



Erasmus+



SAPIENZA
UNIVERSITÀ DI ROMA

ZÁZEMÍ

EDU-GESTALT

KA220-SCH-2FB623A5

**L'APPRENDIMENTO
ESPERIENZIALE, ESPRESSIVO E
CORPOREO PER PROMUOVERE IL
BENESSERE A SCUOLA**



**CURRICULUM E RICERCA
FENOMENOLOGICA**

AUTORI:

ANGELICA PACI, EDOARDO DI GIULIO

edu  **gestalt**

Indice:

Il curriculum Edu-Gestalt

1.	Obiettivo e gruppo “target” della formazione alle pratiche Edu-Gestalt.....	2
2.	Obiettivi del curriculum formativo.....	4
3.	Metodologia del percorso formativo.....	4
3.1.	Programmare il corso.....	6
3.1.1.	Esempio di struttura di un corso di 5 giorni.....	8
3.2.	Facilitare il corso.....	11
4.	Sviluppo della teoria basata sull’esperienza.....	13
5.	Valutazione del corso.....	15
6.	Follow up del corso di formazione e pratica nel contesto scolastico.....	16
7.	Valutazione dei propri obiettivi di apprendimento da parte dei partecipanti (ricerca fenomenologica).....	20

Il curriculum Edu-Gestalt

Questo curriculum formativo rappresenta il terzo risultato intellettuale del progetto Edu-Gestalt ed è stato elaborato sulla base di una ricerca teorica sull'apprendimento corporeo e sull'approccio della Gestalt Therapy applicato nei contesti educativi. È frutto di un processo condiviso in cui i partner hanno collaborato strettamente con insegnanti ed educatori che hanno partecipato alla fase di test dell'Output Intellettuale 2 - "Manuale per attività di apprendimento esperienziale, corporeo ed espressivo per favorire la salute mentale". Il risultato che ci proponiamo è di fornire agli insegnanti e agli educatori un percorso educativo strutturato e chiaro, adattato e progettato per essere implementato nelle scuole, al fine di formare altri insegnanti ad applicare l'approccio Edu-Gestalt nella propria pratica educativa. Questo curriculum sarà collaudato in maniera concreta durante un corso di formazione di 5 giorni (C2) per insegnanti provenienti dai paesi partner.

1. Obiettivo e gruppo "target" della formazione alle pratiche Edu-Gestalt

Il progetto Edu-Gestalt ha l'obiettivo di promuovere pratiche di apprendimento esperienziale, corporeo ed espressivo per far fronte alle esigenze di sviluppo e apprendimento socio-emotivo, e di benessere psichico, sia degli studenti sia degli insegnanti/educatori che lavorano nel settore scolastico. La società contemporanea affronta un nuovo livello di complessità riguardo alle sfide dell'educazione, e c'è un grande bisogno di innovazione e sviluppo nelle istituzioni responsabili dell'apprendimento e della crescita dei giovani. La nostra intenzione, in quanto educatori e terapeuti, è **mettere la nostra esperienza al servizio dei professionisti della scuola** e creare, per loro e con loro, nuove risorse, know-how e reti che possano offrire supporto e strumenti per questi sensibili snodi dello sviluppo sociale. Lo scopo finale del progetto è promuovere esperienze sociali e percorsi di crescita positivi per i giovani, puntando sui contesti scolastici ed educativi come spazi elettivi in cui il contributo di approcci di apprendimento esperienziale, espressivo ed corporeo può risultare in una significativa prevenzione dei problemi relazionali e di salute mentale legati alla fase critica dello sviluppo quale è l'adolescenza, e alla crescente necessità di un'educazione emotiva consapevole dei cambiamenti sociali.

Rivolgersi alla salute mentale ed al benessere relazionale degli studenti, guardando all'esperienza sociale fondamentale fornita dalla scuola, non solo come ad un edificio pieno

di banchi e lezioni, ma come cornice principale della vita adolescenziale, **porta con sé necessariamente l'attenzione al benessere degli insegnanti e degli educatori, ed al loro bisogno di formazione continua.** Gli insegnanti sono immersi continuamente in relazioni interpersonali con gli studenti, vivendoli tanto nella dimensione di gruppo quanto come individui. Sono figure centrali nella vita degli adolescenti, fungendo da mentori, guide e confidenti nel loro percorso di auto-scoperta nel mondo sociale.

Gli approcci dei partner del progetto sull'apprendimento e sulla crescita personale condividono una visione olistica dei processi di salute e apprendimento: nel nostro modo di concepire la **formazione**, l'acquisizione di competenze e atteggiamenti per lavorare con metodologie esperienziali, la comprensione degli utilizzi e degli obiettivi di tecniche specifiche, lo sviluppo dello stile e della capacità di facilitazione, sono congiunte ai processi di sviluppo personale che coinvolgono consapevolezza di sé e riflessione autentica sulla propria identità, valori, emozioni e modelli relazionali.

Gli educatori sono sempre a contatto con le emozioni dei loro studenti, e rispettare e dare uno spazio a questi sentimenti mentre si occupano delle loro responsabilità accademiche è una missione difficile e delicata, che li coinvolge profondamente come esseri umani, e li sfida ogni giorno a gestire il confine tra percorsi istituzionali e realtà vissuta. Il nostro impegno per la promozione della salute mentale nei contesti educativi vuole sottolineare con forza che **prendersi cura degli studenti significa prendersi cura degli educatori:** cerchiamo di affrontare l'urgente domanda di nuovi spazi e nuove sensibilità, nuove conoscenze, metodologie e livelli di ascolto e cura per coloro che sono sfidati quotidianamente dalle necessità reali dell'istruzione. Crediamo che promuovendo e facilitando i processi di apprendimento socio-emotivo con metodi e approcci creativi ed innovativi, possiamo creare un futuro in cui studenti ed insegnanti prosperino in un ambiente educativo fertile e solidale.

Le esperienze e i prodotti intellettuali di Edu-Gestalt mirano a raggiungere coloro che operano nel campo dell'istruzione e che stanno cercando nuovi strumenti per affrontare le sfide sociali in modo efficace ed empatico. Credendo in un'istruzione che possa reinventarsi per rispondere alle complesse esigenze dei giovani individui e delle istituzioni educative, ci rivolgiamo a coloro che desiderano ampliare i propri orizzonti e le proprie competenze e adottare approcci educativi che promuovano il benessere socio-emotivo degli studenti. Il nostro obiettivo è fornire ai professionisti dell'educazione le risorse necessarie per affrontare questo lavoro con fiducia e creatività, offrendo spazi ed esperienze in cui tutti possano sviluppare la propria consapevolezza e intelligenza emotiva, acquisendo nuove competenze e conoscenze sull'apprendimento esperienziale, corporeo ed espressivo.

2. Obiettivi del curriculum formativo

In questo manuale, il nostro focus è offrire supporto allo sviluppo di percorsi di formazione strutturati su misura delle esigenze di insegnanti ed educatori, per dotarli dell'esperienza e consapevolezza necessaria ad implementare efficacemente pratiche di *apprendimento esperienziale, corporeo ed espressivo* (A.E.C.E.) nei loro contesti di lavoro. Questo manuale vuole essere una risorsa in grado di fornire principi di struttura, intuizioni e orientamenti per la creazione di corsi volti a promuovere il benessere e la crescita personale, le competenze di facilitazione e una comprensione specifica rispetto all'uso di queste tecniche.

