

Scopro i miei talenti e oriento il mio futuro



ISTITUTO di PSICOSINTESI
Fondato da Roberto Assagioli
CENTRO di ANCONA
v. Palestro, 46
tel. 071- 200813 cel. 3273285090
www.psicosintesi.it/centri/ancona
 Centro Psicopsintesi Ancona

SCOPRO I MIEI TALENTI E ORIENTO IL MIO FUTURO è un progetto dell'Istituto di Psicopsintesi - Centro di Ancona, inserito nei percorsi educativi **destinati alla scuola**.

L'attività è rivolta agli studenti delle classi terze della scuola secondaria di primo grado, che si trovano di fronte alla scelta della scuola superiore: un'importante decisione nel proprio percorso personale e professionale.

Cosa faccio dopo la scuola media?

Spesso per gli studenti e per le loro famiglie non è sufficiente ricevere corrette informazioni relative all'offerta formativa del territorio: ci sono aspetti personali su cui è necessario soffermarsi, diversità di interessi, valori, attitudini, desideri di ogni ragazzo.

Nel percorso, al fine di avere una maggiore consapevolezza e libertà di scelta, verranno contattati, esplorati e condivisi capacità, aspirazioni, talenti individuali, facendo emergere e permettendo la comprensione di paure, difficoltà, demotivazioni e aspettative, "pressioni" che possono deviare e/o ostacolare la scelta più adatta al futuro Uomo.

Attraverso la comprensione e l'attivazione della VOLONTA' di scegliere consapevolmente, si favorirà la percezione di sé come "*soggetto vivente*", *dotato di potere, capace di costruire rapporti, di operare cambiamenti nella propria personalità, negli altri e nelle circostanze*" (R.Assagioli).

Curando l'educazione all'auto ascolto e alla consapevolezza di sé, si attiveranno la competenza a valutare le situazioni che si presentano e la capacità di decidere, di volta in volta, come rispondere, per "*diventare ciò che si è*" e per comprendere ciò che concretamente può attuarsi.

Le attività del settore di Psicopsintesi educativa sono state approvate dal
MIUR-USR Marche.

Prot. n. 12291/C12a Ancona, 8 agosto 2013

FINALITA' favorire nei ragazzi lo sviluppo di competenze emotive, affettive, cognitive e relazionali per orientare scelte autonome e coerenti con il proprio piano autorealizzativo. Promuovere la conoscenza della Stella delle Funzioni, come mappa utile al processo di autorealizzazione e all'uso consapevole e responsabile della Volontà.

OBIETTIVI

OBIETTIVI PER I RAGAZZI:

- 1) Sviluppare capacità di autoascolto;
- 2) Acquisire strumenti di conoscenza di sé stessi, scoprendo attitudini, interessi;
- 3) Acquisire la capacità di manifestare opinioni e desideri, bisogni e paure, divenendo capaci, in caso di necessità, di chiedere consiglio e aiuto;
- 4) Imparare a confrontarsi con gli altri, riconoscendo e valorizzando la diversità individuale;
- 5) Mettere a fuoco le motivazioni e individuare istanze interne/esterne;
- 6) Capacità di confrontarsi con la frustrazione, la fatica, il fallimento ed il successo;
- 7) Fiducia in sé, autostima;
- 8) Acquisire una progressiva consapevolezza del collegamento esistente tra scelta scolastica e progetto di vita.

OBIETTIVI PER GLI ADULTI:

- 1) Potenziare la consapevolezza del ruolo dell'adulto
- 2) Migliorare la capacità di ascolto attivo
- 3) Utilizzo della Stella delle Funzioni come strumento di conoscenza dell'individuo
- 4) Ritiro proiezioni e aspettative che creano ansia nel momento della scelta
- 5) Sviluppare la Fiducia nei processi autorealizzativi dell'Essere Umano (anche se **TUO** figlio o alunno 😊)

DESTINATARI

L'attività è rivolta agli alunni dell'ultimo anno della scuola secondaria di primo grado, a genitori e docenti.

ATTIVITÀ

L'attività sarà strutturata in due momenti:

- **incontri-dibattito** con genitori, docenti e ragazzi
- **interventi in classe** (moduli A -B -C)

- **Incontri-dibattito con genitori, docenti e ragazzi-** Le attività sono pensate per favorire il dialogo tra le parti coinvolte nella scelta e per potenziare le

competenze di ascolto attivo da parte dell'adulto, favorendo il ritiro di proiezioni e condizionamenti pregressi.

Utilizzando la metafora del viaggio attraverso la proiezione di slide, si introdurranno gli adulti e i giovani alla chiave di lettura del tema della scelta come opportunità per impostare il proprio progetto di vita.

Saranno attivati dibattiti e giochi di ruolo che coinvolgano tutti evocando in ciascuno i momenti salienti di scelta.

Sarà somministrato un questionario per un approccio personale allo sviluppo della propria stella delle funzioni.

Saranno realizzati 2 incontri, uno all'inizio del percorso il secondo come momento conclusivo dell'intera attività

- **interventi in classe**- L'azione in classe rappresenterà il fulcro dell'attività, in quanto i ragazzi saranno al centro delle proposte che potranno essere sperimentate in assenza di giudizio. Sono previsti simulate, giochi di ruolo, giochi proiettivi, disegno, visualizzazioni e condivisioni guidate, secondo la teoria e la prassi psicosintetica. Si prevedono **3 MODULI** per ogni classe

MODULO A - IO ...COME FUNZIONO?

