contribuire a un ambiente educativo più resiliente e diversificato. Come i semi, questo lavoro crescerà e con un'attenta coltivazione e ha il potenziale per trasformare il panorama educativo.

PROMUOVERE LA RESILIENZA E IL CORAGGIO NELLE DISCUSSIONI IN CLASSE

RESILIENZA sta promuovendo un ambiente positivo e adattabile per un dialogo aperto, anche nelle discussioni difficili. Questo manuale aiuta gli insegnanti a coinvolgere tutte le voci, soprattutto quelle trascurate, arricchendo l'apprendimento e costruendo resilienza e coraggio sia negli insegnanti che negli studenti esponendoli a diverse prospettive.

“The capacity of individuals to access the psychological, social, cultural, and physical resources that sustain their wellbeing, and their ability to negotiate for these resources in culturally meaningful ways.” – Ungar, 2008 (Quoted in Art Psychotherapy and Innovation, p.130)

CORAGGIO significa accogliere le sfide con fiducia e curiosità. Gli insegnanti possono ispirare gli studenti a correre dei rischi, vedere gli errori come opportunità di crescita e condividere idee senza paura. Le strategie di questo manuale promuovono un ambiente favorevole, arricchendo l'apprendimento e coltivando il coraggio e la resilienza mentre insegnanti e studenti affrontano insieme l'incertezza.

“Courage was necessary to sit in the fire of diversity. it means staying centres in the heat of trouble” - Mindell, A. (2014)

CHI SIAMO

DEEP:BLACK

deep:black è un'impresa sociale pluripremiata che offre laboratori creativi e formazione su questioni provocatorie come conflitti, immigrazione, salute mentale e identità. Fondata nel 2008 da due mediatori esperti, l'organizzazione è specializzata nell'uso delle arti per favorire il dialogo e la connessione. Nel 2015, deep:black ha vinto l'HSJ Award for Innovation in Mental Health per il suo lavoro di collaborazione con un ente e una scuola locale per la salute mentale. L'organizzazione si concentra sul sostegno alla salute mentale dei giovani nelle scuole ed è partner dell'iniziativa Trailblazer del NHS England. deep:black forma inoltre i professionisti affinché incorporino la creatività nella loro pratica. I loro progetti includono un film sui giovani con SEND, un progetto fotografico online finanziato dall'Arts Council England e un capitolo in un libro del 2020 sulle pratiche artistiche innovative nella salute mentale. Nonostante le sue piccole dimensioni, deep:black crea un impatto significativo attraverso un team centrale e liberi professionisti professionisti, valutati dal Dr. Nick Barnes.

HUMMUS

HUMMUS è un centro di formazione e competenza fondato da Fanny Matheusen, pioniera del metodo Lewis Deep Democracy in Belgio. Il team principale comprende Fanny, tre colleghi e 10-15 facilitatori freelance, tutti formati da Fanny e che apportano ulteriore esperienza in aree come la competenza interculturale, il lavoro sui traumi, il life coaching e altro ancora. HUMMUS si concentra sui processi co-creativi per un processo decisionale inclusivo, la risoluzione dei conflitti e i dialoghi dinamici. Offrono formazione, coaching e supervisione su misura per diversi clienti, tra cui piccole imprese familiari, grandi aziende, organizzazioni no-profit, professionisti e volontari. HUMMUS si impegna a garantire la giustizia per tutti, incoraggiando il dialogo aperto e l'ascolto attivo per garantire che tutte le voci siano ascoltate.

**EDUCATION IS THE MOST
POWERFUL WEAPON WHICH
YOU CAN USE TO CHANGE
THE WORLD
- NELSON MANDELA**

UCLL

L'UCLL University of Applied Sciences offre 20 diplomi associati, 22 bachelor e 9 programmi di bachelor avanzati in 8 campus nel Limburgo e nel Brabante Fiammingo, in Belgio. Con 16.000 studenti e 1.750 dipendenti, l'UCLL è un importante istituto di istruzione superiore nelle Fiandre. È specializzato nella formazione degli insegnanti, nella gestione, nella tecnologia, nella salute

e negli studi sociali, combinando l'istruzione con la ricerca orientata alla pratica. La comunità di ricerca e competenza dell'UCLL comprende 8 centri di competenza con oltre 400 ricercatori che lavorano su 340 progetti. Questi centri si impegnano in ricerca e servizi innovativi, a livello locale e internazionale, in settori quali sanità, istruzione, affari, sostenibilità e tecnologia. Un centro chiave, Inclusive Society, mira a promuovere una società inclusiva caratterizzata da uguaglianza, partecipazione, collaborazione e impatto. Si concentra su aree di ricerca come l'apprendimento inclusivo, la partecipazione, l'accessibilità e l'uguaglianza, traducendo i risultati in strumenti pratici per scuole, aziende, organizzazioni e responsabili politici..

LAUREA UNIVERSITÄ DELLE SCIENZE APPLICATE

La Laurea University of Applied Sciences, situata nell'area metropolitana di Helsinki, forma futuri professionisti in gestione della sicurezza, gestione aziendale, salute e assistenza infermieristica, ICT, innovazione e design dei servizi e gestione del turismo e dell'ospitalità. Con sei campus, 8.000 studenti (1.200 nei programmi master), 600 dipendenti e 30.000 ex studenti, Laurea mira a diventare un leader internazionale nelle competenze per la vita lavorativa entro il 2030. Le sue aree di ricerca strategiche includono Sicurezza coerente, Business dei servizi, Economia circolare e Assistenza sociale e sanitaria sostenibile. La Laurea è impegnata ogni anno in oltre 120 progetti nazionali e internazionali, producendo 300 pubblicazioni e sostenendo 30 start-up. L'università adotta un approccio multidisciplinare e orientato all'utente, in particolare attraverso i living lab e il suo pluripremiato modello Learning by Developing (LbD). Questo modello integra gli studenti in progetti di vita reale con le imprese, promuovendo abilità pratiche e competenze nella vita lavorativa. La Laurea ha recentemente adattato il modello LbD ai formati digitali, comprese simulazioni virtuali e serious games.

CESIE EST

Il CESIE EST è un'organizzazione non governativa senza scopo di lucro con sede a Palermo, Italia, fondata nel 2001. Dedicata allo sviluppo culturale, sociale, educativo ed economico a livello locale, nazionale, europeo e internazionale, il CESIE EST promuove la crescita attraverso la partecipazione attiva e la diversità. Ispirato dal lavoro di Danilo Dolci, il CESIE EST unisce ricerca e azione utilizzando approcci di apprendimento innovativi. L'organizzazione opera attraverso sei unità tematiche: Educazione degli adulti, Educazione scolastica, Migrazione, Gioventù, Istruzione superiore e ricerca, Diritti e giustizia. Il CESIE EST collabora con oltre 3.000 partner, tra cui organizzazioni della società civile, scuole, università e autorità pubbliche in tutto il mondo. Il suo staff internazionale di oltre 70 persone apporta qualifiche e competenze diverse, unite da ideali condivisi che guidano le loro attività.

CON IL SOSTEGNO DI ERASMUS+

**QUESTI STRUMENTI SONO ISPIRATI ALL'USO DELLA CREATIVITÀ E AL LAVORO DI
MYRNA LEWIS E ARNOLD MINDELL.**

PARTE 2: FACILITAZIONE



COME FACILITARE?

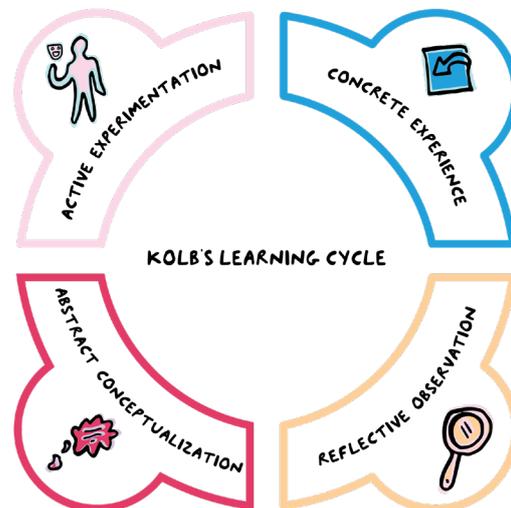
Questo manuale è rivolto a insegnanti e professionisti che lavorano con giovani di età compresa tra 12 e 18 anni. Rispettiamo le tue capacità esistenti nella facilitazione, nella gestione della classe e del gruppo e presumiamo che tu già affronti il tuo lavoro con compassione.

Tuttavia, in questa sezione, offriamo alcuni suggerimenti aggiuntivi basati sulla nostra esperienza come facilitatori professionisti. Questi sono suggerimenti che puoi esplorare e applicare come ritieni opportuno. Condividiamo le conoscenze acquisite lavorando in contesti in cui erano presenti vulnerabilità, tensione o traumi. La nostra attenzione è rivolta a strategie pratiche ed educative per creare spazi sicuri e coraggiosi in cui i giovani si sentano autorizzati a parlare apertamente, a connettersi tra loro e a interagire con voi e con il mondo.

GENERALMENTE

APPRENDIMENTO ESPERIENZIALE

Gli strumenti contenuti in questo manuale sono progettati utilizzando i principi dell'apprendimento esperienziale, come delineato nel Ciclo di apprendimento Kolb. Le sessioni sono strutturate tenendo presente le dinamiche di gruppo, aiutando il gruppo ad ambientarsi, ad acquisire fiducia e ad impegnarsi in situazioni di vita reale.



CO-FACILITAZIONE

Quando possibile, consigliamo di co-facilitare queste sessioni. Potresti farlo con un collega, una persona di supporto della scuola o un facilitatore esterno, soprattutto quando ti senti troppo coinvolto nella sessione. Sebbene sia certamente possibile facilitare da soli, avere un co-facilitatore può essere molto utile quando si passa da spazi sicuri a spazi coraggiosi.

Nella co-facilitazione, una persona può condurre l'attività mentre l'altra si concentra sull'osservazione del gruppo e del processo di apprendimento. Il secondo facilitatore può aiutare a gestire eventuali sfide che si presentano, mantenere la sicurezza nella stanza o uscire con un partecipante per una conversazione individuale, se necessario.

PIANIFICAZIONE

Per prepararti alle sessioni, assicurati di:

- Leggere attentamente questo manuale.
- Esercitati in anticipo con gli strumenti che non conosci con i tuoi colleghi.
- Prendi in considerazione la possibilità di frequentare un ulteriore corso di formazione, come un corso di facilitazione creativa o di democrazia profonda o di comunicazione non violenta. Inoltre, considera lo sviluppo di un talento creativo come la fotografia per migliorare ulteriormente le tue opportunità di approfondire la tua espressione personale.

IMPOSTARE

LAVORARE IN CIRCOLO

Lavoriamo spesso in circolo. I cerchi consentono ai partecipanti di vedersi e connettersi pienamente, senza barriere come i tavoli. Questa configurazione rivolta all'interno favorisce un senso di comunità e fiducia tra i partecipanti. Per i facilitatori, fornisce anche una visione chiara delle dinamiche di gruppo e del benessere di tutti durante la sessione. I circoli promuovono un sentimento di uguaglianza, eliminando le gerarchie e offrendo a tutti pari possibilità di contribuire. Questo ambiente inclusivo incoraggia l'ascolto e la conversazione attivi, portando a un dialogo più aperto e onesto.

Se questo è insolito per il gruppo, all'inizio potrebbe sentirsi a disagio. Ti invitiamo a persistere come nella nostra esperienza seduta insieme in questo modo anche per un profondo senso di connessione.

INLAVORARE ALL'APERTO

Quando possibile, puoi scegliere di tenere le sessioni all'aperto. Lavorare all'aperto offre diverse opportunità di utilizzo degli strumenti, poiché di solito c'è più spazio che in una classe. Puoi incorporare elementi naturali in attività come check-in ed esercizi fotografici. Stare all'aria aperta, e soprattutto nella natura, anche vicino a un solo albero, può cambiare il nostro stato mentale.

Alcuni vantaggi del lavorare all'aperto includono:

- Aumento dei livelli di energia
- Integrazione più semplice del movimento nelle attività
- L'effetto calmante della natura, riducendo i livelli di stress
- Maggiore facilità nella co-regolamentazione del gruppo con l'ambiente circostante e tra di loro
- Una spinta generale al benessere quando ci si trova in un ambiente naturale

Tuttavia, è importante notare che per alcuni *neurodivergente* individui, stare all'aperto può essere fonte di distrazione a causa di vari stimoli. Se scegli di lavorare all'aperto, assicurati:

- Tutti possono ascoltarsi durante le attività di condivisione.
- Vengono stabiliti limiti chiari riguardo alla distanza che gli studenti possono allontanare.
- Porti un campanello o un altro segnale per riunire tutti quando necessario.

MATERIALE BASE

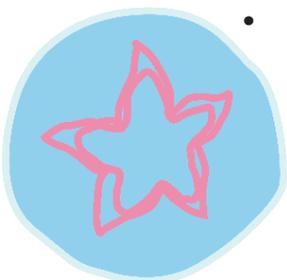
Assicurati di avere i seguenti materiali di base (eventuali materiali aggiuntivi saranno elencati nella struttura della sessione):

- Una lavagna a fogli mobili o una lavagna: per fornire una panoramica, scrivere compiti e catturare i punti chiave dopo gli esercizi.
- Matite e carta: per i partecipanti che vogliono prendere appunti. Puoi chiedere agli studenti di portare i propri materiali oppure puoi fornire diari specifici per questo programma.
- Una biblioteca visiva: una raccolta di cartoline o foto da utilizzare con determinati strumenti.