Gli obiettivi di questo curriculum sono:

1. Sviluppare il know-how e le competenze degli insegnanti nella realizzazione di attività educative basate sull'insegnamento corporeo (embodied teaching) e sull'approccio della psicoterapia Gestalt per lo sviluppo personale e il benessere mentale;
2. Sviluppare la consapevolezza degli insegnanti e gli strumenti di intelligenza emotiva riguardo alla salute mentale degli studenti, all'autoregolazione, allo sviluppo personale e ai comportamenti distruttivi;
3. Promuovere la classe come ambiente sano dove la vulnerabilità e la crescita personale sono interconnesse e determinano il successo scolastico;
4. Promuovere l'uso di metodologie di insegnamento corporeo basate sull'approccio della psicoterapia Gestalt per promuovere la salute mentale e il benessere sociale degli studenti, nei contesti di istruzione formale per adolescenti e preadolescenti.

3. Metodologia del percorso formativo

Facilitare attività AECE significa creare e gestire uno spazio in cui un gruppo può sperimentare interazioni interpersonali e momenti di riflessione condivisi, esplorando insieme aspetti di sé e degli altri che non sono abitualmente oggetto di attenzione e lavoro nel contesto dell'istruzione formale. Giocando, toccando, recitando, mimando, usando il corpo e la voce per comunicare e rappresentare emozioni personali o altre possibili identità, le persone sono sfidate ad aprire mente e corpo a nuove prospettive, a mostrare e condividere parti di sé che sono meno esplicite o con cui si sentono a disagio. Per avviare, supportare e guidare tali processi di coinvolgimento e apprendimento, il facilitatore deve creare un'atmosfera accogliente, amichevole e giocosa, incoraggiare l'ascolto attivo, il rispetto e la curiosità tra i membri del gruppo, ed essere pronto a moderare e proteggere alcuni limiti del contesto per garantire un'esplorazione emotivamente sicura delle dinamiche personali e

interpersonali. Per questo, **la formazione dei facilitatori è di per sé un processo che richiede un coinvolgimento, un mettersi in gioco, a più livelli (sensoriale, emotivo, fisico e cognitivo) e deve essere, ovviamente, esso stesso un processo d'apprendimento esperienziale, espressivo e corporeo.**

Il "Quadro Metodologico" e il "Manuale di Attività" (gli altri due prodotti intellettuali del progetto Edu-Gestalt), che integrano questo curriculum, forniscono le conoscenze sui quadri teorici di diversi approcci all'AECE. Sono importanti per acquisire i concetti fondamentali relativi alle dimensioni ed ai processi coinvolti in queste pratiche, inclusa anche una familiarizzazione essenziale con la prospettiva della terapia Gestalt in tema di salute mentale e crescita personale. Inoltre, forniscono informazioni metodologiche sui diversi tipi di lavoro educativo corporeo che abbiamo raccolto nel progetto Edu-Gestalt, operando una sintesi dei contributi di diverse competenze che si completano e integrano a vicenda, al fine di mettere a disposizione un ampio set di strumenti pronti ad essere adattati a diversi gruppi, età, tematizzazioni, obiettivi e contesti. A livello ancora più pratico, il Manuale di attività fornisce le conoscenze tecniche, gli obiettivi specifici, le caratteristiche e i suggerimenti per ciascuna attività, per supportare il lettore con esempi e dettagli, e arricchire le possibilità di implementazione dell'AECE. Questa conoscenza è il supporto di base per una comprensione più profonda e consapevole delle opportunità di apprendimento, di come utilizzarle al meglio e di come affrontare responsabilmente eventuali momenti difficili. Tutti questi progressivi livelli di preparazione, concettuale, teorica, metodologica, pragmatica, devono, infine, devono arrivare ad essere competenza viva di essere presente ed in relazione con il gruppo, di creare lo spazio di lavoro ed essere pronti a agire al suo interno, devono quindi divenire *conoscenza incarnata*. Ciò significa che il facilitatore deve essere presente prima di tutto come essere umano tra esseri umani. **L'impatto centrale del corso di formazione sarà ottenuto portando insegnanti ed educatori nello stesso campo di gioco in cui lavoreranno**, dove sono chiamati ad essere con il proprio corpo, sentimenti, pensieri ed emozioni nell'esperienza interpersonale creata dalle attività e dalla riflessione di gruppo.

Lavorare su, e con, noi stessi ed interagire con le esperienze degli altri come partecipanti al processo di apprendimento esperienziale è un passo fondamentale per sentire e riscoprire la diversità delle reazioni, delle personalità e dei corpi: vedere direttamente come la nostra esperienza è una in un mondo di possibilità, e come ci relazioniamo ai sentimenti, alle attitudini e alle identità altrui mentre condividiamo una situazione comune, è il modo elettivo per **sviluppare la consapevolezza e l'accettazione di sé necessarie ad ascoltare e connettersi meglio agli altri in una dinamica di ruoli "meno strutturata"**. Il ruolo dell'insegnante/educatore è, infatti, molto spesso interpretato come "colui che sa, che ha, dà

e si aspetta la risposta giusta, che detiene il potere di valutazione e giudizio”, con influenza sullo status sociale tra pari e le reazioni della famiglia sul comportamento/merito degli studenti. In contesti di AECE questo deve dissolversi nel facilitatore dell'apprendimento, che rimane comunque una figura di riferimento e guida, a cui è riconosciuta l'autorità per gestire il processo di gruppo non in quanto “adulto che detiene la verità e corregge gli errori”, ma come un individuo esperto nel

- creare e condurre esperienze divertenti e interessanti, che danno una sensazione di crescita e scoperta di sé e degli altri,
- stabilire e mantenere una mentalità curiosa e accettante nel gruppo, curando la sicurezza fisica ed emotiva,
- interrogare ed esplorare l'esperienza emotiva e sociale, fornendo punti di riflessione significative per promuovere l'apprendimento personale e di gruppo,
- fare osservazioni riguardo a comportamenti e dinamiche interpersonali, aiutando i partecipanti a fidarsi delle proprie intuizioni.

Queste competenze chiave possono essere notevolmente potenziate dalla **conoscenza di prima mano su come certe esperienze possano essere emotivamente rilevanti** o coinvolgere aspetti di frustrazione, vergogna, paura, bisogno di controllo, o come la situazione di gruppo possa essere attivante per qualcuno o inibente per qualcun altro. Inoltre, sperimentare le attività/tecniche come partecipante è il modo migliore per **capire come condurle**, essendo consapevoli di quali dinamiche possono essere innescate, quale rilevanza dare a certe istruzioni o regole in base alla situazione, essere in grado di usarle come strumenti per un obiettivo, **adattandole alla realtà del momento**.

