

STRUMENTI UTILIZZATI NEL PERCORSO DI FORMAZIONE

Il percorso di formazione è stato suddiviso in 5 fasi corrispondenti ad altrettanti contenuti. Nella prima fase si è lavorato alla stesura del contratto formativo; nella seconda sono state illustrate e stimolate quelle life skills ritenute utili ai fini di un percorso di peer education; nella terza è stato affrontato il tema del volontariato e della cittadinanza attiva; nella quarta fase si è lavorato alla realizzazione di un breve video; infine nella quinta fase ci si è concentrati sull'organizzazione del lavoro da svolgere in classe.

FASE 1: CONTRATTO FORMATIVO

Il primo incontro con i ragazzi è stato dedicato alla presentazione del percorso formativo alla peer education, con una particolare attenzione alla condivisione degli obiettivi del progetto, per arrivare all'elaborazione insieme ai peer educator di un patto formativo. Tale patto è risultato pertanto stipulato tra l'ente promotore della formazione e i ragazzi.

Lo stesso patto prevedeva una sintetica descrizione delle fasi dell'intero progetto, centrando il focus sull'impegno assunto da studenti e formatori nei confronti del gruppo. L'ente promotore della formazione si è impegnato a:

- comunicare le finalità e le fasi di intervento previste nel percorso formativo;
- esplicitare il metodo di lavoro e gli strumenti utilizzati;
- fornire l'assistenza e gli strumenti utili per la preparazione e la conduzione degli incontri di sensibilizzazione ai coetanei da parte dei peer educator;
- fornire la copertura assicurativa;
- rilasciare un attestato di partecipazione come certificazione della partecipazione alle diverse fasi del progetto.

I partecipanti al progetto si sono impegnati a:

- collaborare nelle attività e partecipare in maniera attiva e rispettosa del gruppo;
- esprimere pareri e proposte;
- rispettare il calendario degli appuntamenti e gli orari stabiliti;
- rispettare le cose, le persone, gli ambienti e le attrezzature;

- comunicare al gruppo eventuali difficoltà nella partecipazione. Accanto a questo, è stata prevista la possibilità di recedere dal contratto, previa comunicazione e motivazione della scelta al gruppo.

FASE 2: FORMAZIONE ALLA PEER EDUCATION

LIFE SKILLS

I programmi delle cosiddette "Life Skills" sono stati sviluppati a partire dagli inizi degli anni '80 all'interno degli orientamenti di prevenzione come programmi di educazione volti alla prevenzione dell'abuso di sostanze e delle gravidanze precoci. Negli anni '90, l'OMS - Organizzazione Mondiale della Sanità - ha definito le Life Skills come "abilità che consentono di trattare efficacemente con le richieste e le sfide della vita quotidiana", possono quindi essere considerate come "abilità di vita" e "per la vita" che si pongono alla radice di ogni processo adattivo "umano".
Definizioni sintetiche delle Life skills (OMS):

Decision making (capacità di prendere decisioni): capacità di elaborare attivamente il processo decisionale, valutando le differenti opzioni e le conseguenze delle scelte possibili.

Problem solving (capacità di risolvere i problemi).

Pensiero creativo: agisce in modo sinergico rispetto alle due competenze sopracitate, conferendo al soggetto la capacità di esplorare le alternative possibili e le conseguenze che derivano dal fare o meno determinate azioni. È legato alla capacità di riconoscere, tra pensieri ed oggetti, nuove connessioni che portano ad innovazioni e cambiamenti, ampliando la possibilità di rispondere in maniera adattiva e flessibile alle situazioni della vita quotidiana.

Pensiero critico: capacità di analizzare situazioni, informazioni ed esperienze e di elaborare giudizi, per favorire il riconoscimento e la valutazione oggettivi dei fattori che influenzano atteggiamenti e comportamenti.

Comunicazione efficace: capacità di sapersi esprimere, sia sul piano verbale che non verbale, con modalità appropriate rispetto alla cultura e alle situazioni. È legata all'abilità nel manifestare opinioni, desideri, bisogni, paure e, in caso di necessità, di chiedere consiglio e aiuto. È un processo chiave che permette il funzionamento del gruppo garantendo lo scambio di informazioni, finalizzandolo al raggiungimento dei risultati.

