

Project Number: 2017-1-LT01-KA201-035235

SCHEDA ESERCIZIO TAB N° 13

IL MIO NEMICO, LA MIA GUERRA

Obiettivi generali

- Presa di coscienza di sé e del gruppo
- Rafforzamento dei rapporti di fiducia nel gruppo
- Miglioramento del livello di inclusione nel gruppo
- Costruzione di relazioni positive nel gruppo
- Crescita del livello di empatia nel gruppo

Sfide da affrontare

- 1) Prevenire e contrastare violenza, bullismo, discriminazione e, più in generale, comportamenti antisociali fuori e dentro l'ambiente scolastico.

Si consiglia di utilizzare questo esercizio:

- non prima di metà del percorso di laboratorio;
- quando si avverte una mancanza di collaborazione nel gruppo;
- quando si avverte mancanza di empatia;
- quando gli studenti non si sentono a loro agio nel gruppo;
- quando gli studenti non percepiscono differenze e affinità nell'esperienza di vita degli altri componenti del gruppo

Obiettivi specifici

La finalità principale dell'esercizio è quella di sviluppare l'empatia e l'ascolto attivo verso gli altri.

Tale obiettivo ne racchiude altri come:

- riconoscere le diversità e accoglierle come valore
- riconoscere le difficoltà e saperle gestire
- riconoscere le specificità di ogni individuo e saperle includere nel gruppo

Procedura e ruolo degli studenti

Attività di gruppo. L'esercizio utilizza come canale per lo scambio di informazioni essenzialmente la comunicazione verbale.

L'educatore dispone gli studenti a terra, in cerchio, frontalmente in modo che tutti possano vedersi.

Quindi introduce la dinamica dell'esercizio creando, nel contempo, un'atmosfera rilassata, di fiducia, apertura e condivisione.

L'argomento di discussione si basa sui concetti di "Sogni" e "Paure": nei "sogni" viene chiesto di catalogare le forze che ci spingono ad agire, ad andare avanti con decisione, ad osare, mentre nelle "paure" viene chiesto di individuare quelle forze che ci trattengono, ci frenano e, spesso, ci immobilizzano nelle nostre non scelte o non azioni.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



Project Number: 2017-1-LT01-KA201-035235

E' consigliabile non argomentare troppo e non offrire troppi esempi precostituiti ma costruire con gli studenti una definizione condivisa e rispondente alle esigenze del gruppo.

Introdotta il tema e condivise le definizioni, l'educatore disegna su un foglio di carta bianca una bilancia: anche soltanto una semplice linea retta orizzontale tenuta in equilibrio da un triangolo posto sotto alla sua metà. Su uno dei due piatti della bilancia l'educatore scrive la parola "Sogni" e sull'altro la parola "Paure", quindi, dopo averla fatta vedere ai ragazzi, il foglio viene posto su un tavolo o in una qualsiasi zona del luogo dove il gruppo sta lavorando che permetta a tutti di scrivere senza essere visti da altri.

A questo punto l'educatore dà il via alla parte centrale dell'esercizio ponendo agli studenti due semplici domande:

- qual è il tuo nemico?
- qual è la tua guerra?

Attraverso la prima domanda chiediamo la principale causa che ci frena nella vita, mentre con la seconda ci domandiamo qual è la causa per cui ci impegniamo, il nostro scopo più alto, il "fine ultimo" delle nostre azioni quotidiane.

Le risposte vengono incoraggiate di studente in studente seguendo la circolarità del gruppo e non in modo casuale, al fine di riuscire a controllare che tutti rispondano.

Dopo la risposta, ogni studente si alza e va a mettere nel foglio con la bilancia il suo "sassolino" (una semplice "X") sopra la parola "Paure" se sente di essere una persona maggiormente tesa alla riflessione e che frena i propri desideri o sopra la parola "Sogni" se sente di essere una persona che si lancia ed osa; secondo una diversa chiave di lettura scegliamo l'uno o l'altro piatto se il nostro Nemico è più forte della nostra Guerra o viceversa.

L'educatore per facilitare il clima di condivisione e confronto, può rispondere per primo alle domande (e scrivere sulla bilancia) esponendosi e aprendosi, dimostrando, in questo modo, che anche l'adulto (spesso percepito come soggetto giudicante) risente di incertezze e desideri.

ETA' RACCOMANDATA

Dai 12 anni.