3.1. Programmare il corso

Quando si programma un corso, ci sono alcuni aspetti chiave da prendere in considerazione al fine di creare uno spazio ottimale che permetterà alle persone di esprimersi, di sentirsi rispettate, di mettersi alla prova ed essere aperte a intuizioni e apprendimento. I partecipanti alla formazione vivranno questi aspetti con i loro corpi, bisogni ed emozioni, al fine di sentirne il valore e comprendere a fondo le conseguenze di alcune scelte e l'importanza di alcuni elementi. Incarnando il processo di apprendimento in questo modo, svilupperanno consapevolezza e capacità di osservare e utilizzare queste variabili nella propria pratica di facilitatori. Inoltre, questa logica di formazione promuove lo sviluppo della modalità unica per ciascun individuo di integrare metodologia generale e stile personale di facilitazione, portando alla formulazione della propria "teoria radicata nell'esperienza" (focus del capitolo 4). Entriamo ora nel merito di questi aspetti.

- Valutazione della **composizione del gruppo, dimensione del corso e obiettivi**: considerare il numero dei partecipanti, il loro livello complessivo di esperienza, la loro motivazione e impegno, il contesto e la durata complessiva della formazione. **Adattare il processo formativo** a questo livello significa capire a **quale livello di approfondimento, coinvolgimento personale e crescita del gruppo** si può puntare. Possiamo considerare la formazione articolabile su uno spettro e mantenere come riferimento i due estremi: da un lato c'è un workshop breve (una, o anche mezza, giornata) in cui i partecipanti vengono inviati dai direttori delle scuole o invitati dai colleghi: avranno un briefing sul quadro teorico e proveranno alcune attività con riflessioni generali, per avere un'idea di cosa sia l'AECE e quali siano i processi coinvolti, di quale sia il tipo di contesto relazionale e quali i benefici educativi e per la salute; dall'altro lato dello spettro, abbiamo un corso di formazione di più giorni in cui i partecipanti scelgono e si impegnano per partecipare, mettendosi in gioco personalmente in modo che possa esserci una più ampia progressione delle attività. In questo caso si potrà approfondire il processo di gruppo, che renderà le relazioni abbastanza solide da ospitare esperienze personali e condivisioni più intense. Ci saranno spazio e modo di lavorare in modo più dettagliato con le metodologie, affrontando più approfonditamente i processi di crescita e salute mentale coinvolti, e far sì che i partecipanti percepiscano effettivamente i benefici a livello personale.
- Scelta dei **contenuti del corso**: in base alla valutazione effettuata sulla dimensione del corso, i contenuti possono essere bilanciati considerando **tre ingredienti principali: esperienze "incarnate", intuizioni personali e riflessioni condivise, concetti teorici e metodologici**. Le **attività** possono essere scelte considerando quali dimensioni (giochi/espressione corporea ed esposizione/sfida/conflitto/immaginazione...) si vogliono far sperimentare ai partecipanti, e la progressione delle attività può essere utilizzata per approfondire alcuni temi, o per dare ai partecipanti la possibilità di provare brevemente cose diverse. L'idea di *progressione* si riferisce ad un obiettivo strutturale della formazione: promuovere uno sviluppo crescente dell'atmosfera di collaborazione del gruppo e del senso di fiducia e sicurezza, e quindi la disponibilità alla condivisione personale. Un altro criterio importante di valutazione per scegliere le attività è l'accesso allo spazio fisico e ai materiali con cui si lavorerà. I **momenti di riflessione** sono il catalizzatore dei risultati della formazione, il che significa che è importante dare ai partecipanti quadri di riferimento e spunti per definire/verbalizzare ciò che sta accadendo e astrarre gli apprendimenti dall'esperienza in corso. La riflessione stessa può essere fatta in modi ECE. Può essere focalizzata su diversi aspetti o livelli (più dettagliatamente in seguito), e seppur sia molto d'impatto farla "a caldo", quando l'esperienza è ancora viva e presente, è importante anche fare in modo che abbia il

suo spazio e tempo, poichè è comunque un processo attivo che richiede energia. Ultimo ingrediente, ma non meno importante, la **conoscenza concettuale** fornisce contesto, riferimenti per collegare l'esperienza vissuta ad un quadro di significati più ampio e rende più visibili i processi in corso. L'integrazione delle principali informazioni teoriche e metodologiche fornisce un fondamento agli aspetti pratici.

- Programmazione del **flusso di lavoro e della logistica** (tempistiche/spazi): una volta che abbiamo un'idea chiara degli obiettivi e dei contenuti della formazione, il programma del corso può essere strutturato considerando i **tempi previsti** per le introduzioni, i briefing, le attività e le riflessioni, ma anche i tempi di pausa, tenendo conto del livello di energia dei partecipanti e dei loro **bisogni corporei che influenzano attenzione e partecipazione attiva**. Vogliamo assicurarci che i partecipanti abbiano un momento formale in cui possano presentarsi. Possiamo utilizzare alcune attività per aiutare con il ghiaccio e momenti informali. È importante alternare momenti di attivazione fisica, stare in piedi e muoversi, per mantenere un coinvolgimento corporeo nell'esperienza, con il tempo trascorso seduti comodamente per riflettere e condividere pensieri durante il riposo. **Utilizzare spazi diversi**, se possibile, può promuovere un buon ritmo di lavoro e livello di attenzione, alternando attività all'interno e all'esterno, o spostandosi in uno spazio dedicato per pause caffè e pranzi. Quando si lavora con il corpo e le emozioni, **è ideale lavorare in uno spazio confortevole**, possibilmente con un pavimento morbido e cuscini dove le persone possano essere scalze e sedersi per terra. Uno spazio che consenta libertà di movimento e favorisca la giocosità aiuta le persone a entrare nell'ottica di sperimentazione libera, ad agire ed esprimersi oltre le loro abitudini e modalità quotidiane. Il comfort e il rilassamento fisico influenzano direttamente la mentalità e il senso relazionale di vicinanza, facilitando l'interazione tra i partecipanti e aiutando il gruppo ad accogliere e condividere esperienze più profonde e autentiche.

3.1.1. Esempio di struttura di un corso di 5 giorni

Per un'esperienza immersiva, il curriculum è pensato come un corso residenziale di 5 giorni, che si svolge in una location che permetta intimità e assenza di distrazioni esterne. Il programma che abbiamo elaborato è il seguente.

