

► Partecipazione è Ben-Essere

A livello scolastico, può essere utile riflettere su come il concetto di Partecipazione intercetti quello di Benessere affinché, grazie alla costante riflessione dei docenti e dei dirigenti, si possano potenziare alcune leve strategiche che consentono la costruzione di un Ambiente di Apprendimento o – ancor meglio – di un Learning Landscape di cooperazione e condivisione.

Lidia Cangemi



Dirigente scolastico, architetto,
counselor di scuola gestaltica

Le recenti ricerche sulla neurobiologia interpersonale, in particolare quelle di Daniel Siegel, portano alla nostra attenzione teorie e modelli che trovano applicazione anche nel campo dell'educazione e del benessere scolastico, dimostrando scientificamente l'integrazione della neurobiologia con la psicoterapia.

Fra i concetti chiave di Siegel che possono essere applicati al benessere scolastico vi è sicuramente il concetto di *“mente integrata”*: solo l'integrazione tra le diverse parti del cervello promuove il benessere e, di conseguenza, compito della scuola diviene creare un Ambiente che favorisca lo sviluppo di tutte le aree del cervello, inclusa la corteccia prefrontale, responsabile della regolazione delle emozioni.

Parallelamente, il concetto di *“finestra di tolleranza”* (vale a dire la capacità di un individuo di gestire lo stress e le emozioni) invita la scuola ad aiutare gli stu-

denti a rimanere all'interno della loro “finestra” attraverso pratiche di consapevolezza, gestione dello stress e promozione di un clima di classe sicuro e supportivo.

Dal punto di vista pratico, molti sono gli esempi virtuosi di scuole in cui le pratiche di mindfulness e le condizioni di potenziamento dell'Intelligenza Emotiva sono state proficuamente integrate nel contesto scolastico per aiutare gli studenti a gestire lo stress, a migliorare la concentrazione e a sviluppare l'empatia.

Un “clima d'aula” funzionale è divenuto, quindi, il supporto sia per le relazioni interpersonali sia per il benessere mentale: fondamentale promuovere relazioni positive tra studenti, insegnanti e genitori attraverso attività collaborative, partecipative, in cui si potenzino la capacità di comunicazione efficace, di ascolto attivo e, più in generale, un clima di rispetto e ri-conoscimento dell'unicità dell'Essere.

Il concetto di Ben-Essere (emotivo, sociale, fisico, psicologico) si intreccia quindi con il concetto di Partecipazione e coinvolgimento attivo degli studenti e, più in generale, dell'intera comunità scolastica.

Sempre di più si parla del “*Learning Landscape*”, una visione dell'ambiente concepito come “paesaggio”, un ampliamento del concetto di “Ambiente di Apprendimento” e ben oltre le tradizionali aule scolastiche.

Si tratta di incoraggiare l'utilizzo di spazi diversi per l'apprendimento, come biblioteche, musei, parchi, spazi all'aperto e ambienti digitali, creando contesti stimolanti e coinvolgenti che attivino la curiosità epistemica (Berlyne) e che rispondano alle diverse esigenze degli studenti. Didattiche attive che valorizzano l'apprendimento attraverso l'esperienza diretta, la partecipazione, l'esplorazione e la scoperta, incoraggiando gli studenti a interagire con l'ambiente circostante, a porre domande e a costruire la propria conoscenza, nella piena consapevolezza che ogni Persona abbia un proprio stile di apprendimento e un proprio ritmo.

Al centro di questa visione vi è la collaborazione tra studenti, insegnanti e comunità: i bambini (e i ragazzi) sperimentano, nel passaggio dall'ambiente domestico al gruppo dei pari, due contesti complementari – e altrettanto importanti per il loro sviluppo.

Mentre i genitori forniscono una base sicura e stabile, il gruppo dei pari – inserito in un contesto adeguato – offre opportunità di esplorazione, di crescita e di sperimentazione: l'apprendimento diventa un processo sociale in cui gli studenti imparano gli uni dagli altri.

Per favorire tutto ciò, è necessario offrire agli studenti opportunità di partecipazione attiva alla proposta educativa della scuola, sia nell'ambito dell'offerta curricolare sia per quanto riguarda attività extrascolastiche, progetti e iniziative; l'alleanza con i genitori si consolida – parallelamente – tramite occasioni di autentica collaborazione con le famiglie, nel rispetto dei ruoli e del Patto di corresponsabilità educativa.

