

Promuovere la resilienza a scuola ed in famiglia

Strategie per sviluppare la capacità di far fronte alle difficoltà e
riprendersi dagli eventi negativi

Cividale del Friuli

18 Marzo 2019

RESILIENZA

in fisica

Capacità di un materiale
di subire un urto senza
rompersi

Le **RICHIESTE** della società

- COMPETENZE RELAZIONALI
- RICONOSCERE CONTESTI DIVERSI
- RICOPRIRE RUOLI DIVERSI
- SAPER FARE DELLE SCELTE
- ASSUNZIONE DI RISCHI
- GESTIRE I FALIMENTI

Una piccola riflessione

Significato di successo:
Come obiettivo a medio-lungo termine

RICONOSCIMENTO SOCIALE

oppure

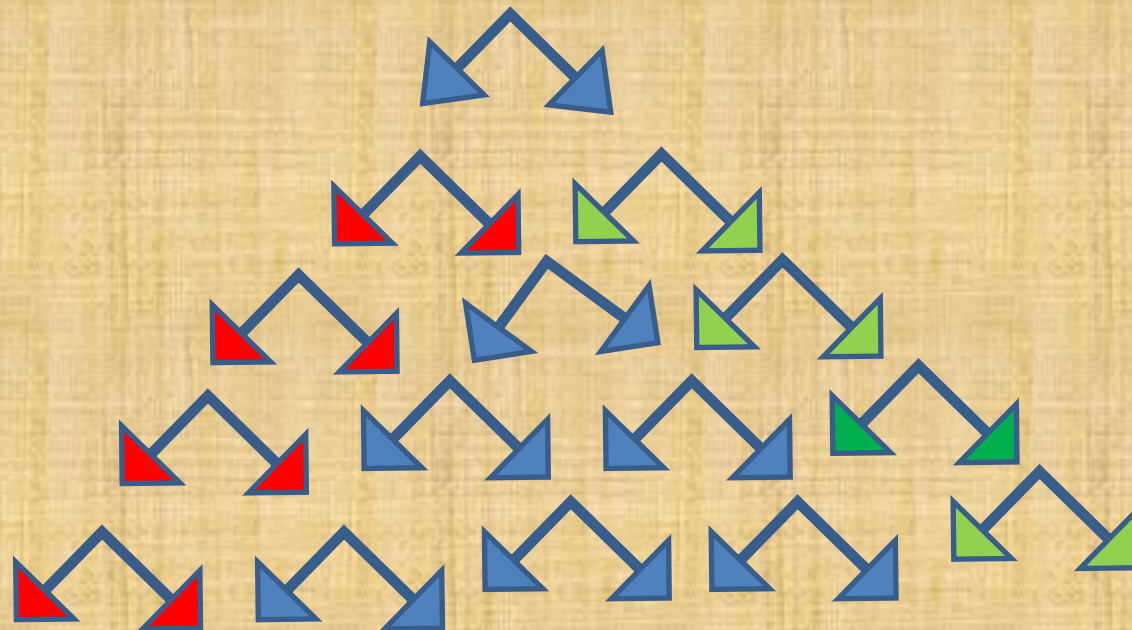
BENESSERE
(realizzazione di sé)

RESILIENZA

capacità di far fronte in maniera
positiva a eventi traumatici,
di riorganizzare positivamente la
propria vita dinanzi alle difficoltà,
di ricostruirsi restando sensibili alle
opportunità positive che la vita offre

Una questione di scelte

Esercizio di auto-osservazione:
quale è il nostro orientamento?



MALESSERE

BENESSERE

I concetti di ombra e luce

OMBRA COMUNICATIVA/PSICOLOGICA

LUCE (FOCUS) COMUNICATIVA /PSICOLOGICA

Capacità di risoluzione

FERMARSI AL PROBLEMA

oppure

PENSARE ALLE RISORSE e ALLE
SOLUZIONI

La comunicazione promozionale

Lo stile comunicativo PROMOZIONALE:

Sottolineare, far emergere, facilitare, ragionare su:

- Ciò che funziona, ciò che è bello, ciò che è sano, ciò che è utile, ciò che è rispettoso, ciò che è importante....
- Cioè soffermarsi sul lato positivo del problema.

Giocare con il contesto

Contestualizzare

Ri-contestualizzare

Decontestualizzare

Gioco di contesti

Costruire nuovi contesti

(gioco del cannocchiale e del microscopio, ampliare e restringere il contesto)

ESEMPIO di
COMUNICAZIONE PROMOZIONALE

Distinguere la **partecipazione**
dal **contributo**

Promuovere il senso di efficacia (autostima)

- Promuovere spazi di **SPERIMENTAZIONE**
- Valorizzare l'**ERRORE**

Valorizzare l'errore

- L'errore è amico della sperimentazione
- L'errore apre prospettive
- Produce conoscenza
-

Promuovere occasioni di scelta

SCEGLIERE



Espressione e CONOSCENZA DI SE STESSI

INTRODURRE l'esperienza del *RISCHIO*

- SPERIMENTAZIONI (si caratterizzano per il fatto che non si fanno in anticipo i risultati, non c'è un risultato corretto da trovare)
- **RISCHI RELAZIONALI**: creare molte occasioni di confronto relazionali (es. lavori di gruppo, plenarie, lavori di coppia, lavori con persone esterne alla classe...)
- SPOSTAMENTO del VALORE dal RISULTATO al **PROCESSO** (percorso)

Importanza della promozione del **RISCHIO**

- Rischio come SCELTA (responsabilità)
- Saper selezionare i rischi
- **Rischiare nelle relazioni, aumenta le competenze:**
 - * **Relazionali, sociali**
 - * **Empatiche**
 - * **Introspettive, riflessive**
 - * **di autopromozione (autostima)**
 - * **di progettazione (saper scegliere)**

Promuovere il le competenze relazionali

- Promuovere spazi di **FREQUENTAZIONE**

AMICIZIA + DIVERTIMENTO

Il ragazzo si sperimenta come persona, senza ricoprire per forza un ruolo. Non c'è impegno, ma amicizia e divertimento.

L'autonomia personale
permette di sviluppare le
competenze relazionali e
di ridurre, i rischi in età adulta,
legati alle **DIPENDENZE**
e ai disturbi psichiatrici