	Giorno 1	Giorno 2	Giorno 3	Giorno 4	Giorno 5
	Apprendimento Esperienziale Outdoor	Teatro di improvvisazione /applied drama	Teatro Gestalt	Teatro Gestalt	Chiusura
Mattina	Introduzione generale a Edu-Gestalt e AECE Attività introduttiva (<i>Auto identificazione con la natur</i> , pag. 56) Basi dell'Appr. Esperienziale	Introduzione al giorno (attivazione, riscaldamento) Metariflessione on OEL Basi del Applied Drama	Introduzione al giorno (attivazione, meditazione) Metariflessione on applied drama Basi del Teatro Gestalt	Introduzione al giorno (attivazione, meditazione a coppie) Metariflessione su Teatro Gestalt Teatro Gestalt Attività (<i>Mirrors</i> , pag.106)	Introduzione al giorno (attivazione) Meta Riflessione sull'approccio Edu-Gestalt nei contesti educativi
	Pausa	Pausa	Pausa	Pausa	Pausa
	Attività Appr. Esperienziale (<i>Acid River</i> , pag. 44)	Attività Teatro Impro (<i>Yes, and...</i> , pag. 64 ; <i>Mistakes</i> , pag. 67)	Attività Teatro Gestalt (<i>Open spaces</i> , pag 112; <i>Impulsi emotivi</i> , pag. 104)	Attività Teatro Gestalt (<i>Bullismo a scuola</i> , pag.138)	Chiusura Gestalt
	Pranzo	Pranzo	Pranzo	Picnic	Pranzo
Pomeriggio	Attività Appr. Esperienziale (<i>L'isola che si restringe</i> , pag. 39)	Attività Teatro Impro (<i>Embodiment</i> , pag. 78, <i>Attunement</i> , pag. 76)	Attività Teatro Gestalt (<i>Improvisation from the antagonist character</i> , pag.144)	Tempo libero	Feedbacks, valutazione del corso
	Pausa	Pausa	Pausa	Pausa	Pausa
	Attività Appr. Esperienziale (<i>Guide through Senses</i> , pag. 46)	Attività Teatro Playback (<i>Movement, voice, and emotions</i> , pag. 84)	Attività Teatro Gestalt (<i>Scenes with objects</i> , pag.124 ; <i>Couple to couple scenes</i> , pag.122)	Tempo libero	Tempo libero
	Condivisione libera sulla giornata in sottogruppi	Condivisione libera sulla giornata in sottogruppi	Condivisione libera sulla giornata in sottogruppi		
	Cena	Cena	Cena	Cena	Cena

Sulla strutturazione del corso è importante notare che:

- Abbiamo scelto, per la situazione particolare della formazione e dei formatori, di organizzare le giornate concentrandoci specificamente su un approccio ciascuna. Prima l'apprendimento esperienziale outdoor, utilizzando specifiche attività di team building per facilitare la prima fase di sviluppo del gruppo, lavorando sulla collaborazione e la comunicazione nel gruppo, poi il Teatro d'Improvvisazione, per aprire la dimensione dell'espressione spontanea e della libertà di essere autentici, e infine il Teatro della Gestalt, per approfondire il lavoro sull'identità personale.
- Ogni giornata inizia con un'attività di attivazione/riscaldamento del corpo per "svegliare" il gruppo, creare l'atmosfera di lavoro e aiutare i partecipanti a essere consapevoli e concentrati. Può essere qualcosa di giocoso, con musica e movimento, o qualcosa di più meditativo, a seconda delle attività che seguiranno.
- Ogni mattina viene dedicato del tempo alla metariflessione sul giorno precedente, per lavorare insieme sull'esperienza vissuta da un punto di vista professionale, con l'energia fresca e il pensiero chiaro del mattino, approfittando anche del tempo notturno di elaborazione.
- Quando si introduce un nuovo approccio, forniamo alcuni input teorici riguardanti l'argomento del giorno, per potenziare la consapevolezza e la fruibilità delle esperienze che i partecipanti stanno per vivere.
- Non tutti i momenti di riflessione sono mostrati nella tabella, poiché le diverse attività offrono diversi modi e spazi per la concettualizzazione, che può avvenire dopo o durante l'esperienza.
- Nella nostra pianificazione abbiamo esplicitato anche i momenti e le attività informali, poiché li consideriamo una parte molto importante del processo formativo. Si tratta di spazi e tempi in cui i partecipanti possono approfondire le relazioni e la fiducia reciproca, sviluppare la coesione del gruppo e rilassarsi divertendosi insieme, parlando liberamente di ciò che stanno vivendo con gli altri con cui si sentono più a loro agio.
- Nello specifico del Teatro della Gestalt, si cerca di allineare i principi fondamentali della terapia della Gestalt con le dinamiche del teatro improvvisato. L'obiettivo è coltivare la crescita personale, la consapevolezza e la spontaneità tra i partecipanti, garantendo un'esperienza di apprendimento coinvolgente ed efficace. L'introduzione al Teatro della Gestalt mira a gettare le basi per comprendere i suoi scopi e le sue origini, un passo cruciale nell'applicare questo approccio sia terapeuticamente che teatralmente. La focalizzazione sulle zone di apprendimento - comfort, stretching e panico - è vitale, poiché consente ai partecipanti di essere progressivamente sfidati in modo controllato, essenziale per uno sviluppo ed una crescita personale efficaci.

Stabilire regole chiare per l'improvvisazione all'inizio del programma fornisce un quadro strutturato all'interno del quale i partecipanti possono impegnarsi liberamente nell'improvvisazione. Questa struttura è fondamentale per mantenere una focalizzazione sugli aspetti terapeutici del Teatro della Gestalt consentendo al contempo creatività e spontaneità. Regole come "accetta la proposta" e "difendi il tuo personaggio" sono studiate per incoraggiare la partecipazione attiva e l'impegno nel processo di improvvisazione. Le regole di sicurezza sono una priorità assoluta, creando un ambiente sicuro e rispettoso necessario affinché i partecipanti possano esplorare ed esprimersi liberamente e senza paura. Il rapido riscaldamento con attività d'improvvisazione provocatorie come 'Ti ho visto in un film porno' e 'Perché hai fatto la cacca nel mio letto?!' è progettato per spingere immediatamente i partecipanti nella zona di stretching. Questo approccio li sfida a confrontarsi con l'incomodo e ad affrontare scenari inaspettati, preparando il terreno per un lavoro emotivo più profondo. Le sessioni sugli impulsi emotivi e il cerchio di condivisione sono destinate a potenziare la spontaneità e l'autoconsapevolezza. Ciò consente ai partecipanti di elaborare le loro esperienze e comprendere le personalità che presentano al mondo. Le sessioni pomeridiane sono destinate a approfondire i principi della Gestalt. Attività come 'Sentire il palco' e 'Statue' incoraggiano l'esplorazione attraverso il teatro simbolico della Gestalt. La creazione di scene e attività di improvvisazione di gruppo facilita un'esplorazione più approfondita dei principi della Gestalt attraverso l'applicazione pratica. Iniziare il secondo giorno con attività focalizzate sul rilassamento, la consapevolezza fisica e gli esercizi di specchiatura offre un approccio olistico all'apprendimento. La sessione di 'Bullismo a scuola' consente ai partecipanti di esplorare complesse problematiche sociali attraverso la lente del teatro della Gestalt, promuovendo l'empatia e una comprensione più profonda. Le sessioni di debriefing, meta-riflessione e presentazioni sono cruciali per integrare le esperienze. Queste sessioni offrono un'opportunità di riflessione e discussione sull'approccio del teatro della Gestalt in un contesto più ampio.

3.2. Facilitare il corso

Abbiamo già menzionato alcuni elementi sull'atteggiamento e sulle competenze del facilitatore all'inizio di questo capitolo. Quello che aggiungiamo nei paragrafi seguenti sono alcuni aspetti pratici per arricchire la facilitazione e i risultati della formazione.