Durata

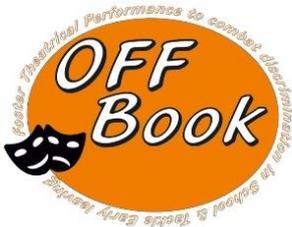
Circa 35 minuti per un gruppo di 20 studenti.

Fasi del laboratorio

Fase 1	Fase 2	Fase 3	Fase 4	Fase 5
Conoscenza del gruppo	Inclusione	Destruutturazione	Costruzione di relazioni positive	Costruzione della performance
X	X	X	X	X

Dimensioni del gruppo

Da 12 a 24 studenti per ogni educatore.



Project Number: 2017-1-LT01-KA201-035235

Ruolo del leader

- Spiegare la dinamica dell'esercizio
- Creare e mantenere un'atmosfera confidente e di condivisione che permetta a tutti di aprirsi
- Assicurarsi che il lavoro proceda in totale assenza di giudizio
- Favorire la crescita della fiducia all'interno del gruppo
- Percepire le difficoltà di apertura dei singoli ed aiutarli o farli aiutare dai compagni stessi
- Mantenere un'atmosfera composta e proficua sapendo alleggerire eventuali momenti di disagio, o sapendo ricondurre alla giusta concentrazione momenti di eccessiva ilarità
- Prestare attenzione alle risposte dei singoli studenti
- Percepire e prevenire eventuali tensioni

Ambiente

- All'aperto (senza distrazioni visive o uditive come bambini che giocano, circolazione di mezzi o simili)
- Al chiuso (possibilmente in uno spazio vuoto anche in questo caso senza distrazioni visive o uditive come quadri, poster o musica e rumori dall'esterno dello spazio)
- Assicurarsi che possa essere garantita un'atmosfera silenziosa

Attrezzatura necessaria

Un foglio di carta e un pennarello

Sicurezza

Nessun pericolo da evidenziare durante l'esercizio

Possibili errori

- Lasciare che singoli studenti usufruiscano di troppo tempo per la loro risposta accentrando l'attenzione sul singolo
- Forzare a rispondere eventuali studenti che si dimostrino restii a parlare di loro stessi.
- Favorire ogni apertura anche se parziale, incoraggiando e supportando lo sforzo fatto.
- Evitare di sottolineare eventuali risposte "stravaganti" date allo scopo di evitare l'esercizio e per guadagnare la simpatia (e non l'empatia) del gruppo
- Parlare troppo, accentrare l'attenzione su di sé, essere autoreferenziale
- Permettere l'affermazione di giudizi nell'attività

Debriefing finale

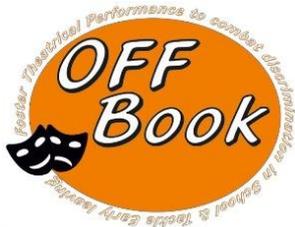
La fase di debriefing può avvenire in due momenti distinti: il primo durante l'esercizio stesso e il secondo alla fine.

Durante l'esercizio possiamo approfittare di risposte poco chiare (sia per timidezza sia per una esposizione



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



Project Number: 2017-1-LT01-KA201-035235

non precisa) per creare un momento di approfondimento e far partire una riflessione condivisa.

Alla fine dell'esercizio dobbiamo lasciare un paio di minuti di riflessione individuale rinnovando l'atmosfera di concentrazione.

Quindi invitare ogni studente (non importa se alla fine non lo faranno tutti) ad esprimere il proprio stato d'animo con una sola parola. Lo scopo è quello di esprimere sentimenti ed emozioni senza la necessità o il desiderio di argomentare, di spiegarsi o cercare consenso: la finalità è quella di esprimersi e non di "farsi capire".

L'educatore può segnare su un foglio le parole degli studenti.

A questo punto la fase di debriefing può essere condotta in due diversi modi:

1) attraverso la Bilancia delle Emozioni

L'educatore o il leader raggruppano in due macroaree le emozioni emerse: nella prima area tutte le emozioni che spingono ad osare e nella seconda area le emozioni che frenano, creando una fotografia dello stato d'animo attuale a livello emotivo del gruppo.

2) attraverso l'Analisi della Variabili

L'educatore o il leader evidenziano le differenze espressive emerse, mettendo in luce lo stato emotivo del gruppo.

Riportiamo in chiusura una domanda da fare agli studenti che può aiutarci a chiarire la loro percezione dell'esercizio è:

- A cosa è stato utile questo esercizio?