È stato più volte dimostrato come l'apprendimento possa migliorare attraverso l'alternanza delle diverse metodologie didattiche: partendo dalla tradizionale lezione frontale (impostata sulla prevalenza del docente e fortemente strutturata), alla lezione dialogata (impostata sulla prevalenza del docente ma con maggiori gradi di libertà), al Debate, l'apprendimento cooperativo, la *gamification* (impostati sulla prevalenza del gruppo di studenti, su un docente “mentore” e una struttura definita) fino all'*outdoor education*, al *peer tutoring*, alla didattica teatrale (impostati sulla prevalenza del gruppo di studenti, docente “mentore” e caratterizzati da vari gradi di libertà).

Parimenti, è fondamentale stimolare la partecipazione alle assemblee e agli organi studenteschi, come le rappresentanze di istituto e di classe, alla Consulta, al comitato studentesco, occasioni di incontro che permettono agli studenti di esprimere le proprie opinioni e di contribuire alle decisioni che li riguardano. In molti istituti comprensivi DADA (Didattiche in Ambienti Di Apprendimento) ai ragazzi è stata data la possibilità di eleggere i rappresentanti di classe fin dalla scuola secondaria di I grado, con ottimi risultati in termini di partecipazione, cooperazione e rispetto.

In un'ottica olistica di crescita mente/corpo/cuore, le scuole da sempre si impegnano per promuovere tutte quelle attività sportive, culturali e artistiche che offrano agli studenti opportunità di crescita personale e di socializzazione.

Per gli istituti comprensivi risulta inoltre particolarmente utile organizzare incontri e attività per coinvolgere i genitori nella vita scolastica e, in considerazione anche delle difficoltà che alcune famiglie possono dover sostenere (divari linguistici, disabilità, momenti di scontri interni, malattie, lutti, ecc.), offrire strutture di supporto e risorse per aiutare le famiglie a promuovere il benessere interno e dei propri figli.

In questo senso, utili strategie organizzative sono, ad esempio, la presenza dello psicologo scolastico e la programmazione di momenti di formazione specifica per gli insegnanti affinché siano in grado di utilizzare strumenti per promuovere il benessere in classe e potenziare le proprie competenze di comunicazione efficace, ascolto attivo ed empatia.

Particolare attenzione va posta all'organizzazione dei colloqui individuali con gli insegnanti e alle riunioni di classe, momenti importanti per lo scambio di informazioni ma soprattutto occasioni per creare una relazione “al di là del registro elettronico”.

Molte sono le esperienze positive dei Comitati e delle Associazioni dei Genitori che offrono un'opportunità per i genitori di collaborare tra loro e di sostenere la scuola.

Personalmente, in questi diciotto anni da dirigente scolastico, ho avuto modo di apprezzare particolarmente questa forma di partecipazione sia in termini di miglioramento concreto degli ambienti (le “Giornate della Bellezza e del Decoro”), sia all'interno di specifici momenti di brainstorming attivati per raggiungere particolari mete e/o affrontare problemi specifici.

A livello pratico/organizzativo, andrebbero citate le molte ricerche sul Ben-Essere e la partecipazione, in particolare di INDIRE: in molte scuole è risultato proficuo investire per creare spazi di condivisione e supporto tra colleghi (ad esempio: aule docenti attrezzate, spazi per il fitness, spazi di decompressione e silenzio) e, parallelamente, creare spazi verdi e accoglienti sia in funzione della cosiddetta “out-door education”, sia come miglioramento del benessere.

È innegabile che la partecipazione crei un senso di appartenenza alla comunità scolastica, sia per gli studenti sia per i genitori (esteso anche al contesto di riferimento), con un conseguente miglioramento del clima scolastico e del Ben-Essere percepito: non è un caso, infatti, che la recentissima disposizione in merito alla valutazione dei Dirigenti, *“finalizzata a verificare la padronanza delle competenze professionali previste”*, si riferisca – fra i quattro ambiti – alle *“competenze concernenti i rapporti con la comunità scolastica, il territorio ed i referenti istituzionali”*.

Un *Learning Landscape* che può diventare un paesaggio di benessere per tutti.