Creazione di uno spazio sicuro: quando iniziamo la nostra esperienza con il gruppo, vogliamo assicurarci che i partecipanti abbiano tutte le informazioni generali sulla struttura ospitante e la tabella di marcia. Il primo passo per creare uno **spazio sicuro** è far sì che le persone si sentano a loro agio con la situazione, coprendo gli aspetti pratici così come i bisogni emotivi e interpersonali. L'introduzione del facilitatore mira a chiarire un quadro esplicito di interessi e obiettivi comuni per l'esperienza del corso e un insieme di regole condivise per l'interazione di gruppo. **Rassicurare che la condivisione e la partecipazione siano volontarie e confidenziali è importante**, così da far sentire ai partecipanti la libertà di provare sé stessi entro i limiti di cui hanno bisogno e di proteggere la sensibilità e la privacy individuali. Considera questo, ad esempio, quando proponi un punto di riflessione ai partecipanti e chiedi loro di rispondere uno alla volta seguendo il cerchio, *oppure* in stile "popcorn", dove tutti possono condividere liberamente quando si sentono pronti a farlo (e nessun altro sta parlando).

Utilizzare e consentire una varietà di possibili modi di espressione: per creare un ambiente di supporto inclusivo, dove ognuno può trovare il suo modo di partecipare e sperimentare la connessione con gli altri. Riflessioni e attività possono essere selezionate e/o adattate per **bilanciare il livello d'interazione dei partecipanti**: la condivisione nel gruppo grande, (dove c'è più ricchezza nel sentire e ascoltare tutti gli altri, ma può essere più faticoso in termini di attenzione/ascolto, oltre a rendere più difficile esprimere qualcosa di intimo), può essere alternato con la condivisione in sottogruppi, o in coppie, dove c'è più possibilità di prendersi tempo e approfondire. Inoltre, essere creativi con le modalità di espressione, includendo scrittura, disegno, recitazione, e altre modalità giocose e dinamiche per parlare di sentimenti e idee. Infine, ma non meno importante, considerare un'equilibrata alternanza tra stare seduti, in piedi e in movimento, per mantenere i partecipanti attivi e concentrati senza stancarli troppo, e ricordare sempre il potere della musica (e della danza!) per aiutare con l'energia di gruppo e l'atmosfera della stanza!

Focalizzare la riflessione: ci sono due "domini" di apprendimento a cui possiamo indirizzare l'esperienza della formazione, **personale** e **professionale**. In generale, crediamo che ci sia una forte sovrapposizione tra i due, considerato che ci muoviamo in un ambito di lavoro in cui tutto si gioca attraverso le relazioni umane, ma per gli obiettivi della nostra formazione è utile approfondire le dinamiche peculiari dei due livelli .

Gli insegnanti e gli educatori saranno sfidati prima di tutto come esseri umani, mettendo se stessi, i loro corpi, personalità ed emozioni in primo piano. Focalizzare la riflessione a livello personale significa utilizzare l'esperienza delle attività nel gruppo per consentire ai partecipanti di **esplorare le proprie emozioni, i propri processi interiori e funzionamento sociale**, chiedendo dei loro sentimenti, del loro stile di comunicazione, delle

loro preferenze e dei loro limiti/difficoltà. Lavorare a questo livello è importante per gli obiettivi del progetto Edu-Gestalt, perché crediamo fortemente che prendersi cura della salute mentale degli educatori sia un passo fondamentale per la salute dell'intero sistema scolastico. Inoltre, le competenze educative si basano fortemente sull'autoconsapevolezza e sull'intelligenza emotiva. Lavorare a questo livello significa che vogliamo focalizzare i partecipanti su ciò che sta accadendo dentro i loro corpi e tra di loro. Chiederemo principalmente dei **sentimenti ed emozioni** (*Cosa/come ti senti? Dove lo senti nel tuo corpo? Quali emozioni erano prevalenti durante l'esperienza?*), per aiutarli a verbalizzare questo "primo strato" della situazione vissuta. Attraverso questo, stiamo lavorando sulla **consapevolezza ed espressione emotiva**. Possiamo approfondire ulteriormente il processo personale chiedendo di collegare i sentimenti a momenti specifici, azioni e interazioni nell'esperienza (*Cosa ti ha fatto sentire così? Cosa dice questo di te? Cosa nel comportamento degli altri ti fa sentire in questo modo? Come pensi che fai sentire gli altri quando agisci in questo modo?*), raggiungendo i livelli del carattere e della personalità, così come quello interpersonale. Con questo tipo di focus, tocchiamo dinamiche interpersonali più "impegnative" come lo **stile di comunicazione, l'espressione sociale delle emozioni e la reazione alle personalità degli altri**.

Quello che qui consideriamo come livello professionale di apprendimento è il processo specifico di sviluppo della consapevolezza e delle competenze per utilizzare pratiche ECE in un contesto educativo. Si tratta di un processo di metariflessione in cui i partecipanti lavorano sul ruolo del facilitatore e sull'adattamento dell'approccio di apprendimento nel proprio contesto con i propri studenti. Un primo focus qui è la consapevolezza e la chiarezza su quali aspetti della vita degli studenti stiamo lavorando, **come questi giochi, rappresentazioni ed esercizi creano un contesto trasformativo per la salute emotiva e relazionale, qual è il valore dell'apprendimento incarnato per la vita scolastica** (*Cos'è la salute mentale a scuola? Come può questa attività/esperienza promuovere il benessere degli studenti? Come può questo tipo di contesto/approccio di apprendimento cambiare il modo in cui gli studenti lavorano insieme/cooperano?*). Inoltre, è importante considerare l'apprendimento metodologico riguardante **l'implementazione dell'approccio e la conduzione delle attività**, chiedendo del ruolo del facilitatore, delle risorse e dei limiti dell'ambiente educativo, e della comprensione specifica delle tecniche (*Come ti vedi nell'applicare questo approccio? Quali sono le competenze del facilitatore? Cosa può aiutarti? Cosa ti preoccupa? Cosa pensi sia importante nella realizzazione di questa attività?*).

4. Sviluppo della teoria basata sull'esperienza

Lo spazio d'incontro e sovrapposizione della crescita personale e dell'apprendimento professionale è dove insegnanti ed educatori sono chiamati allo sviluppo della propria teoria sulla facilitazione di pratiche ECE, ed è in questo senso anche l'esito principale che miriamo a raggiungere con il nostro curriculum formativo: fornire ai professionisti della scuola una base solida, elaborata e significativa di esperienza delle pratiche ECE, che servirà loro come guida interiore durante la facilitazione delle attività di gruppo. Una base di concetti teorici e metodologici, comprensione della funzione di tali pratiche per il benessere (e il ben-fare!) della vita scolastica, insieme alla consapevolezza incarnata di come funzionano con i pensieri e i sentimenti delle persone, sono gli strumenti necessari per utilizzare l'approccio Edu-Gestalt. Sviluppare una teoria radicata significa utilizzare l'esperienza personale di apprendimento e crescita per elaborare il nostro quadro di concetti e regole di lavoro. Teoria radicata nell'esperienza significa estrarre dal proprio vissuto i principi che sottendono agli argomenti in gioco e nel individuare le domande chiave a cui si sente di dover rispondere. Queste risposte verranno dall'esperienza personale dei partecipanti, poiché vengono invitati a ricollegarsi alle loro emozioni, pensieri, intuizioni e sensazioni viscerali per estrapolare a livello cognitivo cosa significa la loro esperienza in teoria.