DINAMICHE DEL GRUPPO

Questo manuale e la formazione che lo accompagna si concentrano su dinamiche di gruppo basate su orientamento al processo psicologico, il fondamento per la creatività e la facilitazione della democrazia profonda. In questo approccio:

- Consideriamo i gruppi come collettivi. La voce di ogni individuo contribuisce alla dinamica generale.
- Tutte le voci sono benvenute e tutti sono incoraggiati a esprimere i propri pensieri. Ogni voce è considerata parte del collettivo; quando una persona condivide la propria opinione, probabilmente entra in risonanza con gli altri nel gruppo.
- Prestiamo attenzione alle “**tre I**”: Inclusione, Intimità e Influenza. Questi rappresentano i bisogni fondamentali che le persone cercano di soddisfare nei contesti di gruppo e nella vita in generale:
 - **Inclusione:** “Io appartengo? Sono dentro o fuori?”
 - **Intimità:** “Vengo visto per quello che sono veramente? Posso connettermi strettamente con gli altri?”
 - **Influenza:** “La mia voce viene ascoltata e considerata? Dove mi colloco all'interno di questo gruppo?”



- Facilitiamo ciò che emerge nel gruppo e permettiamo al processo di svolgersi in modo naturale, a volte senza sapere esattamente dove porterà ma confidando che qualunque cosa accada è necessaria. Bilanciamo la sicurezza con la consapevolezza che la crescita a volte richiede di spostarsi in spazi coraggiosi, luoghi in cui potrebbe non sentirsi completamente sicuri, ma dove siamo d'accordo su come comunicare, rispettarci a vicenda e costruire relazioni nonostante le nostre differenze.
- Riconosciamo che ognuno è unico, e noi lo siamo non tutti uguali. Queste differenze si manifestano in vari modi. Alcuni aspetti della nostra identità potrebbero essere più accettati dalla società, mentre altri potrebbero essere soggetti a oppressione o essere più vulnerabili ai traumi.
- Affermiamo l'importanza di concetti come intersezionalità, potere e privilegio, e ci impegniamo ad aumentare la consapevolezza di queste dinamiche, sia in noi stessi che nei gruppi con cui lavoriamo. Riconoscendo le nostre differenze, riconosciamo anche che nessuno detiene il monopolio della verità. Non esiste un'unica verità, ma piuttosto molte prospettive modellate dalle nostre diverse identità, esperienze e consapevolezze.

IL TUO RUOLO DI FACILITATORE

Facilitare gli strumenti presentati in questo manuale richiede un approccio di facilitazione che promuova la fiducia e consenta di esplorare le questioni personali in modo sicuro. In qualità di facilitatore, il tuo ruolo è creare un ambiente in cui i partecipanti si sentano sicuri, apprezzati e incoraggiati a impegnarsi profondamente. Ecco alcuni principi guida:

I facilitatori:

1. Garantire la sicurezza fisica ed emotiva

- Configura e mantieni la sicurezza fisica ed emotiva nella stanza. Ciò implica stabilire regole di base, concedere spazio per i check-in, gestire il tempo e incoraggiare i partecipanti a esplorare ed esprimere ciò che sta accadendo a loro e al gruppo.

2. Lavora da un luogo di compassione

- Avvicinati alla facilitazione con compassione, mantenendo ogni partecipante in un'accettazione incondizionata. Valorizzare tutte le esperienze e i contributi, compresi quelli stimolanti. Ricorda che ogni risposta, anche quella difficile, può far parte della soluzione di quella persona. Evita di giudicare la persona o le sue idee.

3. Sfida delicatamente

- Essere consapevoli dei partecipanti che potrebbero essere bloccati in schemi inutili di comportamento o pensare. Sfida delicatamente questi schemi senza criticando la persona, aiutandola a sviluppare una maggiore empatia per se stessi e per gli altri.

4. Lavora verso la profondità

- Presta attenzione alle dinamiche di gruppo e all'importanza di creare innanzitutto uno spazio sicuro. Supportare il gruppo nel creare fiducia reciproca, nel processo e nei facilitatori. Una volta stabilita la fiducia, introduci lentamente argomenti più stimolanti o personali.

5. Incorporare la creatività

- Utilizzare metodi di apprendimento creativi e olistici per aiutare i partecipanti a impegnarsi più profondamente e a lavorare sulle emozioni difficili. Gli approcci artistici e creativi possono rendere più semplice l'esplorazione di situazioni o sentimenti complessi pur continuando a godersi il processo.

6. Crea spazio per il gioco

- Incorpora giochi, attività divertenti e momenti di spensieratezza per aiutare i partecipanti a connettersi, liberare le ansie e promuovere l'apprendimento olistico. I giochi nei programmi di sessione sono sempre legati al processo di apprendimento attraverso domande di debriefing, che consentono un'esperienza attiva, una riflessione e una comprensione ampliata.
- Tieni presente che i giovani potrebbero essere scettici nei confronti dei giochi semplicemente perché sono "giovani". È importante che i facilitatori partecipino attivamente a queste attività con genuino entusiasmo, modellazione che il gioco è prezioso anche per gli adulti.

7. Sii reattivo alle esigenze del gruppo

- Sebbene i piani delle sessioni seguano un percorso strutturato, è essenziale rimanere flessibili e sensibili alle esigenze del gruppo. Ad esempio, se il gruppo ha bisogno di un gioco veloce ed energico per aumentare l'energia, o se è profondamente impegnato in una discussione, regolati di conseguenza. Non affrettare il piano se il gruppo ha bisogno di più tempo per un'esplorazione più approfondita.

8. Assumersi e incoraggiare la responsabilità

- I facilitatori dovrebbero essere responsabili gli uni verso gli altri, soprattutto se hanno bisogno di apportare modifiche sul momento al programma della sessione. Comunica chiaramente i cambiamenti al tuo co-facilitatore, modellazione lavoro di squadra e comunicazione chiara per il gruppo.
- Incoraggiare i partecipanti ad assumersi la responsabilità dei propri bisogni e del proprio benessere. Sostienili nel parlare dalla prospettiva dell'io, aiutandoli a possedere i propri pensieri e sentimenti piuttosto che generalizzare o parlare per gli altri.

SICUREZZA

All'inizio di ogni sessione, stabilire i limiti di base e le linee guida per la sicurezza. Puoi anche coinvolgere il gruppo nella creazione di regole specifiche per ogni sessione. In un ambiente scolastico ci saranno regole preesistenti, ma alcune di queste potrebbero essere troppo restrittive per gli esercizi di questo toolkit. Considerare se è possibile fare eccezioni per sessioni specifiche per supportare gli obiettivi del programma.

PREMESSE GENERALI CON CUI INIZIARE:

Puoi introdurli come un rituale parlandoli ad alta voce con il gruppo, se si adatta al contesto:

- **Nessun monopolio sulla verità:** Non esiste un'unica verità, solo una varietà di prospettive che fanno emergere voci diverse.
- **Impegno per la connessione:** Mi impegno in questo lavoro perché per me è importante la connessione con me stesso, con gli altri (il gruppo) e con il mondo.
- **Rispetto e crescita:** Mi impegno a imparare, crescere e rispettare gli altri nel loro viaggio.

ACCORDI SPECIFICI CHE POTREBBERO SORGERE:

- **Riservatezza:** Ciò che viene detto nella stanza, rimane nella stanza e non verrà utilizzato contro nessuno in seguito. Nelle scuole, gli studenti possono temere di parlare apertamente a causa del rischio di essere giudicati in seguito.
- **Flessibilità di partecipazione:** Se un partecipante si sente sopraffatto o non vuole impegnarsi in una parte del programma, può sedersi e osservare. È preferibile che restino nella stanza, soprattutto con la presenza di un solo facilitatore.

Suggerimenti chiave per la creazione efficace di un accordo di gruppo:

- Mantenere l'accordo di gruppo **corto** (5-8 punti).
- Assicurati che lo siano **sviluppato in modo collaborativo** con il contributo dei partecipanti.
- Stipulare un accordo basato su **obiettivi della formazione** (ad esempio, "Parla nell'io").
- Le regole dovrebbero essere **chiaro e specifico** (ad esempio, "Telefoni spenti" è più chiaro di "Sii rispettoso", che potrebbe richiedere ulteriori chiarimenti).
- Accordo di frase **positivamente**, concentrandosi sui comportamenti che desideri incoraggiare.



MODI PER GARANTIRE CHE TUTTI ABBIANO PAROLA DI PAROLA

- **Condivisione in stile popcorn:** i partecipanti scelgono quando vogliono parlare, senza un ordine prestabilito.
- **Pezzo parlante:** Viene fatto circolare un oggetto simbolico che indica chi ha la parola per parlare.
- **Turni cronometrati:** utilizzare un timer per garantire lo stesso tempo di parola (ad esempio, 2 minuti a persona). Puoi posizionare il timer (ad esempio una clessidra) al centro per condividere la responsabilità.
- **Regola di condivisione e dump:** parla solo l'oratore; altri ascoltano senza offrire consigli o fare commenti. L'obiettivo è creare uno spazio sicuro per essere ascoltati, non invitare domande o commenti.
- **Parla di più/parla di meno:** un invito a considerare come il mio comportamento in questo momento supporti l'efficacia di questa conversazione? Invece di citazioni per la riflessione.
- **Riservatezza:** In alcuni casi, sottolineare la riservatezza è fondamentale, poiché i partecipanti potrebbero esitare a dire la loro verità altrimenti.

ALCUNI CONSIGLI SULLA COMUNICAZIONE

- **Parla per te:** evitare di parlare a nome degli altri. Se qualcuno lo fa, chiedigli di condividere la propria prospettiva.
- **Usa "io" o "tu", non "noi":** Sii cauto con le affermazioni "penso", poiché possono essere indirette.
- **Comunicazione diretta:** Rivolgerti direttamente agli altri ed evitare generalizzazioni.
- **Trasforma le domande in opinioni:** Nelle discussioni, trasformare le domande in opinioni o proposte può aiutare a strutturare il dialogo.
- **Rimani in argomento:** Se la conversazione va alla deriva senza risolvere l'argomento precedente, riportare il gruppo indietro e chiedere una decisione.
- **Connetti le idee:** chiedi ai partecipanti in che modo il loro input si collega al commento dell'ultima persona per favorire la connessione tra i pensieri.
- **Sii conciso:** incoraggiare i partecipanti ad arrivare al punto e a condividere un'idea alla volta.
- **Assicurati che tutte le voci siano ascoltate:** Il contenuto importante spesso si trova alla fine di una frase. Previene le interruzioni per garantire che le idee critiche emergano.

PASSARE DA SPAZI SICURI A SPAZI CORAGGIOSI

“Mettersi a proprio agio con lo scomodo”: questa è l'essenza degli spazi coraggiosi.

L'apprendimento avviene spesso nel **zona di allungamento**, oltre la zona di comfort ma prima di entrare nella zona di panico. Come facilitatori, è essenziale essere consapevoli di quando il gruppo passa da uno spazio sicuro a uno spazio coraggioso.



Segni di spazi coraggiosi:

- Una crescente diversità di opinioni ed esperienze.
- Un'atmosfera più pesante, più emotiva.
- I partecipanti sfidano a vicenda le mentalità degli altri, creando tensione.
- Le conversazioni sembrano più difficili o scomode.
- Il gruppo può spostarsi ciclicamente tra gli argomenti per evitare il confronto.

Per evitare che gli spazi coraggiosi vengano sfruttati o improduttivi, è importante:

- Inquadra lo spazio in modo chiaro, riconoscendo che prospettive diverse sono benvenute.
- Crea regole o accordi aggiuntivi per guidare la conversazione, se necessario.
- Sii esplicito al riguardo **intenzioni** quando esprimi pensieri.
- **Riconoscere intersezioni** dell'identità per approfondire la comprensione.
- Indirizzo **dinamiche di potere** nella stanza. Riconoscere che è sociale o psicologico rango possono influenzare le voci che vengono ascoltate e fare spazio a coloro che sono spesso emarginati.

RADICARTI IN QUESTO LAVORO

Per essere un facilitatore efficace, è importante coltivare le proprie pratiche di radicamento. Queste abilità ti aiutano a rimanere presente, ad ascoltare profondamente e a guidare con compassione. Concentrarsi su:

- **Essere pienamente presenti:** Coltivare la consapevolezza e la presenza.
- **Ascolto profondo:** Rafforza la tua capacità di ascoltare senza giudizio.
- **Autocompassione:** Pratica la compassione per te stesso e per gli altri.
- **Confidando nel tuo intuito:** Sviluppa il tuo senso interiore di ciò che ritieni giusto nella facilitazione.
- **Chiarezza nell'espressione:** Esercitati a esprimere chiaramente i tuoi pensieri e sentimenti.

Questi cinque uccisioni – presenza, ascolto, compassione, intuizione e chiarezza – sono al centro della facilitazione dell'apprendimento, della crescita e della trasformazione. Rappresentano un viaggio di crescita permanente per ogni facilitatore.