Circle time: dopo un breve giro di presentazione, si illustreranno le funzioni della stella di Roberto Assagioli fornendo una mappa per la lettura dei singoli percorsi energetici.

Calando le funzioni nella vita quotidiana e aiutando gli alunni a riconoscere in quanti modi esprimono la propria energia, saranno invitati a riconoscere il livello fisico (le sensazioni e gli impulsi o istinti), il livello emotivo (le emozioni e i sentimenti), il livello mentale (pensiero, immaginazione e intuizione).

La focalizzazione sarà mirata al riconoscimento del "qui e ora" (es: quando e in quali situazioni mi capita di desiderare, di provare emozioni, di sentire degli istinti ..di pensare di provare sentimenti?)

Nella seconda parte dell'incontro si darà attenzione alla possibilità di attivare la Volontà. Infatti ogni ragazzo sarà invitato ad attraversare e occupare lo spazio fisico della stella disegnata per terra, esplorandola e sentendo dove *sceglie* di andare. In questa parte del gioco lo studente potrà lasciare dei brevi messaggi, spunti e riflessioni sulla punta o punte della stella da cui maggiormente si è sentito ispirato.

Circle time e questionario. Lo spazio del circle time rappresenta un momento centrale del modulo, dove il ragazzo è chiamato ad elaborare in gruppo l'esperienza svolta, condividendone contenuti e aprendosi all'ascolto, senza giudizio, dei vissuti dei compagni. Lo spazio di riflessione condivisa in gruppo agevola lo sviluppo delle capacità intuitive e permette altresì di far esperienza di un diverso contesto relazionale e comunicativo.

MODULO B - IO ...E LA RELAZIONE

Circle time: il gruppo classe condividerà umori, stati d'animo, riflessioni... cercando di far emergere elaborazioni maturate dall'incontro precedente.

Presentazione del lavoro, sottolineando l'aspetto relazionale e psico-corporeo delle proposte. Questo momento sarà l'occasione per sottolineare ulteriormente l'importanza del **principio di innocuità**, caro ad Assagioli che si concretizza non solo nel rispetto dello spazio fisico dell'altro (importante sarà direzionare le energie e l'entusiasmo dei ragazzi), ma anche e soprattutto nel rispetto dello spazio intimo e affettivo (astensione dal giudizio, dal commento, da atteggiamenti che possano urtare la vulnerabilità dell'altro in un momento di sincera apertura).

La proposta coinvolgerà i ragazzi in giochi eseguiti quasi sempre in coppia o in piccoli gruppi. I giochi si susseguiranno con ritmi veloci, tra un cambio e l'altro di attività si darà spazio alla condivisione nel gruppetto di lavoro.

Primo gioco: Gioco dello specchio

Secondo gioco: Gioco dei confini

Terzo gioco: Gioco della fiducia

Circle time e questionario

MODULO C - IL MIO MODELLO IDEALE

Circle time, condivisioni, impressioni, riflessioni e comprensioni del percorso svolto. Somministrazione questionario "IO tra 10 anni...20 anni...30 anni..."

Primo gioco: "*Ce l'ho - Mi manca...*" - Prendendo spunto dal questionario condivisione su come ognuno vorrebbe essere nel futuro, si rimetterà in gioco la **stella delle funzioni**, chiedendo ai ragazzi quali energie credono di avere già e di quali necessitano per realizzare il progetto... C'è una funzione della stella che può maggiormente essere di aiuto? Esplorazione delle possibilità

Secondo gioco: "*Ostacoli che incontro*" - Si formano dei gruppi di tre ragazzi uno a turno dovrà spostare gli altri due compagni che faranno muro, rallentando il suo cammino senza fermarlo.

Terzo gioco: "*Serve aiuto?*" - Chi potrebbe facilitare e sostenere la scelta? Come? Come chiedere aiuto?

Compilazione del questionario e di una "carta di identità" da presentare agli adulti nell'ultimo incontro condiviso.

Circle time.

TEMPI

Il Progetto sarà realizzato nella scuola secondaria di primo grado Francesco Podesti di Ancona nel periodo ottobre 2014- gennaio 2015 (cioè prima del termine previsto dalla legge per l'espletamento delle iscrizioni alla scuola secondaria di secondo grado) e potrà essere replicato e/o ampliato negli anni successivi.

PUNTI DI FORZA DEL PROGETTO

L'attività che coinvolge ragazzi ed educatori favorisce una comunicazione più efficace tra i diversi ruoli e mira a spezzare quel presunto muro di incomunicabilità spesso ritenuto inevitabile tra le generazioni.

Inoltre la possibilità di svolgere il progetto all'interno della struttura scolastica, coinvolgendo gli insegnanti, apre nuove potenzialità alla professionalità dei docenti più sensibili ai temi e ai percorsi della psicosintesi.

ESPERTI

Gli esecutori del progetto sono collaboratori del Centro di Psicosintesi di Ancona.

Lucia Albanesi

(Direttore Centro Psicosintesi Ancona)