AECE è un'identità fluida, una costellazione di principi che possono essere plasmati e adattati creativamente per servire gli obiettivi della promozione della salute e per potenziare i contesti educativi in molti modi. Abbiamo già parlato del valore per i facilitatori di fare esperienza dell'esperienza relazionale di gruppo e di apprendimento all'interno del proprio corpo, al fine di possedere veramente i principi e di essere in grado di creare il proprio modo personalizzato di applicarli in soluzioni diverse su misura per il loro contesto e momento di lavoro. L'importanza che attribuiamo a questa "personalizzazione" dello stile di facilitazione si basa sull'**effetto cruciale di spontaneità e autenticità nella creazione dell'ambiente educativo non formale**. Similmente a quanto è ampiamente studiato nella ricerca sulla leadership di successo, gestire un gruppo di persone con obiettivi di lavoro di squadra e benessere è molto efficace nel trovare un modo di comunicare e comportarsi che rifletta la propria attitudine e carattere, al fine di promuovere relazioni basate sull'autenticità, la responsabilità e la cooperazione. **Fondare uno spazio che consente e promuove la creatività e l'improvvisazione, la libertà di espressione, così come la scoperta/rivelazione di sé, richiede lo sviluppo di un senso di sicurezza emotiva nel gruppo**. Questo è, soprattutto all'inizio, sostenuto dall'atteggiamento del facilitatore, guidato da apertura, curiosità e spontaneità. Per coltivare un ambiente in cui i partecipanti si sentono abbastanza sicuri da esplorare le proprie emozioni ed esperienze, il facilitatore deve essere presente e sicuro di sé, non trasmettendo l'idea di seguire istruzioni preconfezionate o di applicare teorie per dare spiegazioni alle persone ciecamente, ma pronto a non sapere, ad

accettare i doni imprevisti del qui e ora, e a rimanere al suo interno come un semplice essere umano in contatto con gli altri.

5. Valutazione del corso

Una volta terminato il corso, la sua valutazione è essenziale per individuare i punti di forza e di miglioramento dello stesso. Gli aspetti da verificare sono:

- Il flusso del programma
- La coerenza delle attività con gli obiettivi previsti
- L'efficacia della combinazione delle diverse competenze dei partner del progetto.
- Le testimonianze dei partecipanti rispetto a cosa li ha aiutati a sviluppare la loro capacità nel facilitare attività espressive, embodied ed esperienziali, cosa del corso è stato più significativo per loro, perché lo raccomanderebbero ad altri e se ritengono che al corso manchi qualcosa.
- Il lavoro di squadra tra i formatori.

Al termine del corso ai partecipanti viene somministrato un questionario per monitorare in che misura le sessioni abbiano soddisfatto i loro bisogni formativi e li abbiano sostenuti nel perseguire le proprie intenzioni. Nello specifico, delle possibili domande da inviare ai partecipanti una volta terminato il corso di formazione di 5 giorni sono:

- In che modo il corso ha contribuito alla conoscenza e comprensione dei concetti di apprendimento esperienziale, espressivo ed embodied?
- In che misura il corso vi ha fornito ispirazione per supportare i vostri studenti nella scoperta delle loro qualità e nella capacità di esprimersi?
- In che misura il corso vi ha fornito informazioni sulle condizioni necessarie per pianificare le attività esperienziali, espressive ed embodied per i vostri studenti?
- Quanto vi sentite sicuri e consapevoli ora sul come facilitare le attività esperienziali, espressive ed embodied con i vostri studenti?
- In che misura questo corso vi ha dato l'opportunità di creare una rete e di scambiare, a livello internazionale con altri insegnanti, esperienze e approcci in ambito educativo?
- Quanto siete soddisfatti del vostro processo di apprendimento e dei risultati ottenuti?
- Come valutereste la struttura generale del corso e il flusso della attività?
- Qual è stato l'elemento o l'aspetto più utile del corso?

- Qual è stato l'elemento o l'aspetto meno utile del corso?
- Commenti aperti

6. Follow up del corso di formazione e pratica nel contesto scolastico

Al termine di un corso di formazione, nonostante si sia riusciti a creare un ambiente di apprendimento sicuro, fiducioso, fruttuoso e piacevole, l'entusiasmo per l'argomento e l'attuazione degli apprendimenti non sono sempre sufficienti per implementare un percorso nel proprio contesto. Un supporto, un punto di riferimento o un tutoraggio durante la pratica, che invitino i partecipanti a trovare modi per applicare ciò che hanno imparato fino a quel momento possono fare la differenza nella realizzazione di percorsi innovativi in contesti a volte complessi come le scuole. Per questo motivo, una volta terminato il corso di formazione di cinque giorni interno al progetto, abbiamo chiesto ai partecipanti di Edu-Gestalt di applicare, nel loro contesto scolastico, le attività o l'approccio Edu-Gestalt, implementandolo come potevano, nelle loro attività quotidiane e nelle relazioni con gli studenti. A questa pratica individuale a scuola, della durata di circa quattro mesi, seguirà un incontro nazionale online o in loco con i partecipanti, al fine di verificare con loro come abbiano implementato l'approccio Edu-Gestalt e quale sia l'impatto sui loro studenti e su loro stessi. Le risposte date dai partecipanti a questo incontro di gruppo forniranno informazioni importanti per valutare gli obiettivi di apprendimento di ciascun partecipante e per la ricerca fenomenologica. Le domande da fare durante la discussione e la condivisione in gruppi nazionali sono le seguenti:

- Come avete implementato l'approccio Edu-Gestalt con i vostri studenti?
- Come è stato per voi?
- Quali sfide avete incontrato nel facilitare il processo?
- Di cosa avreste bisogno per superare queste sfide?
- Quali cambiamenti avete notato nei vostri studenti? E nel vostro approccio pedagogico? E nel vostro rapporto con gli studenti?
- Qual è l'atmosfera che si respira ora in classe?

Le risposte raccolte saranno lette con attenzione e riassunte nel paragrafo n.7 per verificare cosa è cambiato e come.

7. Valutazione dei propri obiettivi di apprendimento da parte dei partecipanti (ricerca fenomenologica)

Questa parte del manuale è il risultato delle interviste realizzate con gli insegnanti e gli educatori che hanno partecipato attivamente al corso di formazione di 5 giorni in Spagna, che hanno implementato le attività o l'approccio Edu-Gestalt e che hanno partecipato all'incontro di follow-up nazionale o internazionale dopo quattro mesi dalla fine del corso. Questo rapporto riflette la ricchezza e la diversità delle prospettive condivise dai partecipanti e testimonia il loro impegno e la loro passione per la comprensione e la promozione della salute mentale dei giovani nei rispettivi contesti lavorativi.