POSSIBILE IMPATTO DI QUESTO LAVORO

L'uso della facilitazione creativa e della democrazia profonda spesso rivela una saggezza più profonda all'interno dei gruppi, che cogliamo attraverso il concetto di **WIS/CE**, che rappresentano quattro risultati principali.

willingness to cooperate/ **volontà** di collaborare: creatività e democrazia profonda favorisce lo spirito di lavoro di squadra, sottolineando comunità e crescita collettiva. Ispirati dalla filosofia sudafricana di Ubuntu - "Io sono perché noi siamo" - incoraggiamo gli studenti a vedere se stessi come parte di un tutto più ampio, piuttosto che concentrarsi esclusivamente sul successo individuale. Gli studenti sono invitati a esplorare diverse prospettive, imparando dagli altri piuttosto che prendere le distanze. Ciò non significa che debbano far parte sempre dello stesso gruppo, ma incoraggia ad apprezzare il valore della diversità e del non sapere.

Inclusion/ inclusione: ogni studente, ad un certo punto, si chiede: "Appartengo davvero a questo posto?" creatività e democrazia profonda garantisce che tutte le voci siano ascoltate e valorizzate, creando un ambiente in cui ogni studente si senta riconosciuto e rispettato. Questa inclusione è fondamentale per lo sviluppo emotivo e sociale, poiché aiuta gli studenti a provare un vero senso di appartenenza.

Self-Compassion/ autocompassione: promuovendo l'autoconsapevolezza e l'empatia, questo lavoro favorisce la compassione tra gli studenti. Quando comprendono meglio se stessi, diventano più empatici verso gli altri, il che porta a relazioni più forti e ad una comunità scolastica più solidale.

Efficacia: questo approccio porta anche a risultati di apprendimento più efficaci. Tecniche come il check-in possono svelare preoccupazioni di fondo, prevenire malintesi e migliorare la comunicazione. Di conseguenza, gli studenti sono più coinvolti e l'ambiente di apprendimento diventa più produttivo.

COME UTILIZZARE GLI STRUMENTI?

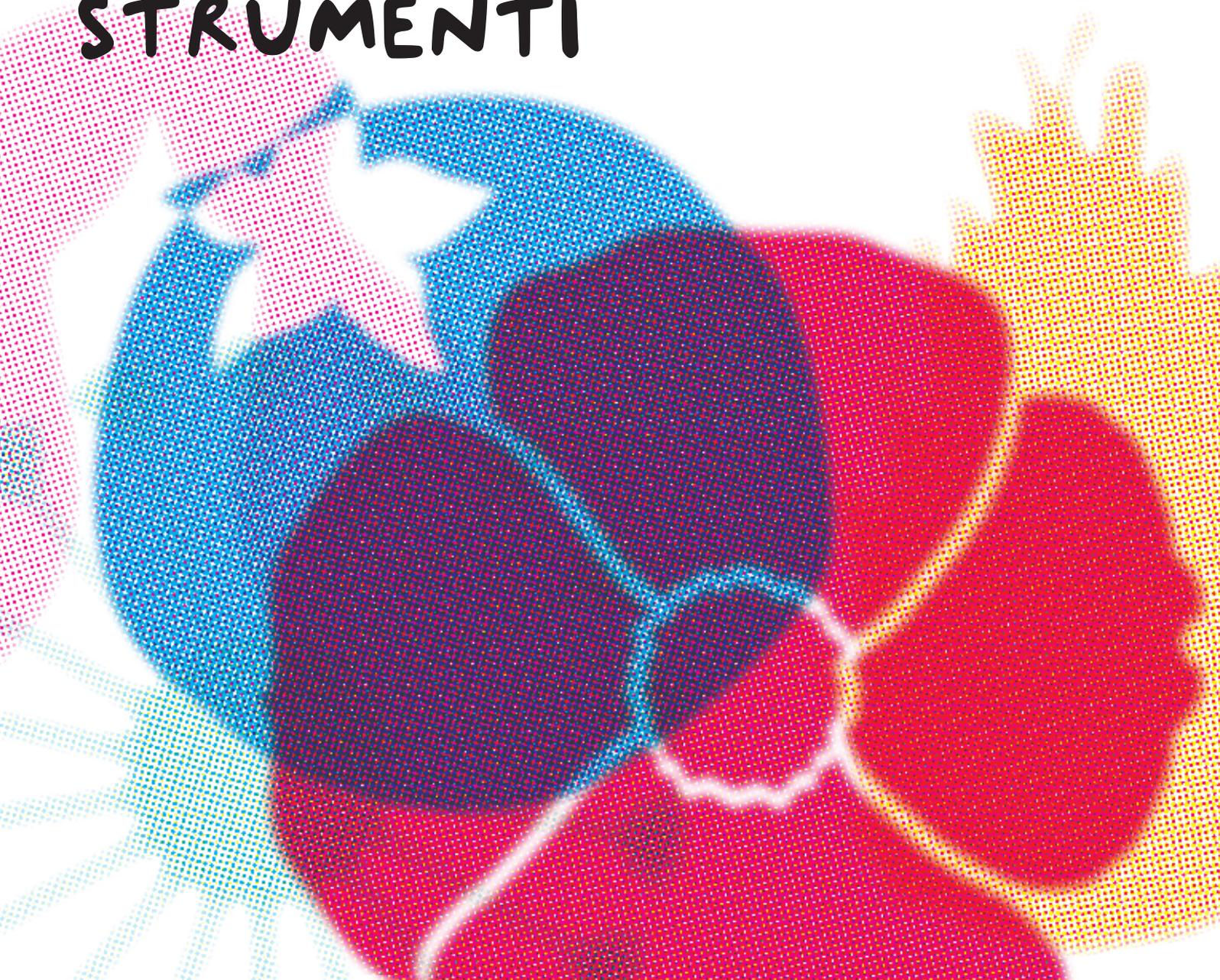
Gli strumenti presenti in questo manuale possono essere utilizzati sia per scopi didattici che per migliorare le dinamiche di gruppo. Confidiamo che li utilizzate in modo ponderato e significativo sulla base di:

- Gli obiettivi formativi e i metodi di insegnamento che desideri applicare come insegnante.
- Le dinamiche attuali e lo stato del gruppo.
- Il contesto più ampio di ciò che sta accadendo nel mondo o nella comunità scolastica.

Ecco come utilizzare gli strumenti in modo efficace:

- 1. Ogni strumento è un programma di lezione:** Ogni strumento è concepito come un programma di lezioni di 50-60 minuti. È possibile seguire i passaggi dall'inizio alla fine nell'ordine fornito in questo manuale.
- 2. Personalizza gli strumenti:** puoi anche prendere parti di uno strumento, come un esercizio o un gioco specifico, e utilizzarle in modo diverso in base al contenuto della lezione o alle dinamiche del gruppo in quel momento.
- 3. Ampliare gli strumenti:** Ciascuno strumento include suggerimenti creativi, suggerimenti per l'inserimento nel journal o suggerimenti per la carrozzeria. Puoi utilizzarli per estendere uno strumento in un programma che si estende su più lezioni, anziché su un solo programma di lezioni.

PARTE 3: KIT DI STRUMENTI





ATTREZZO 1: LE NOSTRE TRIBÙ

ESPLORARE L'APPARTENENZA

PERCHÉ?

- Per creare un senso di appartenenza.
- Rafforzare la connessione tra gli studenti, la loro vita scolastica e il mondo.
- Esplorare diverse prospettive su vari temi e argomenti.

COME?

Ci impegniamo in una conversazione seduta in un cerchio. Gli studenti rispondono due volte, approfondendo la loro riflessione nel secondo turno.

CHE COSA?

Materiali

- Libreria visiva (immagini o schede)
- Temporizzatore (opzionale)

Tempistica

- 5 minuti per spiegare l'attività.
- 2 minuti a persona per parlare nel primo turno (circa 20 minuti in totale).
- 5 minuti per un riepilogo del gruppo.
- 1 minuto a persona per parlare nel secondo round (circa 10 minuti in totale).
- 5 minuti per il check-out in piedi.

Spazio

- Disporre le sedie o i cuscini in cerchio.
- Posiziona i materiali visivi al centro del cerchio.

Dimensione del gruppo

- Ideale per 8-15 partecipanti.



PROFILO DELLA SESSIONE

1. Spiega il **PERCHÉ-COME-COSA** di un'ondata di check-in.
2. Inizia tu stesso il check-in per modellare come funziona.
3. Ogni studente ha tempo per parlare nel primo turno.
4. Riassumi ciò che è stato condiviso.
5. Ogni studente parla nel secondo round, in cui aiuti a evidenziare gli aspetti granelli di verità.
6. Concludi con un breve check-out: alzati e chiedi: "Com'è stata l'esperienza? Come ti senti adesso?"



CHECK-IN

Perché utilizziamo il check-in?

- Costruire connessione.
- Aumentare il riconoscimento e la comprensione tra gli studenti.
- Capire con cosa hanno a che fare le persone fuori dalla classe.
- Per ottenere informazioni dettagliate su ciò che sta accadendo tra gli studenti nella stanza.
- Per dare a tutti la possibilità di avere voce in capitolo.



Come effettuare il check-in:

1. Sedetevi in cerchio.
2. Spiega come funzionerà il check-in:
 - “Stile popcorn” (gli studenti parlano quando sono pronti, non in un ordine prestabilito).
 - “Share and dump” (gli studenti condividono ciò di cui hanno bisogno senza interruzioni o domande).
3. Poni la domanda su cui vuoi concentrarti, ad esempio:
 - “Cosa sta giocando un ruolo importante nella tua vita in questo momento?”
 - “Dove senti di appartenere?”
 - “Quali sono le comunità più importanti a cui appartieni?”
 - “Come ti definisci?”
 - “Come ti sembra l'atmosfera nel nostro gruppo classe?”
4. Concedi agli studenti il tempo di scegliere un'immagine da una libreria visiva o di utilizzare suggerimenti fotografici per riflettere sulla domanda.



GIRO 1

1. **Inizia prima:** Sii l'esempio mostrando quanto tempo ci si aspetta per parlare e la profondità della condivisione.
2. **Ascolta attivamente:** Sii presente e concentrato su ciò che dicono gli altri.
3. **Riassumere:** Dopo che tutti hanno parlato, riassumere i punti chiave condivisi dal gruppo.
4. **Riflessione:** Chiedere agli studenti di riflettere su:
 - “Cosa ti ha colpito?”
 - “Cosa hai imparato da questo?”
 - “Che nuova comprensione hai?”

GIRO 2

1. Si applicano le stesse regole del primo round, ma se il tempo è poco, puoi chiedere alle persone di riconoscere ciò che è stato detto senza che sia necessario che tutti parlino.
2. Aiuta a identificare il *granelli di verità* incoraggiando gli studenti a parlare dal proprio punto di vista e chiedendo chiarimenti quando necessario.
3. Fai attenzione a non andare troppo in profondità: lascia spazio a coloro che vogliono solo condividere brevemente e andare avanti.
4. Riassumeteli *granelli di verità* alla fine.

CONTROLLO

1. **Perché controllare?:** Spiegare lo scopo del check-out, che è riflettere sulla sessione.
2. **Come effettuare il check-out:**
 - Stile popcorn: gli studenti parlano quando sono pronti, consentendo loro di essere pienamente presenti con ciò che vogliono condividere.
 - “Condividi e scarica”: ogni persona dice ciò di cui ha bisogno, senza domande successive..
3. **Principio chiave::**
 - Ascolta e rimani presente.
 - In qualità di facilitatore, non è necessario che tu abbia l'ultima parola.
 - Non esiste un riassunto; tutto ciò che viene condiviso rimane nella stanza.
 - Se la discussione fa emergere le regole della classe, utilizzare uno strumento decisionale per decidere eventuali modifiche alle regole.

Metodo alternativo:

Entra nel cerchio:

1. Mettiti in cerchio.
2. Quando qualcuno condivide, si fa avanti.
3. Anche altri che si riferiscono a ciò che viene detto si fanno avanti.



VERSIONE ESTESA

Per estendere l'attività è possibile:

- Lascia che gli studenti scelgano più di un'immagine (ad esempio, "Com'era - Com'è - Come vuoi che sia").
- Fai più domande nel primo round.
- Inizia leggendo una poesia che si collega al tema della sessione.
- Se la discussione fa emergere le regole della classe, utilizzare la creatività e democrazia profonda attraverso "Processo decisionale in 4 passaggi" per decidere eventuali modifiche alle regole.

SUGGERIMENTO PER LA FOTOGRAFIA

Dopo il primo round, chiedi agli studenti di fare un giro e scattare una foto che rappresenti ciò che ha risuonato in loro. Nel secondo round condivideranno l'immagine e ne parleranno.

- Concedere almeno 10 minuti agli studenti per scattare le foto.
- Assicurati che tutti abbiano un dispositivo per scattare foto o fornirne uno.