Abilità nella relazione interpersonale: capacità di mettersi in relazione ed interagire con gli altri in maniera positiva, di creare e mantenere relazioni di rilievo sul benessere mentale e sociale.

Autoconsapevolezza: presa di coscienza di sé, con il riconoscimento del proprio carattere, delle proprie forze e debolezze, dei propri desideri ed insofferenze.

Empatia: capacità di immedesimarsi in un'altra persona fino a coglierne i pensieri e gli stati d'animo.

Gestione delle emozioni: riconoscimento delle emozioni proprie ed altrui; è legata alla consapevolezza dell'influenza delle emozioni sul comportamento e alla capacità di rispondere alle medesime in maniera appropriata.

Gestione dello stress: capacità di riconoscere le fonti di stress nella vita quotidiana, nel comprendere come queste "tocchino" e nell'agire in modo da controllare i diversi livelli di stress.

All'interno del programma formativo di "Giovane cittadinanza" sono state condivise e sviluppate in particolare tre Life Skills: la comunicazione efficace, la capacità di instaurare relazione interpersonali ed il pensiero creativo.

Di seguito sono riportate alcune proposte di attività per ciascuna Life Skills scelta. Nei singoli programmi formativi sono riportati gli strumenti che ogni realtà territoriale ha utilizzato.

CAPACITÀ DI SVILUPPARE RELAZIONI INTERPERSONALI

"Intervista incrociata" (30 minuti). I ragazzi saranno divisi in coppie, ciascuno avrà 5 minuti di tempo per fare una breve presentazione di sé e degli aspetti che ritiene importanti che il suo partner sappia. Si ritorna nel gruppo, ciascuno presenterà il suo partner "raccontandolo" in prima persona. Per riflettere: Come ti sei sentito quando il tuo compagno parlava di te? Come ti sei sentito mentre lo rappresentavi?

(da "Educamondo", Roma, Edizioni AVE, 2005)

"Alzarsi insieme" (20 minuti). Parteciperete ad una piccola esperienza di cooperazione in cui potrete provare ad entrare in sintonia con gli altri. Sceglietevi un compagno... Sistematevi nella stanza e sedetevi per terra, schiena a schiena... In questo gioco potrete imparare a concordare il vostro tempo con quello degli altri. Ora agganciate le braccia del compagno e cercate di alzarvi contemporaneamente. Non appoggiate le mani sul pavimento per alzarvi; provate più volte... parlate tra voi e cercate di stabilire se, insieme, siete riusciti a cavarvela. Siete riusciti ad alzarvi insieme? Cosa vi ha aiutato? Cosa è stato difficile?

È possibile ripetere il gioco a gruppi di tre: siete riusciti ad alzarvi in tre? Che cosa c'è stato di diverso dalle altre volte? Cosa vi ha aiutato? Cosa è stato difficile?

Potete ripetere il gioco con gruppi di 4, 5, 7, 12 partecipanti...

Per riflettere dopo il gioco: con quanti compagni è stato difficile alzarsi tutti insieme? Quali procedure ci hanno aiutato ad alzarci tutti insieme? Quali hanno reso le cose più difficili? In che misura sono stato capace di sintonizzarmi con gli altri? Penso che nel gruppo si proceda troppo velocemente o troppo lentamente? Chi ha il mio stesso tempo nel gruppo?

(da "Educamondo", Roma, Edizioni AVE, 2005)

CAPACITÀ COMUNICATIVA

Comunicazione a una e due vie. 1^a parte: comunicazione ad una via. Viene consegnato ad uno dei partecipanti un cartoncino con una figura geometrica “composta” e vengono distribuite carta e penna a tutti gli partecipanti. Dopo averla studiata attentamente, il primo partecipante comincia a descrivere la figura il più precisamente possibile, mentre il resto del gruppo, in silenzio, cerca di disegnarla seguendo le sue indicazioni.

2^a parte: comunicazione a due vie. Viene consegnato allo stesso partecipante un secondo cartoncino con una figura geometrica differente dalla precedente. Dopo averla studiata attentamente, il primo partecipante comincia a descrivere la figura il più precisamente possibile, mentre il resto del gruppo cerca di disegnarla seguendo le sue indicazioni. In questa seconda parte dell’attività, coloro che ascoltano e disegnano possono far domande per chiarire dubbi o chiedere maggiori informazioni sul disegno finché sentono di sapere tutto sulla figura, e la persona che descrive la figura cerca di rispondere ai quesiti.