Ai 16 docenti che hanno partecipato al corso di formazione in Spagna sono state poste diverse domande, come ad esempio:

1. Come avessero le attività di Edu-Gestalt sostenuto la salute mentale dei loro studenti;
2. Quali opportunità e sfide hanno incontrato nell'implementazione delle attività di Edu-Gestalt;
3. Quali requisiti erano necessari per implementare le attività di Edu-Gestalt;
4. Quali competenze, conoscenze e attitudini avrebbe dovuto avere un facilitatore di Edu-Gestalt;
5. Quale impatto abbia avuto l'approccio EduGestalt sugli studenti e sul loro rapporto con gli studenti;

Per cominciare è stato chiesto agli insegnanti come vedono la salute mentale nel loro contesto lavorativo. La domanda ha suscitato una serie di risposte profonde e perspicaci. Innanzitutto, i partecipanti hanno riconosciuto che la salute mentale non è separata dai principali aspetti della vita, come il lavoro, la scuola e la casa. Anzi, è intrinsecamente legata a ogni ambito della nostra esistenza. Dalla loro esperienza durante il corso di formazione, tutti hanno riconosciuto l'importanza della connessione tra mente e corpo, evidenziando la necessità di riequilibrare emozioni, mente, corpo e vita sociale. Hanno riconosciuto che questa armonia è essenziale per prendersi cura di se stessi e della propria salute mentale come professionisti, oltre che della salute mentale dei loro studenti. Alcuni partecipanti hanno affermato che curare la propria salute mentale non è solo una responsabilità personale, ma anche un percorso verso la creatività e l'efficacia. Hanno sottolineato che quando ci si sente rilassati e in uno stato di benessere, si può liberare un maggiore potenziale creativo e si può essere più efficaci sul lavoro e che lo stesso accade ai loro

studenti. I partecipanti hanno discusso circa l'importanza di non avere condizionamenti esterni restrittivi, di promuovere l'empatia, la fiducia in se stessi, di creare un ambiente sano, di costruire la resilienza e di lavorare con le emozioni. Infine, i partecipanti hanno riconosciuto come la salute mentale sia legata anche alla pressione delle tempistiche nei contesti educativi. I partecipanti che sono riusciti ad applicare l'approccio Edu-Gestalt attraverso l'apprendimento esperienziale, l'improvvisazione teatrale e il teatro della Gestalt hanno notato che:

1. Questo approccio è considerato più efficace e inclusivo rispetto alle tradizionali lezioni frontali, in quanto favorisce un ambiente sicuro in cui gli studenti non si sentono giudicati e si sentono liberi di condividere i loro pensieri, emozioni ed esperienze. Questo dialogo aperto contribuisce a creare uno *spazio più compassionevole e comprensivo* in cui gli individui possono discutere apertamente di ciò che provano. L'incoraggiamento a riconoscere e parlare delle proprie emozioni, a poterle esprimere e l'accettazione delle emozioni altrui contribuisce a una maggiore alfabetizzazione emotiva, consapevolezza di sé ed empatia. L'uguaglianza insita in questo metodo promuove un senso di appartenenza e di accettazione.
2. Questo approccio fa leva sul *lavoro di squadra*, in quanto gli individui sono invitati a pensare come un gruppo. In questo approccio, tutte le idee sono ben accette e la collaborazione favorisce il sostegno reciproco. I partecipanti imparano ad articolare le proprie necessità e a chiedere aiuto quando necessario.
3. Un aspetto significativo di questo approccio è l'enfasi posta sull'"*essere nel momento presente*", consentendo così ai partecipanti di sentire ed esprimere genuinamente le emozioni senza la costrizione di un copione.
4. Infine, i docenti hanno sottolineato che questo approccio porta a *relazioni interpersonali più forti*. I legami che si creano superando insieme le difficoltà creano un gruppo coeso che contribuisce a sostenere il benessere mentale dei suoi membri.
5. Inoltre, i conflitti, le sfide e il gioco di ruolo, presentati soprattutto negli esercizi di teatro Gestalt, hanno offerto agli studenti un microcosmo del mondo più ampio, consentendo loro di *sviluppare strategie di adattamento*, empatia e abilità sociali in un ambiente sicuro e solidale. Si tratta di abilità di vita, fondamentali non solo per i risultati accademici, ma per il benessere generale di fronte agli eventi imprevedibili della vita.

Le risposte dei partecipanti mostrano sia le opportunità che le sfide legate all'implementazione dell'approccio Edu-Gestalt. L'entusiasmo per l'inclusione di questo approccio nei percorsi didattici, va di pari passo anche con la consapevolezza delle sfide da affrontare. Molti insegnanti hanno riferito che il loro modo di vedere l'insegnamento è

cambiato, hanno un approccio mentale diverso, che li porta ad essere *meno incentrati sulla prestazione e più sull'esperienza collettiva e sulla condivisione della stessa attraverso la riflessione*. A livello personale, alcuni insegnanti hanno riferito di sentirsi cresciuti, perché hanno superato molti limiti, come la timidezza e il timore di esporsi in pubblico. Applicando l'approccio Edu-Gestalt, hanno iniziato ad apprezzare ancora di più i risultati più semplici e, soprattutto grazie alle attività di improvvisazione teatrale ("woosh" nel manuale delle attività), hanno iniziato a considerare l'errore non più come un fallimento, ma come un elemento prezioso del processo di apprendimento. Molti studenti, infatti, si vergognano quando commettono errori e spesso non osano partecipare alle attività siano esse formali che non formali. Temono di essere ridicolizzati di fronte ai compagni di scuola e agli insegnanti, quindi preferiscono stare al sicuro non agendo. Alcuni degli insegnanti che hanno partecipato al corso di formazione in Spagna hanno trovato utile e motivante appendere sulle pareti delle classi frasi positive sugli errori, affermando che sono un'opportunità per imparare, per coltivare una mentalità di crescita e per migliorare. Accogliere gli errori, è come incoraggiare gli studenti ad avventurarsi fuori dalla loro zona di comfort e a fare un passo verso l'ignoto, E' un modo per ampliare la loro conoscenza in merito a materie scolastiche, al contesto in cui si trovano, agli altri e a se stessi. Molti docenti hanno visto l'opportunità di includere l'apprendimento esperienziale nelle materie che insegnano, soprattutto nelle classi di educazione sociale e civica, ma anche in materie come la letteratura che, secondo loro, possono essere affrontate attraverso le emozioni che suscitano. Questo approccio emotivo è stato visto come un modo per approfondire la comprensione della materia e per rafforzare il legame con la stessa. I docenti hanno espresso il desiderio di dedicare più tempo in classe all'approccio Edu-Gestalt, che ritengono essere un'aggiunta preziosa ai metodi di insegnamento tradizionali, in quanto può creare un ambiente di apprendimento più vivace e interattivo. Dedicare quotidianamente del tempo all'ascolto degli studenti e incoraggiarli a condividere è vista dai docenti come una applicazione pratica dell'approccio citato. Il circle time, le riflessioni sugli aspetti positivi e negativi della vita e delle dinamiche di gruppo e la creazione di legami più forti sono stati considerati tutti elementi che favoriscono questo approccio. Alcuni insegnanti hanno riferito che riflettere insieme sulle esperienze vissute ha portato gli studenti a identificare l'ascolto reciproco come uno dei loro bisogni principali.