SUGGERIMENTO PER LA TENUTA DI UN DIARIO

Dopo il secondo round, fornisci agli studenti un riepilogo dei granelli di verità dalla discussione e chiedi loro di riflettere:

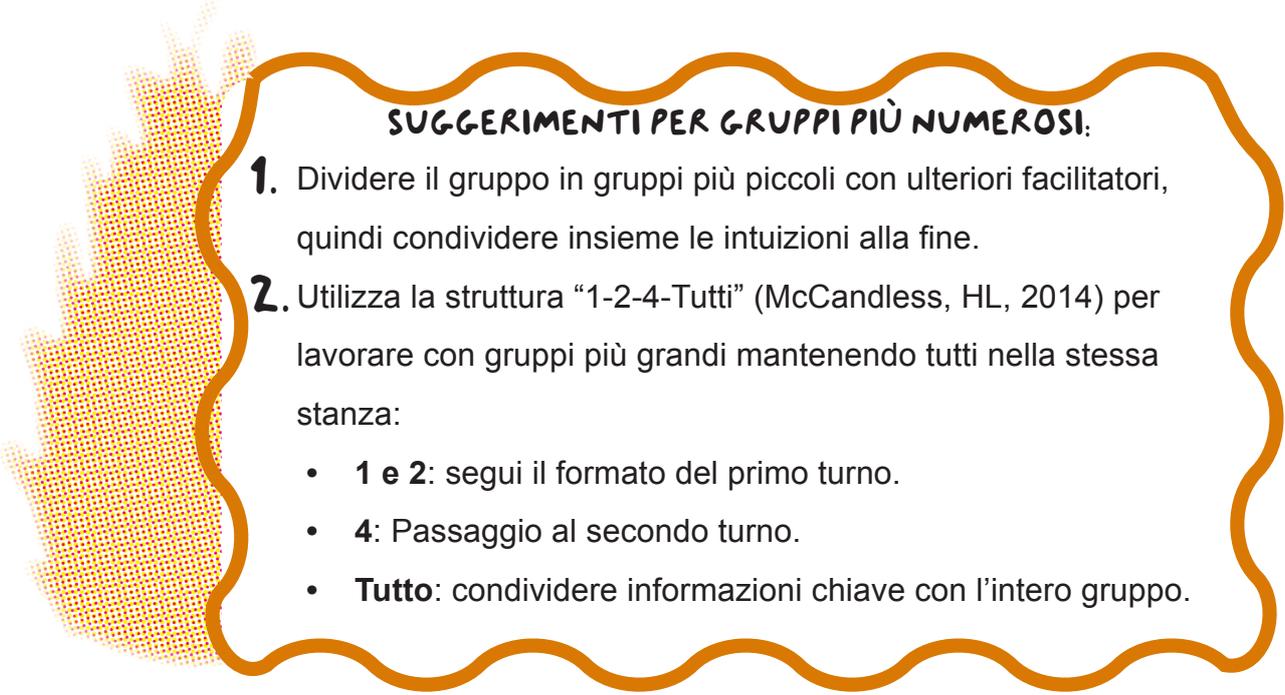
- Quale *granello di verità* ti connetti di più?
- Come puoi agire in merito? Elenca 5 azioni, anche piccoli passi, per vivere questa intuizione.
- Il check-in ha messo alla prova la tua resilienza o il tuo coraggio? Dove avevi bisogno di queste qualità? Quando ti sei sentito a rischio di perderli? Ad esempio, quando sei stato attivato, incapace di parlare o disconnesso?

SUGGERIMENTO PER CARROZZERIA

- Riunitevi come classe e riflettete su *granelli di verità*.
- Dividetevi in gruppi più piccoli di quattro.
- Crea un *fermo immagine* che rappresenta uno dei *granelli di verità* significativo per il tuo gruppo. Sperimenta con a *fermo immagine* e poi dargli vita con il movimento.



- Rifletti: cosa significa *fermo immagine* evoluzione ci dice cosa è necessario nella nostra vita quotidiana in classe?
- Ogni gruppo presenta la propria statua: Prima in pausa come un'immagine di un film, poi in movimento, come se fosse stato premuto il tasto Play. Poi il gruppo lo spiega alla classe.



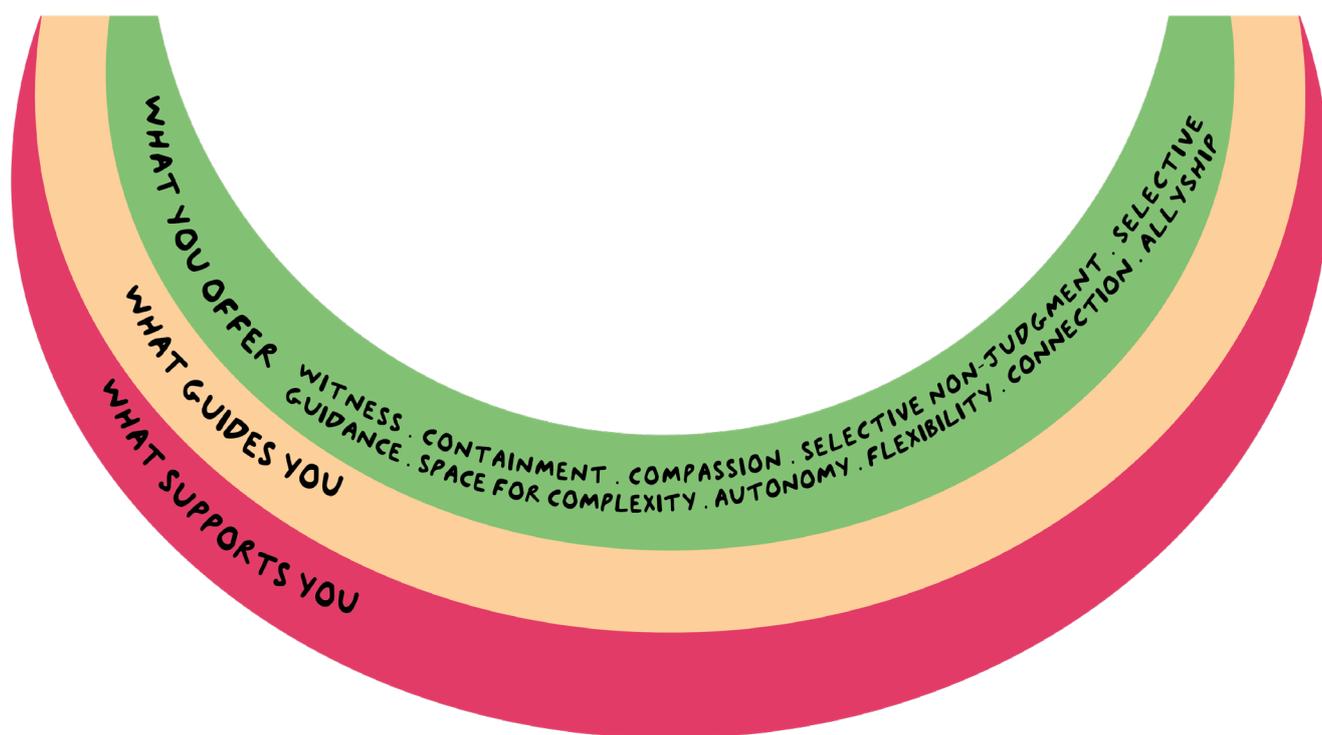
SUGGERIMENTI PER GRUPPI PIÙ NUMEROSI:

- 1.** Dividere il gruppo in gruppi più piccoli con ulteriori facilitatori, quindi condividere insieme le intuizioni alla fine.
- 2.** Utilizza la struttura "1-2-4-Tutti" (McCandless, HL, 2014) per lavorare con gruppi più grandi mantenendo tutti nella stessa stanza:
 - **1 e 2:** segui il formato del primo turno.
 - **4:** Passaggio al secondo turno.
 - **Tutto:** condividere informazioni chiave con l'intero gruppo.



INFORMAZIONI DI BASE

Quando si parla di appartenenza, spesso si fa riferimento al concetto di “Holding Space”. (Plett, 2020). Ci sono tre strati di spazio di contenimento, che possono essere visualizzati come ciotole annidate l’una nell’altra e che consentono *contenimento* avere luogo:

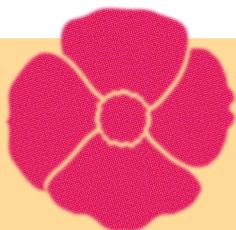


Plett, 2020

- 1. Cosa offri:** rappresenta gli aspetti dell’esperienza che crei per l’individuo o il gruppo in uno spazio liminale (un tempo di transizione).
- 2. Ciò che ti guida:** Queste sono qualità che ti aiutano a mantenere lo spazio in modo efficace, tra cui intuizione, discernimento, umiltà, coraggio e curiosità.
- 3. Cosa ti supporta:** questo è il contesto più ampio, che include mistero, comunità e supporto da parte di altri.

“When we hold space for another person’s path through liminal space, we essentially serve as a container- like the shell of the chrysalis - offering and creating a safe place for the chaos, the mess, the fear, the grief, the rage, and the ecstasy [...] to take place.”

Mantenere spazio per te stesso è importante tanto quanto mantenerlo per gli altri. È essenziale trovare una “tribù” a cui appartenere, condividere esperienze e crescere insieme.



ATTREZZO 2: NAVIGARE NEL FUOCO

PER ESPORARE LA POLARIZZAZIONE

PERCHÉ?

- Fornire un'alternativa alle discussioni tossiche potenzialmente intensificanti.
- Fare una pausa e passare a un modo più sano di discutere le questioni polarizzanti.
- Per separare chiaramente i lati di una polarità e avere un dibattito strutturato.
- Per esplorare entrambe le prospettive dentro di te.

COME?

Guidiamo gli studenti attraverso un dibattito strutturato in cui esplorano come si sentono riguardo a una specifica polarità che è emersa (o potrebbe emergere) in classe. Questa attività può essere intensa, quindi è importante che l'insegnante sia ben preparato a gestire l'energia nella stanza. Utilizzare gli strumenti di sicurezza menzionati nel manuale per mantenere il dibattito controllato e rispettoso.

CHE COSA?

Materiali

- Lavagna a fogli mobili o lavagna per scrivere *granelli di verità*.

Tempistica

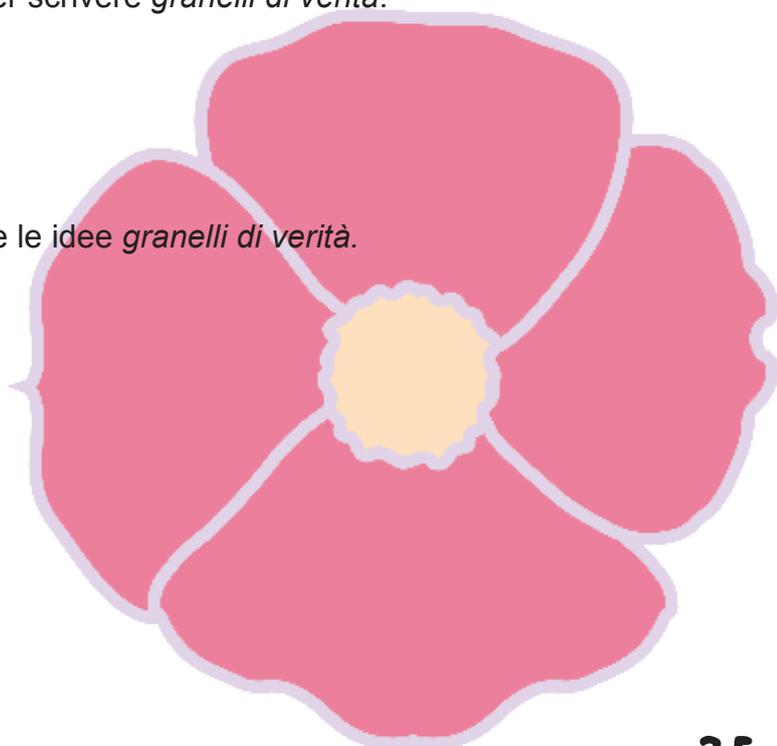
- 5 minuti per spiegare.
- 20 minuti per 3 round.
- 10 minuti per riflettere e raccogliere le idee *granelli di verità*.

Spazio

- Open space diviso in due lati.

Dimensione del gruppo:

- Da 8 a 40 studenti.



PROFILO DELLA SESSIONE

Se la polarità è già chiara:

1. Inizia con un breve check-in. Chiedere: *“Come ti senti riguardo alla tensione di cui discuteremo?”*

Se è già in corso una discussione tossica o in aumento:

2. **Interrompi la conversazione** e nominare chiaramente la polarità. Chiedi se tutti sono d'accordo ad avere un dibattito strutturato.

3. Chiedi agli studenti di spostarsi sul lato della stanza che rappresenta la posizione in cui si identificano. Nota quale parte ha più studenti. Inizia la discussione con quel gruppo e posiziona una sedia per rappresentare l'altro lato della polarità.

4. TURNO 1 - SEGNALI DEL CORPO:

- Chiedi agli studenti di ciascun lato di notare dove sentono la tensione nei loro corpi. Possono mettere la mano su quella parte del corpo e condividere se si sentono a proprio agio.

5. TURNO 2 - PAROLE:

- Chiedi a ciascuna parte di esprimere i propri pensieri e giudizi sull'altra parte. Incoraggiateli a parlare pienamente dal loro punto di vista senza interruzioni (nessun “ping-pong” avanti e indietro).

6. TURNO 3 - SENTIMENTI:

- Chiedi agli studenti di esprimere i loro sentimenti riguardo al problema stando su ciascun lato. Quindi chiedi loro di cambiare lato per esplorare i sentimenti sul lato opposto.