Dovrebbe essere così possibile per ogni partecipante disegnare la figura in maniera estremamente precisa.

Di seguito sono ripostati alcuni spunti per la riflessioni offerti dall’attività:

- è necessario concentrarsi sulle informazioni essenziali;
- per trasmettere un’esperienza può non bastare che qualcuno dica qualcosa su di essa;
- è possibile trasmettere agli altri l’esperienza solo dopo aver fatto chiarezza sui contenuti da trasmettere;
- la lezione frontale da parte dei pari e la comunicazione ad una via sono meno produttive, anche se sono spesso desiderate dai docenti. Risulta essere maggiormente produttivo offrire a coloro che partecipano all’incontro la possibilità di porre domande, ricercare una discussione reciproca, non pretendere di ricoprire il ruolo dell’istruttore, ecc.

(da Claudia Kahr, Edizioni Landschaftsverband Westfalen-Lippe, 1999)

1, 2, 3 RITMO. L’obiettivo è di rilassare il gruppo e sperimentare forme di comunicazione analogica attraverso l’esperienza diretta. Si chiede ai partecipanti di mettersi a coppie. In piedi uno di fronte all’altro, alternandosi, contano 1, 2, 3. Quando le coppie hanno raggiunto un buon ritmo nell’alternarsi a contare, chiedere di sostituire gradualmente i numeri con gesti e/o suoni. In seguito si chiede, a chi vuole, di mostrare al gruppo il proprio modo analogico di contare. In genere, occorre dare piccoli esempi per far comprendere l’esercizio. Meno suggerimenti si danno più le coppie

produrranno delle conte analogiche originali. È importante non forzare nessuno a svolgere l'esercizio.

PENSIERO CREATIVO

Le competenze relative al pensiero creativo sono state sviluppate in maniera esperienziale in particolare attraverso due fasi del percorso di peer education: durante l'ideazione e la realizzazione del video, che ha visto impegnati in prima persona i ragazzi su vari fronti, nella fase di costruzione della sceneggiatura, nella ricerca di "materiali di scena" quali abiti, piccoli oggetti etc, nel momento delle riprese e nella fase finale di revisione del girato; secondo momento importante è stato la programmazione degli incontri di sensibilizzazione in classe e la loro concreta attuazione.

FASE 3: VOLONTARIATO E CITTADINANZA ATTIVA

Questa fase di intervento è stata dedicata alla definizione e all'approfondimento dei concetti di "volontariato" e "cittadinanza attiva", utilizzando la riflessione sulla Carta dei valori del volontariato (elaborata da FIVOL e Gruppo Abele) ed esercitazioni attraverso il role-playing, una modalità esperienziale basata sull'immaginazione e sulla capacità di immedesimarsi in un personaggio che vive in un certo periodo una determinata situazione.

FASE 4: REALIZZAZIONE DEL VIDEO

Si è proceduto quindi con la realizzazione di un video su una realtà associativa del territorio, tutti i lavori realizzati nelle diverse regioni sono poi confluiti in un unico contenitore, rappresentativo di tutti i settori del volontariato (sanitario, socio-assistenziale, culturale, protezione civile, ambientale) utilizzato per l'attività di sensibilizzazione in classe.

Nella prima fase i ragazzi sono stati coinvolti in un incontro formativo sulle tecniche di ripresa e di scrittura di una sceneggiatura. Successivamente il gruppo dei peer ha scelto l'Associazione da presentare con il video e ne ha incontrato alcuni volontari che hanno approfondito la conoscenza dell'A.d.V. così da fornire loro maggiori spunti per la stesura della sceneggiatura comprensiva di dialoghi, musiche etc. Passo finale è stato quello di realizzare le riprese video che poi sono state montate, seguendo le indicazioni dei ragazzi, da un professionista esperto.

FASE 5: PROGRAMMAZIONE DEGLI INCONTRI DI SENSIBILIZZAZIONE IN CLASSE

Gli ultimi incontri prima della sperimentazione dei peer con i coetanei sono stati dedicati all'ideazione della scaletta dell'intervento e alla preparazione sulle modalità di attivazione del gruppo classe.

Ai ragazzi è stata poi proposta una simulazione che consentisse loro di sperimentare i contenuti e le tecniche appresi durante la formazione in una sorta di prova generale in vista dell'appuntamento a scuola.