In seguito a questa scoperta, gli studenti hanno elaborato in classe delle linee guida comuni per stare bene nel gruppo. Sia gli studenti che gli insegnanti hanno riconosciuto l'importanza di dare e ricevere feedback e di ricevere sostegno in questo. I docenti hanno riferito come per gli studenti fare attività di improvvisazione teatrale avesse fatto loro comprendere l'importanza di dire "no" in certe situazioni per ottenere rispetto. Questo metodo, infatti, allena gli attori a reagire spontaneamente a scenari inaspettati e permette agli studenti di rafforzare il coraggio di affrontare l'ignoto. Inoltre, trovandosi di fronte a scenari inaspettati,

gli studenti imparano a pensare fuori dagli schemi. Questo problem-solving creativo diventa uno strumento che possono utilizzare nelle sfide accademiche e nelle situazioni personali, alimentando un approccio proattivo agli ostacoli e promuovendo quindi nei giovani la resilienza.

Alcuni docenti hanno dichiarato di aver finalmente "*ascoltato la voce dei loro studenti*" e di aver notato in loro un aumento significativo dell'impegno e una diminuzione dei conflitti in classe, soprattutto grazie all'uso del teatro gestaltico e delle attività di apprendimento esperienziale. La maggior parte dei docenti ha dichiarato che, dopo aver frequentato il corso di formazione in Spagna, inizia le lezioni chiedendo agli studenti come stanno, cercando di creare una relazione che vada oltre i ruoli e che metta maggiormente al centro l'unicità degli individui. Questo cambiamento ha fatto sì che anche gli studenti fossero più orientati alla relazione interpersonale, contribuendo così alla creazione di un ambiente più attento e premuroso in classe. Implementando l'approccio Edu-Gestalt, molti insegnanti hanno compreso l'importanza di gestire le proprie emozioni e di accettare il fatto di non avere una risposta a tutto.

Qualcuno ha avuto il coraggio di cambiare l'assetto dell'aula, mettendo i banchi in cerchio e altri hanno introdotto i cuscini come modo per creare un'atmosfera più intima. La maggior parte di loro ha riferito di aver acquisito più consapevolezza rispetto a sé e a come si muove nello spazio, utilizzando così questa nuova consapevolezza sia in ambito didattico che nella relazione con gli studenti.

Nonostante l'impatto positivo, l'applicazione dell'approccio Edu-Gestalt nel contesto scolastico ha portato con sé delle sfide. Una delle principali è stata identificata dai docenti nella *resistenza di alcuni colleghi a voler sostituire un approccio più tradizionale*, che però risulta familiare e conosciuto, con quello più innovativo di Edu-Gestalt. Purtroppo questa resistenza permane anche se l'approccio tradizionale non risulta più essere attuale per il ruolo che la scuola oggi è chiamata a rivestire. La resistenza di alcuni colleghi, a loro avviso, potrebbe derivare dalla mancanza di apertura mentale, dalla non convenzionalità dell'approccio Edu-Gestalt che li spaventa e/o dalla necessità per gli insegnanti di sviluppare competenze e consapevolezza specifiche per facilitare questo tipo di apprendimento.

A questo proposito, alcuni docenti hanno citato la gestione delle dinamiche di gruppo all'interno della classe come una delle sfide per le quali sono necessarie competenze di facilitazione. Un insegnante invece ha trovato resistenza negli alunni, che non sono abituati al cambiamento dell'assetto scolastico e/o al ruolo dell'insegnante. Abbattere le barriere tra studenti e insegnanti attraverso un canale emotivo che permetta agli studenti di fidarsi dei propri docenti non è così facile come sembra. Gli insegnanti sono incaricati di valutarli,

quindi è difficile per gli studenti non sentirsi osservati e giudicati. Il sistema scolastico si basa perlopiù su voti che derivano dal rendimento, che nella maggior parte dei casi viene valutato in accordo a standard generali invece che in base al miglior rendimento che un singolo studente può fornire con le sue potenzialità. I docenti intervistati hanno ammesso di essere molto stressati dalle valutazioni e dalla necessità di raggiungere obiettivi di apprendimento condivisi a livello nazionale, perché l'aspetto più emotivo passa in secondo piano a favore del rendimento.

Senza dubbio, una delle cose che i docenti hanno considerato di grande importanza per facilitare i processi di apprendimento attraverso l'approccio Edu-Gestalt è il modo in cui loro stessi si comportano in classe, *il modo in cui usano il linguaggio del corpo in modo consapevole e la loro presenza*. Nella loro pratica, i docenti intervistati hanno notato che senza autostima e autoefficacia personale può essere difficile costruire un ambiente scolastico sicuro e basato sulla fiducia e che è importante per loro come facilitatori fare esperienza diretta di come poter apprendere dall'esperienza in modo da poterlo applicare con uno stile personalizzato con gli studenti. Secondo loro, è fondamentale non proiettare se stessi, ma osservare attentamente e rispondere a ciò che accade nel gruppo nel momento presente. Ciò implica innanzitutto un ascolto profondo dei bisogni degli studenti, per poi analizzare, riflettere e cambiare le strategie quando necessario, in modo da favorire l'apprendimento e l'impegno effettivo degli studenti.

L'incontro con i colleghi e il loro coinvolgimento nelle attività è stato visto dai docenti che hanno partecipato al corso di formazione in Spagna come un'opportunità per diffondere l'approccio della Edu-Gestalt. In un'ottica di collaborazione, i partecipanti hanno espresso la volontà di condividere ciò che hanno imparato durante il corso con i colleghi. Affinché l'approccio Edu-Gestalt possa essere applicato in modo efficace, i docenti hanno espresso la necessità di avere colleghi, dirigenti scolastici e genitori che supportino il processo di cambiamento. Una comunità unita e collaborativa sembra essere essenziale per facilitare questo approccio innovativo. La cooperazione tra docenti e l'amministrazione scolastica è stata ritenuta fondamentale, in quanto richiede pazienza e disponibilità ad abbandonare i metodi tradizionali.

Gli insegnanti intervistati, spinti dall'entusiasmo per i primi passi fatti con l'approccio Edu-Gestalt a scuola e soddisfatti dei primi risultati su se stessi e nel rapporto con gli studenti, hanno deciso di rimanere in contatto a livello internazionale, con l'obiettivo di creare una **"comunità di apprendimento Edu-Gestalt"** permanente alla quale i docenti possano fare riferimento. La comunità ha l'obiettivo di promuovere approcci esperienziali, espressivi ed embodied nel contesto scolastico, per rendere lo stesso un ambiente di apprendimento piacevole e olistico, attento al benessere dei suoi membri (studenti e insegnanti) e per

Clausola di esclusione della responsabilità: il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa guida non costituisce un'approvazione del contenuto, che riflette esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non è responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute.