7. RIFLESSIONE:

- Mettetevi in cerchio e chiedete: *“Cosa ti ha colpito?”*
- Concedi agli studenti il tempo di riflettere, quindi chiedi: *“Cosa hai imparato su te stesso o sull'argomento? Cosa ti rendi conto adesso?”*
- Cerca di raccoglierne almeno tre *granelli di verità* e scriverli sulla lavagna a fogli mobili.

8. PASSAGGI SUCCESSIVI (OPZIONALE)

- Chiedere: *“Di cosa hai bisogno per andare avanti con questo argomento?”*
- Prendi una decisione in base a *granelli di verità*.
- Collega gli approfondimenti al contenuto della lezione di cui desideri discutere.
- Lascia che gli studenti suggeriscano soluzioni basate su *granelli di verità*.

VERSIONE ESTESA

1. Inizia con **Strumento 1** (Check-in Wave): esegui un corretto check-in utilizzando la libreria visiva per esplorare i sentimenti prima di iniziare la sessione.
2. Usa il **Finestra JOHARI** (pag. 29): guida gli studenti attraverso le quattro aree della finestra JOHARI per esplorare ciò che è noto e sconosciuto su se stessi e sul problema. Una volta chiara la polarità, procedere al dibattito.
3. **Descrivi le dinamiche della classe**: Utilizzare il modello di Brandsma (pag. 30) per esplorare i ruoli in classe (ad esempio, pusher, falegname, *costruttore di ponti*, silenzioso). Chiedi agli studenti di discutere con quale ruolo si identificano e come possono uscire da queste posizioni.

SUGGERIMENTO PER LA FOTOGRAFIA

Chiedi agli studenti di scattare una foto che rappresenti la sensazione provata durante la sessione. Incoraggiateli a essere creativi nel modo in cui esprimono visivamente quel sentimento.

SUGGERIMENTO PER LA TENUTA DI UN DIARIO

Chiedi agli studenti di scrivere su una questione sociale in cui è in corso un dibattito crescente o tossico. Incoraggiateli a riflettere su:

1. Quali sono i fatti e quali le interpretazioni?
2. Chi sono le voci chiave nel dibattito?
3. Come possiamo ascoltare meglio le voci delle persone nel mezzo del silenzio?

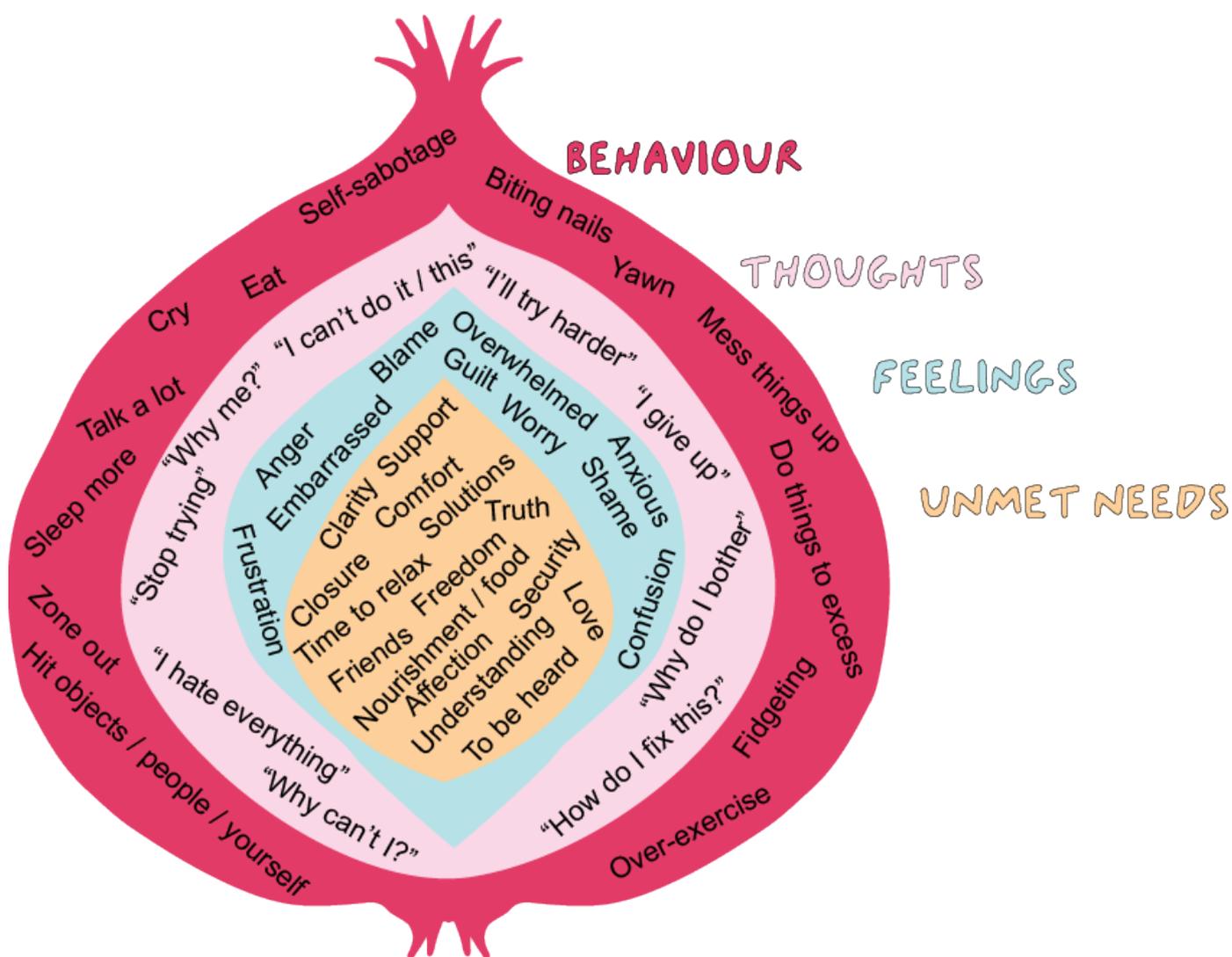
SUGGERIMENTO CARROZZERIA

Esercizio teatrale: chiedi agli studenti di partecipare a un gioco di ruolo sulla questione, dando a ciascuna parte una voce distinta. Esplora quante più prospettive possibili e poi lascia che il dibattito si svolga attraverso i personaggi.

INFORMAZIONI DI BASE

Per questo strumento sulla polarizzazione, offriamo tre modelli che possono aiutarti a spiegare il concetto ai tuoi studenti prima di utilizzare l'attività:

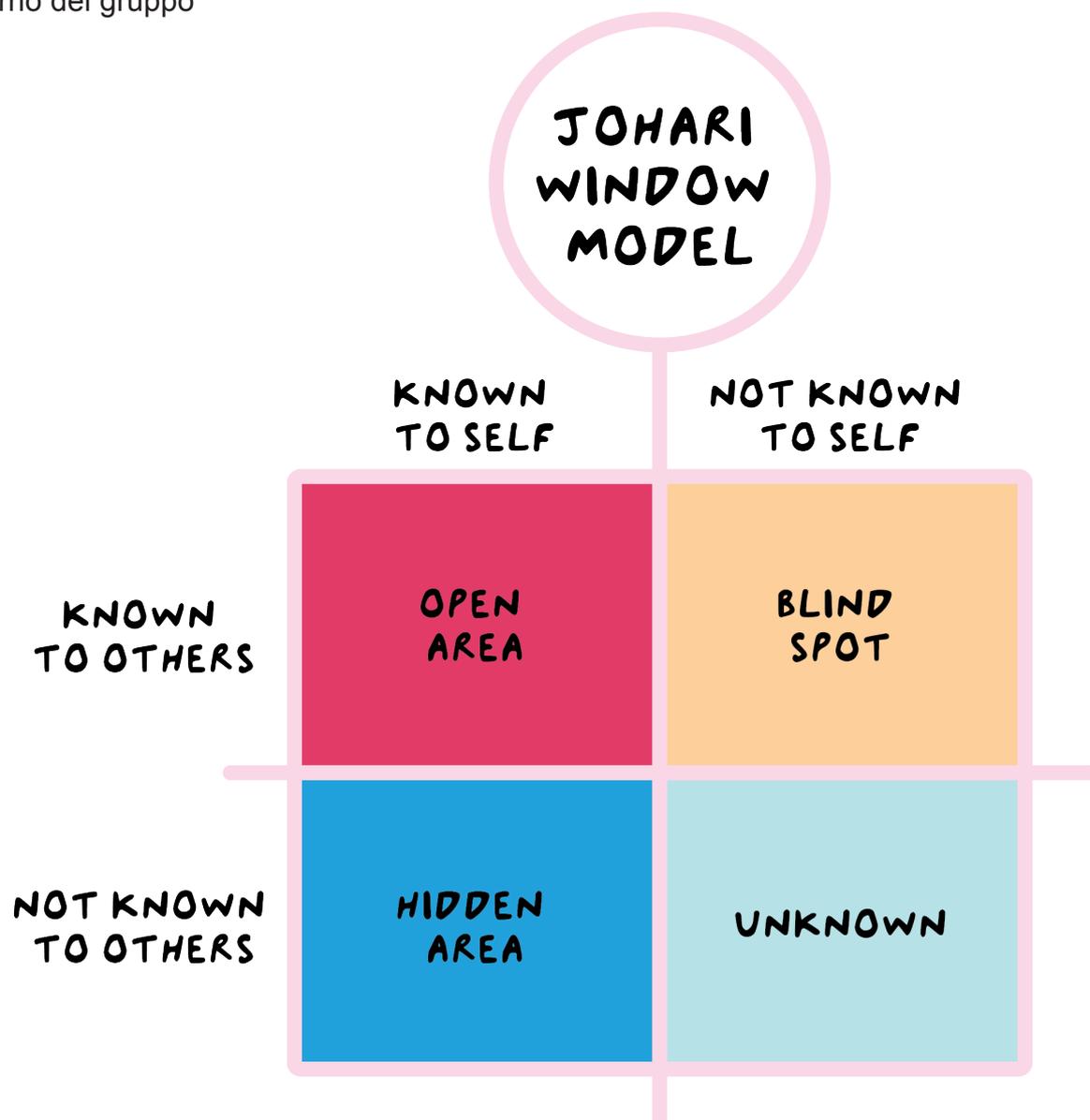
1) IL MODELLO DELLA CIPOLLA. Questo modello ci aiuta a esplorare la comunicazione dagli strati esterni (fisici) e ciò che può essere osservato come comportamento verso gli strati più profondi (pensieri e sentimenti). Il nucleo interiore del modello della cipolla rivela paure e bisogni. I 3 round del dibattito offrono un'esplorazione del fisico, del razionale e dell'emotivo. I bisogni più profondi si rivelano spesso nel granelli di verità.



2) LA FINESTRA JOHARI: questo strumento aiuta a scoprire ciò che è noto e sconosciuto su noi stessi e sugli altri. Promuove la consapevolezza di sé e lo spirito di squadra quando condiviso. La finestra ha quattro aree:

- **Zona aperta:** Ciò che tu e gli altri sapete di voi stessi.
- **Zona cieca:** Ciò che gli altri sanno di te, ma tu no.
- **Zona nascosta:** Ciò che sai di te stesso ma nascondi agli altri.
- **Zona sconosciuta:** Ciò che è sconosciuto sia a te che agli altri.

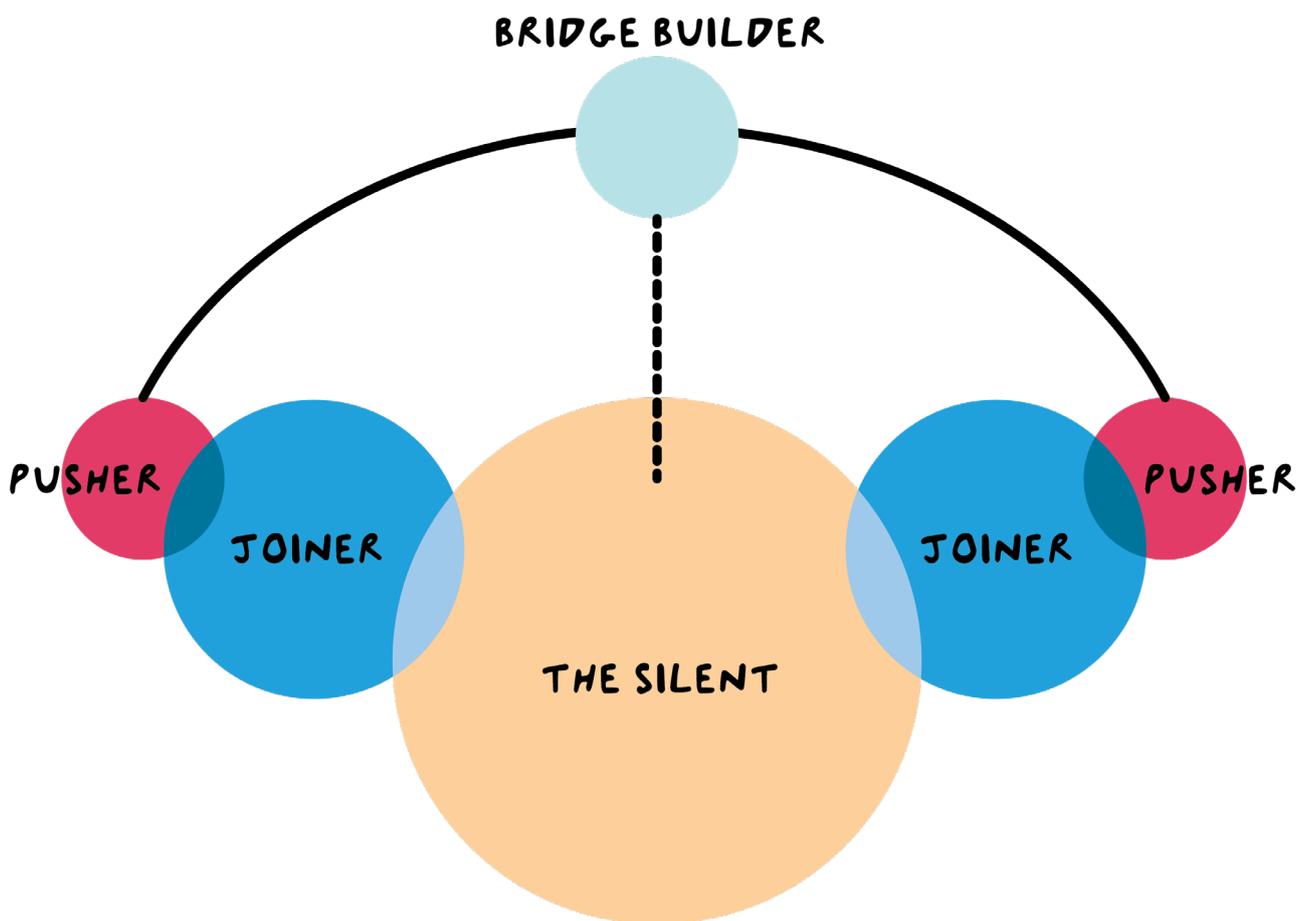
Nei conflitti e nella polarizzazione, i punti ciechi spesso giocano un ruolo importante. Utilizzando creatività e democrazia profonda strumenti, puoi scoprire questi punti ciechi e creare fiducia all'interno del gruppo



3) **BRANDSMA** sulla **POLARISATION** (dal lavoro di Bart Brandsma): Brandsma descrive le dinamiche della polarizzazione e come emergono i ruoli:

1. **Spacciatori:** Le voci più forti che definiscono il problema.
2. **Falegnami:** Coloro che sostengono gli spacciatori e alimentano il dibattito.
3. **Costruttori di ponti:** Coloro che cercano di mediare tra le due parti, spesso finiscono per diventare capri espiatori di una delle parti.
4. **Il Silenzioso:** La maggioranza delle persone che non partecipano ma hanno opinioni importanti nel mezzo.

Brandsma incoraggia il contatto con la maggioranza silenziosa, poiché le loro voci possono portare nuove idee e ridurre il potere degli spacciatori.





ATTREZZO 3: RACCONTAMI LA TUA STORIA

PER ESPLORARE LE PROSPETTIVE

PERCHÉ?

- Per affrontare i conflitti.
- Per esplorare questioni delicate che possono causare tensione.
- Per avviare discussioni su qualsiasi argomento o questione.

COME?

Usiamo la fotografia come strumento per esplorare prospettive e multiprospettiva.

CHE COSA?

Materiali:

- Telefoni cellulari o iPad con fotocamera.
- Stampante (se disponibile).

Tempistica

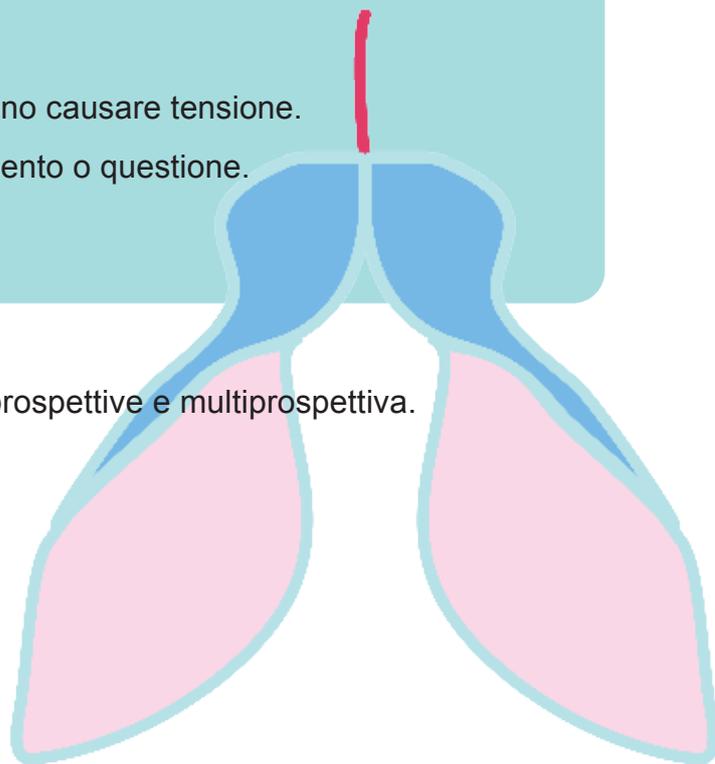
- 5 minuti per un check-in breve: Come ti senti quando inizi questa sessione?
- 5 minuti per spiegare la domanda o il problema e cosa ti aspetti dagli studenti.
- 15 minuti per scattare foto.
- 15 minuti per il debriefing utilizzando il metodo "1-2-4-All".
- 5 minuti per il checkout alla fine.

SPAZIO

- Qualsiasi spazio funziona. Concordare con gli studenti dove possono andare a scattare foto, se necessario.

Dimensione del gruppo:

- Da 8 a 25 studenti.



PROFILO DELLA SESSIONE

1. Introduzione:

- Spiega che la sessione comporterà un esercizio fotografico e assicurati che tutti abbiano i materiali necessari.

2. Fai una domanda:

Fornire agli studenti una domanda a cui rispondere attraverso la fotografia. Alcuni esempi:

- Scatta una foto che esprima i tuoi sentimenti riguardo all'appartenenza a questo o a un altro gruppo.
- Scatta una foto che mostri come ti senti riguardo all'appartenenza (o meno) a un gruppo nel mondo.
- Scatta una foto che rappresenti come ti senti riguardo agli eventi recenti (ad esempio, un attacco in una città specifica).
- Scatta una foto che mostri le tue idee sull'argomento di cui parleremo in classe.
- Scatta una foto che rifletta la tua resistenza o i tuoi sentimenti riguardo alle prossime lezioni su un argomento particolare.

3. Rapporto (Metodo 1-2-4-Tutti):

- **1 minuto:** Pensa tranquillamente per conto tuo.
- **2 minuti:** condividi la tua foto e il suo significato con un partner, lasciando a ogni persona 1 minuto per parlare.
- **4 minuti:** Esplorare *multiprospettiva* di unendosi ad un'altra coppia e discutendo le somiglianze e le differenze in ciò che raccontano le foto.
- **Tutto:** Ogni gruppo di quattro persone riassume la discussione in 3 frasi da condividere con la classe.



VERSIONE ESTESA

- **Creare una mostra:** Stampa le foto e crea una piccola mostra in classe.
 - Facoltativo: invitare un altro gruppo di studenti o insegnanti a visitare la mostra.
- **Serie di foto:** chiedi agli studenti di scattare più foto in risposta alla domanda, creando una serie o un trittico che racconti una storia.

SUGGERIMENTO PER LA FOTOGRAFIA

Osserva un oggetto da vicino e scatta una foto. Quindi scatta un'altra foto da lontano. Rifletti su:

- Qual è la storia che mi racconto riguardo a questo oggetto?
- Che storia racconto agli altri a riguardo?
- Che storia raccontano gli altri su di me?
- Che storie farne altri me ne parli?

SUGGERIMENTO PER LA TENUTA DI UN DIARIO

1. Uno studente condivide la propria foto mentre l'altro ascolta, scrive le parole chiave e trova immagini dalle riviste per rappresentare quelle parole.
2. Invertire i ruoli per il secondo turno.
3. Nella terza fase, entrambi gli studenti combinano parole e immagini per creare un collage, che può poi essere condiviso con la classe.

SUGGERIMENTO PER CARROZZERIA

Crea una risposta che rappresenti l'argomento su cui stai lavorando fisicamente con il tuo corpo. Gli studenti dovrebbero pensare, sentire e collaborare per creare un lavoro che rifletta i loro pensieri e le loro emozioni sulla questione, sia da soli che in piccoli gruppi.



INFORMAZIONI DI BASE

Per questo strumento forniamo due fonti chiave di informazioni per approfondire la comprensione:

1. I 6 canali di consapevolezza di Arnold Mindell:

Arnold Mindell, il fondatore del Process Work (o psicologia orientata ai processi), ha introdotto il concetto di 6 canali di consapevolezza. Questi canali ci aiutano a comprendere meglio noi stessi, gli altri e il mondo. Cambiare canale può aiutarci a sfondare quando ci sentiamo bloccati. Questo strumento utilizza principalmente il file *canale visivo* e gli altri canali vengono utilizzati in prompt diversi.

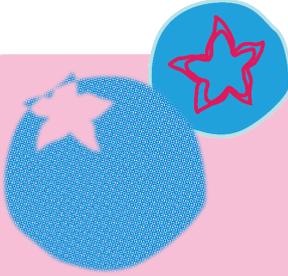
I 6 canali sono:

- **Canale visivo:** Ciò che possiamo vedere (o non possiamo vedere).
- **Canale uditivo:** Ciò che possiamo sentire (o non sentire), compreso il silenzio.
- **Canale cinestetico/movimento:** Movimenti del corpo e segnali fisici.
- **Canale propriocettivo:** Le nostre sensazioni, sentimenti ed emozioni interiori.
- **Canale di relazione:** Cosa succede tra le persone (o dentro di te).
- **Canale mondiale:** Simboli e figure nel mondo che portano consapevolezza nella stanza.

2. John Berger's "Ways of Seeing" / "I modi di vedere" di John Berger:

Lo storico dell'arte John Berger ha scritto un importante saggio su come vediamo il mondo. Sosteneva che vedere non è mai neutrale perché usiamo le parole per descrivere ciò che vediamo, e quelle parole spesso provengono da una minoranza privilegiata che controlla il modo in cui viene interpretata l'arte. Oggi le immagini sono ovunque – nella pubblicità, nei media e nell'arte – e vengono interpretate in molti modi diversi. Berger ci incoraggia a guardare le cose da diverse prospettive e con curiosità, senza giudizio.





ATTREZZO 4: PREDATORE E PREDÀ

ESPLORARE LE DINAMICHE DEL POTERE

PERCHÉ?

- Discutere le dinamiche di potere fuori dalla classe o nella società.
- Esplorare la provenienza delle minacce nel mondo.
- Esplorare le relazioni in cui qualcuno o qualcosa ha potere su di noi.
- Aiutare gli studenti a pensare alla sicurezza

COME?

- Giochiamo a un gioco di simulazione che esplora minacce, rischi, sicurezza e sfide.
- Dopo il gioco, discutiamo di come l'esperienza si collega alle situazioni di vita reale, dentro o fuori la classe.

CHE COSA?

Materiali

- 2 fogli per lavagna a fogli mobili (fissateli al pavimento con nastro adesivo per sicurezza).

Tempistica

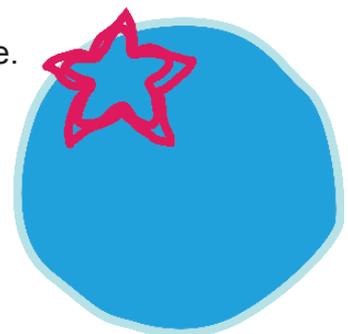
- 5 minuti per impostare e spiegare il gioco.
- 10-15 minuti per giocare.
- 10 minuti per discutere delle sensazioni dopo la partita.
- 10-20 minuti per una conversazione più approfondita sulle dinamiche del potere.
- 15 minuti per concludere con decisioni o accordi (facoltativo).

Spazio

- Spazio aperto dove gli studenti possono muoversi e correre.

Dimensione del gruppo:

- Da 8 a 25 studenti.



PROFILO DELLA SESSIONE

PREPARAZIONE: Liberare lo spazio e disporre da 2 a 4 fogli di carta sul pavimento, distanziati tra loro in modo che gli studenti possano spostarsi facilmente.

1. INTRODUZIONE:

Spiegare il concetto di predatore e preda nel mondo naturale. C'è sempre una caccia, uno è il cacciatore, l'altro la preda, e il predatore ha più potere. Definisci uno "spazio sicuro" dove la preda può scappare. Fornisci esempi come:

- Squali e pesci (barriera corallina = luogo sicuro)
- Leone e zebra (al di là del fiume = luogo sicuro)
- Gatto e topo (tana del topo = luogo sicuro)
- Aquila e coniglio (alberi/foresta = luogo sicuro)

2. SCELTA DEGLI ANIMALI E DEI LUOGHI SICURI:

- Lascia che gli studenti scelgano gli animali che per loro rappresentano predatori e prede e identifichino i luoghi sicuri (rappresentati da un foglio di lavagna sul pavimento).

3. SCEGLIERE UN PREDATORE:

- Chiedi a un volontario di fungere da predatore (non dire ancora al gruppo chi è).

4. SPIEGARE IL GIOCO:

- L'obiettivo dei predatori è catturare la preda.
- Per catturare la preda, i predatori toccano delicatamente la spalla di qualcuno. Una volta toccata, quella persona diventa un predatore.
- La preda può scappare correndo verso un luogo sicuro (la lavagna a fogli mobili).
- Il leader del gioco dirà "ATTACCO" per segnalare quando i predatori possono iniziare a inseguire la preda. La preda può rimanere solo in luoghi sicuri durante un attacco.
- Regala ai predatori un semplice gesto per mostrare chi sono, come fingere di avere una pinna di squalo sulla testa.

5. DURANTE IL GIOCO:

- Man mano che sempre più persone diventano predatori, rimuovi alcuni fogli della lavagna a fogli mobili in modo che ci sia meno spazio sicuro per la preda.
- Il gioco termina quando rimane un'ultima preda.

SUGGERIMENTO:

usa un suono (come un campanello o un fischio) per segnalare quando l'attacco inizia e si ferma.

6. DEBRIEFING SULLA VENTILAZIONE:

Dopo la partita, fai le seguenti domande una per una. Utilizza il “creatività e democrazia profonda” tecnica chiedendo frequentemente:

- “Qualcuno ha una sensazione diversa?”
- “Qualcuno ha un altro pensiero?”
- “Chi la pensa allo stesso modo?”

7. DIALOGO DINAMICO

Passa al dialogo dinamico dello strumento con queste domande suggerite:

- Come è stato passare da predatore a preda?
- Quali sono i “predatori” nella nostra vita?
- Quali sono i “luoghi sicuri” nella nostra vita?
- Dov’è il potere?

NOTE IMPORTANTI:

- **Mantieni il gioco al sicuro:** Questo è un esercizio giocoso per esplorare il potere.
- **Ruoli fluidi:** Consentire agli studenti di passare dal predatore alla preda per sperimentare entrambi i lati.

SUGGERIMENTO: fai delle pause tra un round e l’altro per verificare i partecipanti, soprattutto se qualcuno si sente sopraffatto.

SUGGERIMENTO: esplora i sentimenti che emergono ad ogni riflessione, spostandoti tra il gioco e il disegno paralleli nella vita.

SUGGERIMENTO Distribuisci a due studenti una serie di carte con domande (ad esempio, “Chi sono i predatori nella tua vita?” e “Dove sono i tuoi posti sicuri?”). Invitali a camminare e discutere le domande tra loro.

SUGGERIMENTO. Utilizza uno strumento digitale come Mentimeter per consentire agli studenti di inviare le loro risposte in modo anonimo. Ciò consente a tutti di condividere senza timore di giudizio.

DIALOGO DINAMICO

Puoi continuare con un dialogo dinamico per esplorare approfondimenti più profondi. Ciò coinvolge tutti in una conversazione in cui ogni persona ha una voce. Anche chi non parla viene coinvolto muovendosi, concordando o dissentendo. Passaggi per il dialogo dinamico:

1. Mettiti in cerchio.

2. Istruzioni:

- Qualcuno inizia facendosi avanti e condividendo un’opinione, un’idea o un sentimento.

- Altri mostrano accordo o disaccordo spostandosi in un punto diverso del cerchio. Puoi aggiungere i tuoi pensieri o opinioni.
- Se non sei d'accordo, spostati in un punto diverso della cerchia e condividi la tua opinione.
- Sei libero di cambiare la tua opinione in qualsiasi momento.

3. Facilitazione:

- Mettiti accanto alla persona che parla per offrire supporto. Se qualcosa non è chiaro, spiegalo al gruppo e verifica con il relatore.

4. Quando fermarsi:

- Quando sta emergendo una decisione o la conversazione sembra completa.
- Quando l'energia cambia (ad esempio, le persone smettono di muoversi e iniziano a sedersi).
- Se c'è un forte disaccordo o conflitto, fermati e passa a un dibattito o a un altro strumento.

SUGGERIMENTI:

- Incoraggia il movimento regolarmente ma non forzarlo.
- Consenti alle persone di "nascondersi" se non vogliono partecipare e assicurati che sia ok.

Alternativa: se gli studenti sono stanchi (ad esempio alla fine della giornata scolastica), potete avere una conversazione seduti. Assicurati solo di continuare a facilitare il gruppo per mantenere la discussione coinvolgente.

VERSIONE ESTESA

Puoi consentire agli studenti di votare su determinate proposte, accordi o decisioni utilizzando uno strumento decisionale.

SUGGERIMENTO CREATIVO

Chiedi agli studenti di disegnare le creature che immaginano come predatori e prede. Possono anche tagliare e raccogliere immagini da riviste o creare creature di cartapesta. Una volta che hanno creato le creature, consenti loro di inventare una storia e rappresentarla per la classe.

SUGGERIMENTO PER LA TENUTA DI UN DIARIO

Chiedi agli studenti di scrivere nei loro diari come vivono dentro di loro entrambi i ruoli (predatore e preda). Invitali a riflettere su queste domande:

- Quando ti sei comportato come un predatore nella tua vita?
- Quando ti sei sentito una preda?
- Chi ti aiuta a capire quando ti comporti da predatore o da preda?
- Come potresti aver interpretato ciascuno di questi ruoli internamente? Qual è il tuo comportamento più tipico? Da dove potrebbero provenire questi modelli e c'è qualcosa che vorresti fare diversamente per te stesso?
- Come puoi agire in modo potente dall'interno, senza bisogno di essere un predatore o una preda?

SUGGERIMENTO PER CARROZZERIA

- 1.** Invita gli studenti a sedersi o sdraiarsi comodamente. Guidali attraverso esercizi di respirazione e aiutali a concentrarsi sul proprio corpo. Chiedi loro di notare dove nel loro corpo avvertono la presenza di un predatore o la risposta di una preda.
- 2.** Incoraggiali a prendersi il tempo necessario per esplorare questi sentimenti, quindi termina l'esercizio con una respirazione profonda per rilasciare qualsiasi tensione.
- 3.** Successivamente, spiega che i nostri corpi spesso ci danno segnali quando ci comportiamo come predatori o prede prima che ce ne rendiamo conto consapevolmente.
- 4.** Discuti brevemente sui momenti in cui "prediamo" noi stessi, ad esempio quando ci criticiamo o ci assumiamo troppo stress.

SUGGERIMENTO PER LA FOTOGRAFIA

Chiedi a ogni studente di posare per due foto: una come predatore e l'altra come preda. Possono fare un gesto o un movimento invece di concentrarsi sulle espressioni facciali.

INFORMAZIONI DI BASE

Un filosofo influente sulle dinamiche del potere lo è **Hanna Arendt**. Ha scritto del potere in diversi modi.

Giulia Diamante, ispirato sia da Arendt che da **Arnold Mindell**, descrive quattro tipi di potere nel suo libro *Potenza, una guida per l'utente*:

- **Potenza OLTRE**: potere utilizzato per dominare gli altri creando paura o ansia. Impone regole, valori e modi di pensare.
- **Potenza CON**: Questo è potere condiviso, dove le persone lavorano insieme e si sostengono a vicenda, come nell'attivismo.
- **Potenza A**: la capacità di creare, innovare o fare la differenza.
- **Potenza DENTRO**: il potere interiore che deriva dall'autostima e dalla fiducia, che guida il modo in cui parliamo, agiamo e facciamo le cose.

Un altro concetto utile è il **Rosa di Leary**, che spiega come il comportamento influenza il comportamento nelle relazioni.

SICUREZZA nel mantenere un equilibrio nelle dinamiche di gruppo.

Per mantenere l'equilibrio nelle dinamiche di gruppo, rimanda i partecipanti all'accordo di gruppo stipulato durante la sessione ed esplora come potrebbe essere utile incoraggiare l'adesione ad esso. Se, ad esempio, una persona ha potere in una conversazione (ad esempio un giovane contro un insegnante), può essere utile ricordare al gruppo il "Parla in io" o "Parla di più/Parla di meno". Per ulteriori informazioni vedere il testo sulla sicurezza nella PARTE 2: FACILITAZIONE.

PARTE 4: RISORSE



VOCABOLARIO

Contenimento (p.26) - In psicoterapia, il contenimento è la capacità del facilitatore di fornire uno spazio sicuro e di supporto in cui i clienti si sentono trattenuti emotivamente, aiutandoli a elaborare emozioni intense senza paura o sopraffazione. Questo concetto affonda le sue radici nel lavoro dello psicoanalista Wilfred Bion, che descrisse il contenimento come un modo per elaborare e dare un senso alle emozioni difficili.

Blocca fotogramma/ Freeze frame (p.24) -Una tecnica in cui i partecipanti si fermano e mantengono una posa o posizione specifica, creando un'immagine fissa, come se fosse congelata nel tempo. Viene spesso utilizzato per evidenziare un momento chiave, trasmettere emozioni o consentire al pubblico di riflettere sul significato della scena.

Parole inclusive di genere - Termini e scelte linguistiche che evitino di rafforzare i pregiudizi di genere e includano persone di tutti i sessi. Sono utilizzati per promuovere l'uguaglianza e il rispetto non assumendo o dando priorità ad alcuna identità di genere specifica. Gli esempi includono l'uso di "umanità" invece di "umanità", "partner" invece di "marito" o "moglie" e il singolare "loro" come pronomi per individui il cui genere è sconosciuto o non binario.

Indice GINI (p.5) - Conosciuto anche come coefficiente di Gini o punteggio di Gini, è un parametro che misura la distribuzione disuguale del reddito o del consumo all'interno di un paese. Viene calcolato confrontando la distribuzione effettiva del reddito con uno scenario ipotetico in cui tutti hanno una quota uguale.

Maggioranza globale/ Global Majority - Coniato dalla dottoressa Rosemary Campbell-Stephens e si riferisce a persone di origine africana, asiatica, latinoamericana e indigena in tutto il mondo, che collettivamente costituiscono la maggioranza della popolazione mondiale. Sfida la terminologia eurocentrica come "minoranza" e riformula le prospettive enfatizzando il significato numerico e culturale di questi gruppi a livello globale. Questo termine cerca di potenziare e affermare le identità di persone spesso emarginate nei contesti occidentali.

Grani di verità/ Grains of Truth (p.24) -Nel contesto della Democrazia Profonda, i "granelli di verità" si riferiscono a intuizioni piccole ma significative o prospettive valide all'interno di punti di vista contrastanti o opposti. Riconoscere queste verità favorisce la comprensione, l'inclusività e la risoluzione valorizzando i contributi e le emozioni di tutte le parti, anche in disaccordo.

Intersezionalità (p.15) - Un concetto che esamina come varie identità sociali (come razza, genere, classe, sessualità, ecc.) si intersecano e interagiscono, creando sistemi sovrapposti di discriminazione o privilegio. Evidenzia come le persone sperimentano più forme di oppressione o vantaggio contemporaneamente.

LGBTQI+ (p.5) - sta per Lesbiche, Gay, Bisessuali, Transgender, Queer o Questioning, Intersex, con il “+” che rappresenta altri diversi orientamenti sessuali, identità di genere ed espressioni. È un termine inclusivo che riconosce lo spettro di identità oltre le categorie tradizionali.

Microaggressione (p.5) - Un commento o un’azione sottile, spesso involontaria, che trasmette pregiudizi, pregiudizi o stereotipi nei confronti di un gruppo emarginato. Questi comportamenti possono sembrare minori o innocui, ma possono avere un impatto negativo cumulativo sul benessere mentale ed emotivo delle persone prese di mira. Gli esempi includono ipotesi sulle capacità di qualcuno in base alla razza, al sesso o ad altri aspetti della propria identità.

Monolinguisimo (p.5) - La condizione di parlare una sola lingua. Si riferisce a individui o comunità che utilizzano un’unica lingua per comunicare, senza avere padronanza di altre lingue.

Multiperspettività (p.37) - L’approccio che consiste nel considerare molteplici punti di vista o prospettive per acquisire una comprensione più completa di una situazione o di un problema, riconoscendo che esperienze e punti di vista diversi possono arricchire l’analisi.

Multilinguismo (p.5) - La capacità di parlare e comprendere più lingue. Può riferirsi a individui che usano fluentemente più lingue o a comunità in cui si parlano più lingue.

Neurodivergente (p.13) - Si riferisce a individui il cui funzionamento cerebrale e processi cognitivi differiscono dai modelli tipici o “neurotipici”. Ciò include condizioni come l’autismo, l’ADHD, la dislessia e altre, e il riconoscimento che queste differenze sono variazioni naturali nella diversità umana piuttosto che deficit.

Orientato al processo (p.14) - Si concentra sulla gestione delle dinamiche e della comunicazione durante un conflitto, mirando alla comprensione reciproca e alla risoluzione collaborativa dei problemi piuttosto che solo al risultato.

Grado (sociale o psicologico) (p.19) - Il rango sociale è lo status di una persona in una gerarchia sociale, influenzato da fattori come ricchezza, potere o identità. Un rango psicologico è il senso interno di potere, fiducia e autostima di un individuo, modellato dalle esperienze personali.

Linea di galleggiamento/ Waterline (p.53) -In Deep Democracy, la linea di galleggiamento rappresenta la soglia di conforto o sicurezza all’interno di un gruppo, dove vengono espresse solo determinate opinioni o emozioni. Quando la “linea di galleggiamento” è alta, vengono condivise solo le prospettive gradevoli o a livello superficiale, mentre al di sotto rimangono nascoste visioni più profonde e potenzialmente più stimolanti. Abbassare la linea di galleggiamento incoraggia l’espressione di questi punti di vista nascosti, favorendo un dialogo più inclusivo e autentico e un migliore processo decisionale.

UNA BIBLIOTECA VISIVA

COME CREARE UNA LIBRERIA VISIVA:

1. Acquista un set già pronto

Il modo più semplice per ottenere una libreria visiva è acquistarne una. Online è possibile trovarne di vario tipo

2. Collezione cartoline

Puoi creare una libreria visiva collezionando cartoline. Musei, librerie e luoghi turistici sono ottimi posti per trovare cartoline interessanti.

3. Utilizza immagini di riviste

Ritaglia le immagini dalle riviste e incollale su cartoline bianche. In questo modo, puoi creare una collezione più personalizzata.

4. Scatta e stampa le tue foto

Se ti piace la fotografia, puoi stampare le tue foto in formato cartolina e aggiungerle alla tua libreria.

5. Chiedi al gruppo o alla comunità

Puoi coinvolgere il gruppo o la comunità con cui lavori chiedendo loro di contribuire con immagini che gli piacciono o che trovano significative da aggiungere alla libreria visiva.

SENSIBILITÀ CULTURALE

La creazione di materiali educativi culturalmente reattivi è essenziale per costruire un ambiente di apprendimento inclusivo e di supporto. Ecco 8 suggerimenti che gli insegnanti dovrebbero tenere in considerazione, soprattutto quando utilizzano le immagini:

1. LA RAPPRESENTAZIONE È IMPORTANTE

Utilizza immagini che riflettano una vasta gamma di culture, etnie, generi, abilità e background. Ciò aiuta gli studenti a sentirsi visti, apprezzati e inclusi.

2. EVITA GLI STEREOTIPI

Fai attenzione alle immagini che possono rafforzare gli stereotipi o travisare le culture. Scegli immagini che mostrino la diversità all'interno di ciascun gruppo culturale.

3. AUTENTICITÀ

Seleziona immagini autentiche da fonti affidabili e culturalmente appropriate. Le immagini autentiche aumentano la credibilità e migliorano le esperienze di apprendimento degli studenti.

4. SENSIBILITÀ E RISPETTO

Sii sensibile e rispettoso nei confronti delle differenze culturali quando selezioni e discuti le immagini. Evita di utilizzare immagini che potrebbero essere viste come offensive o irrispettose.

5. DISCUSSIONI INTERATTIVE

Incoraggia gli studenti a impegnarsi in discussioni sulle immagini. Ciò promuove il pensiero critico, la consapevolezza culturale e consente agli studenti di condividere le proprie esperienze e prospettive.

6. LINGUA INCLUSIVA

Utilizza un linguaggio inclusivo quando descrivi le immagini per evitare di escludere qualsiasi gruppo. Scegli parole che rispettino la diversità e promuovano l'inclusività.

7. APPROCCIO MULTIMODALE

Includere una varietà di media visivi come fotografie, opere d'arte, infografiche e video per soddisfare diversi stili e preferenze di apprendimento.

8. ACCESSIBILITÀ

Assicurati che tutte le immagini siano accessibili, anche per gli studenti con disabilità visive. Fornisci formati o descrizioni alternativi per garantire che tutti possano interagire con il contenuto.

Applicando questi suggerimenti, gli insegnanti possono creare materiali culturalmente rispondenti che promuovono l'inclusione, l'empatia e il rispetto per la diversità in classe. Rimani aperto all'apprendimento e all'adattamento in base a diverse prospettive ed esperienze. Chiedi feedback a studenti e colleghi per migliorare continuamente la reattività culturale dei tuoi materiali didattici.

IL POTERE DELLA FOTOGRAFIA

In questo progetto scegliamo deliberatamente di lavorare con la fotografia. Crediamo che sia un potente strumento di facilitazione creativa per molte ragioni:

1. **NUOVE PROSPETTIVE:** La fotografia offre un modo nuovo di vedere te stesso, gli altri e il mondo.
2. **AUTOESPRESSIONE:** Ti aiuta a esprimere i tuoi pensieri e sentimenti.
3. **CONNESSIONE:** La fotografia ti incoraggia a pensare a come connetterti con gli altri.
4. **RELATIVO AL MONDO:** Ti permette di interagire con il mondo in un modo diverso.
5. **STIMOLA LA CURIOSITÀ:** La fotografia stimola la curiosità, che è una competenza importante per il futuro.
6. **RIFLESSIONE CRITICA:** Consente sia ai creatori che agli spettatori di riflettere in modo critico e di imparare gli uni dagli altri.
7. **VALORIZZARE L'ESPERIENZA:** Valorizza le esperienze dei creatori (in questo caso, i giovani). Il creatore e l'immagine sono entrambi riconosciuti, il che può aumentare l'autostima. Come ha detto Susan Sontag, "Fotografare è conferire importanza".
8. **RAPPRESENTAZIONE INTUITIVA:** Consente la rappresentazione dei sentimenti interni utilizzando competenze intuitive e accessibili poiché la maggior parte delle persone ha accesso a una fotocamera.
9. **CATALIZZATORE PER LA CONVERSAZIONE:** Come dice Wheeler, "Le fotografie possono fungere da catalizzatori per conversazioni e opportunità di notare le cose". (Questa citazione è tratta da un articolo di Trupti Magecha e Nick Barnes in *Arte Psicoterapia e Innovazione*, P. 131.)

deep:black ha ideato molteplici progetti lavorando con la fotografia e ha curato importanti mostre basate su questi processi.

La **METODOLOGIA** sviluppata da deep:black e introdotta in questo progetto si basa su:

- Comunicazione nonviolenta (Rosenberg)
- Un approccio centrato sulla persona (Rogers)
- Il triangolo drammatico (Karpman)
- Ricerca su vergogna e vulnerabilità (marrone)
- Usare le fotografie come strumenti terapeutici (Weiser)
- Tecniche di Arteterapia che rivelano pensieri inconsci

Usiamo la fotografia come strumento creativo per esplorare questioni delicate, tensioni o conflitti in un modo che sia:

- **Non giudicante:** Il punto di vista di tutti è rispettato.
- **Convalida:** Ogni prospettiva è accettata.
- **Di supporto:** Tutti possono trovare il successo.
- **Di larghe vedute:** Incoraggia diversi punti di vista.
- **Olistico:** Ci permette di vederci l'un l'altro sotto una nuova luce, migliorando una comprensione più olistica delle persone nel campo dell'istruzione.

Informazioni **TECNICHE** sull'uso della fotografia in classe

- **Disponibilità della fotocamera:** Puoi utilizzare telefoni cellulari, iPad, ecc.
- **Cosa succede se non hai una macchina fotografica?** È possibile stampare le foto sul posto. - Come?- utilizzando le immagini di Internet?

DEMOCRAZIA PROFONDA IN 10 PUNTI ELENCO

1

Definizione: La democrazia profonda è un metodo per prendere decisioni che includono tutti e per risolvere i conflitti.

2

Metafora dell'iceberg: La democrazia profonda usa la metafora di un iceberg per descrivere un gruppo. L'iceberg ha tre strati:

- La punta rappresenta i pensieri coscienti del gruppo.
- La parte centrale rappresenta i sentimenti inconsci.
- Lo strato inferiore racchiude la potenziale saggezza del gruppo.

3

Obiettivo - linea di galleggiamento/ *waterline*: L'obiettivo della democrazia profonda è abbassare il linea di galleggiamento dell'iceberg incoraggiando le persone a esprimere ciò che deve essere detto. Questo ci permette di accedere alla saggezza collettiva che è già presente nel gruppo.

4

Ascolto di voci diverse: La democrazia profonda ci insegna ad ascoltare le voci del “no” e le idee alternative. Queste prospettive sono importanti e possono condurci alla saggezza collettiva. Sfidano le voci dominanti e aiutano a rompere un falso senso di armonia che può impedire una discussione onesta.

5

Resistenza nei gruppi: A volte, il linea di galleggiamento non può essere abbassato perché c'è resistenza nel gruppo. Quando le persone sentono di non poter esprimere i propri pensieri o sentimenti, possono sentirsi ignorate o invisibili nei processi decisionali autocratici o basati sulla maggioranza. Per farcela, possono mostrare comportamenti di sabotaggio, come spettegolare, inventare scuse, interrompere la comunicazione, agire in modo distruttivo o addirittura abbandonare il gruppo. Nella democrazia profonda, consideriamo la resistenza come uno strumento diagnostico. Capire dove si trova il gruppo ci aiuta a decidere quali metodi utilizzare.

6

Bordatura e ciclismo: Nella democrazia profonda, prestiamo attenzione al “bordo” e al “ciclaggio” nei gruppi. Un argomento o uno schema spesso ritorna almeno tre volte, spesso insieme a segnali di disimpegno, come noia, sbadigli, disagio fisico o persone che escono e rientrano dalla stanza. Questi segnali indicano un punto critico *in cui è necessario dire qualcosa di importante*.

7

Creare sicurezza: Per incoraggiare l'espressione aperta, cerchiamo di creare un ambiente sicuro nei gruppi. Lo facciamo introducendo principi guida, come "nessuno ha il monopolio della verità", e concordando ciò che è necessario per sentirsi sicuri. In questi momenti rallentiamo la discussione.

8

Strumenti passo dopo passo: Utilizziamo strumenti nel coaching di gruppo che sono semplici e facili da seguire. Questi strumenti hanno un approccio graduale e possono essere efficaci anche se non si conosce la teoria di base.

9

Facilitatori della formazione: Per utilizzare questi strumenti in modo efficace, formiamo i facilitatori in quelle che chiamiamo "meta-competenze". Questi sono atteggiamenti importanti da sviluppare, come presenza, compassione, superascolto, chiarezza e intuizione.

10

Inclusività: Lavorare con una democrazia profonda garantisce che tutte le voci siano ascoltate. Impedisce che i voti "no" vengano ignorati o incolpati e mantiene tutti coinvolti nella discussione.

ULTERIORI LETTURE

Arendt, H., 2019. *The human condition*. University of Chicago press.

Arnold, M., 1992. *The Leader as a Martial Artist: An Introduction to Deep Democracy*. San Francisco: HarperSanFrancisco.

Berger, J., 2008. *Ways of seeing*. Penguin UK.

Berger, J., 2013. *Understanding a photograph*. Penguin UK.

Bion, W. and Hinshelwood, R., 2023. *Learning from experience*. Routledge.

Bion, W., 1967. *Notes on memory and desire*. Classics in psychoanalytic technique.

Brandsma, B., 2017. *Polarisation. Understanding the dynamics of Us versus Them*. Amsterdam: BB in Media.

Campbell-Stephens, R.M., 2021. *Educational leadership and the global majority: Decolonising narratives*. Springer Nature.

Diamond, J., 2016. *Power: a user's guide*. Belly Song Press.

Diamond, J. and Jones, L.S., 2018. *A path made by walking: Process work in practice*. Belly Song Press.

Gibson, N., 2018. *Therapeutic photography: Enhancing self-esteem, self-efficacy and resilience*. Jessica Kingsley Publishers.

Hannah, D., 2021. *Hold: event-space and containerization in the time of covid-19*. Dramatic Architectures. Theatre and Performing Arts in Motion.

Kaimal, G., Burr, A., Bryant, E., Winter, N., Higginson, N., Hawthorne, H., Hsu, T.W.L., Chan, W.W., Liu, C.Y., Magecha, T. and Barnes, N., 2022. *Art psychotherapy and innovation: New territories, techniques and technologies*. Jessica Kingsley Publishers.

Lewis, M., 2013. *About Deep Democracy*. Deep Democracy-The Lewis Method.

Lewis, M. and Woodhull, J., 2008. *Inside the no: Five steps to decisions that last*. Pretoria: M. Lewis.

Lipmanowicz, H. and McCandless, K., 2013. *The surprising power of liberating structures: Simple rules to unleash a culture of innovation*. Seattle, WA: Liberating Structures Press.

Lipmanowicz, H. and McCandless, K., 2017. *Liberating structures*. Liberating Structures Mobile App. Seattle, Washington, United States of America.

Luft, J. and Ingham, H., 1955. *The Johari window, a graphic model of interpersonal awareness*. Proceedings of the western training laboratory in group development, 246.

Mindell, A., 2000. *Working on yourself alone*. Arkana. Mindell, A., 2014. *Sitting in the fire: Large group transformation using conflict and diversity*. Deep Democracy Exchange.

Plett, H., 2020. *The art of holding space: a practice of love, liberation, and leadership*. Page Two.

Rademakers, I. (2018). *Rose of Leary - Hunters & Makers*. [online] Hunters & Makers. Available at: <https://www.huntersandmakers.com/en/roos-van-leary/>

Rosenberg, M.B. and Chopra, D., 2015. *Nonviolent communication: A language of life: Life-changing tools for healthy relationships*. PuddleDancer Press.

Sontag, S., 2021. *On photography*. In *Illuminations* (pp. 230-234). Routledge.

Weiser, J., 2018. *Phototherapy techniques: Exploring the secrets of personal snapshots and family albums*. Routledge.

RINGRAZIAMENTI

VORREMMO ESPRIMERE LA NOSTRA GRATITUDINE A:

- Insegnanti e studenti con cui abbiamo lavorato:
- Erasmo +
- Comitato direttivo del CARB
- Myrna Lewis

