

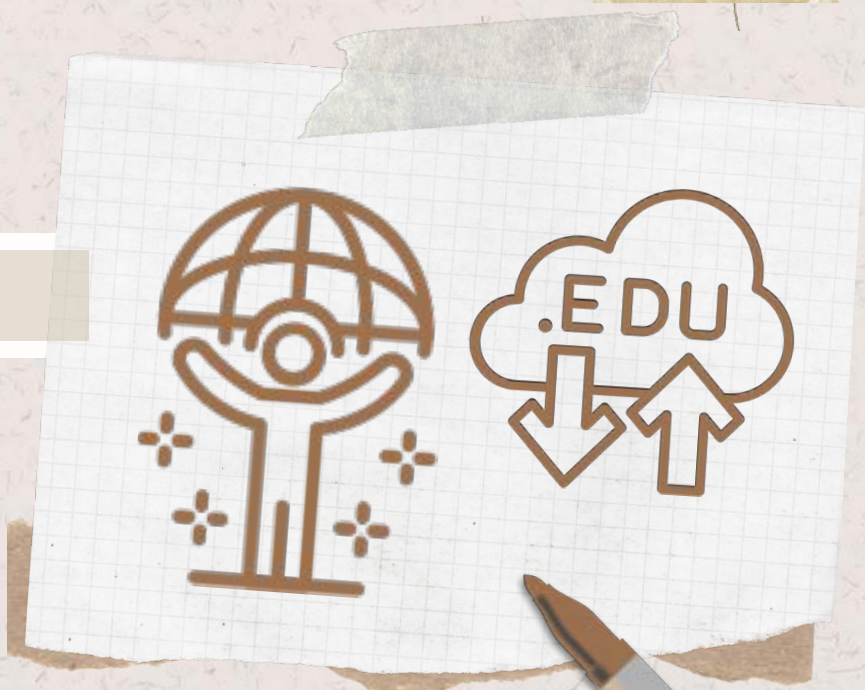
EDUCARE ALLE LIFE SKILLS IN AMBITO SCOLASTICO

# LA PROMOZIONE DELLE LIFE SKILLS 'RELAZIONALI'

Strumenti e strategie di intervento  
nel gruppo classe

**Dr.ssa Anna Maria Carbone**

mercoledì 11 Gennaio



Nella prospettiva della One Health e dell'esercizio di una cittadinanza attiva e consapevole le Life Skills (OMS, 1993) assumono un valore preventivo e formativo nella costruzione sinergica del proprio stato di salute e benessere e nel contribuire alla salute degli altri e dell'intero ecosistema



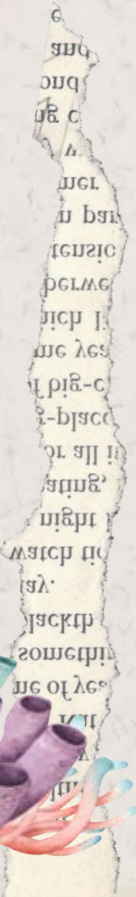
Esiste un' unica salute: *One Health*.  
Siamo tutti elementi di un solo sistema, in cui la salute di ogni elemento umano, animale o ambientale è strettamente interdipendente da quella degli altri. La salute del pianeta e di tutti i suoi abitanti deve avere pari dignità se vogliamo creare un ecosistema sostenibile, resiliente e durevole.  
(Ilaria Capua, *Salute circolare. Una rivoluzione necessaria*, 2019)





Una relazione educativa autentica, empatica, reciproca, maieutica, dialogica riflessiva, aperta consente di provvedere al proprio benessere in modo sempre più autonomo, mediante

- la spinta ad allacciare e ad allargare relazioni significative
- la ricerca e la comprensione attiva e sociale del proprio sé, dell'altro e del mondo;



*Una nuova professionalità docente* in grado di promuovere

un apprendimento significativo, consapevole, responsabile  
uno sviluppo armonico personale e sociale

un clima di classe positivo

dotata di competenze non solo didattiche e disciplinari, ma anche di  
abilità empatiche, auto-regolative, di riflessività, affettive,  
comunicative ed etiche



## un approccio curricolare integrato

- superare la presenza ‘incidentale’ delle competenze trasversali e delle life skills principalmente nei progetti aggiuntivi (Ocse, 2019 , OECD ‘Future of Education and Skills 2030’)
- collocare in modo interconnesso e stabile le competenze trasversali e le skills in percorsi curricolari di apprendimento significativo essenziali, interdisciplinari e situati, condivisi e valutabili



signs of the island being brought back to life



## Una **didattica innovativa e inclusiva**

per promuovere e potenziare  
competenze trasversali e skills

centrata sull'apprendimento  
significativo, anziché sull'insegnamento

basata sulla **centralità dell'allievo** e  
delle sue azioni, invece che sul docente

mirata a suscitare motivazione e  
stimolare processi di apprendimento e  
autovalutazione attivi, situati, autonomi  
e personalizzati



signs of the island being brought back to life anyway, I had

was unclear. I had

Una didattica innovativa e inclusiva: strategie specifiche

- 1) *Il Modelling*: è importante che l'insegnante fa da "modello" nella pratica
- 2) *Il training diretto*: attività che consentano agli studenti di prendere consapevolezza e poi realizzare tali abilità per comprenderne il valore;
- 3) *Il training indiretto*: usare il cooperative learning e altre metodologie mirate durante le lezioni in classe, per permette agli studenti di applicare le proprie competenze socio-emotive mentre apprendono;
- 4) *L'autoriflessività meta-cognitiva*: attivare processi meta cognitivi prima durante e dopo le azioni sulle modalità con cui si mettono in atto abilità socio emotive per accrescere negli studenti la consapevolezza e quindi l'autonomia e la responsabilità nel gestirle.



Una didattica innovativa e inclusiva: metodologie

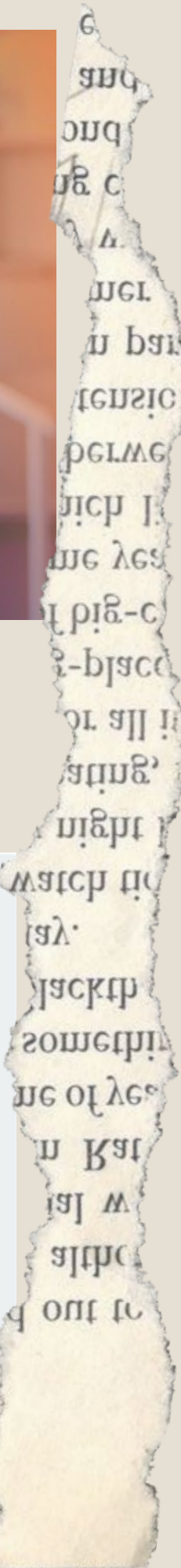
## *Flipped classroom*

l'insegnante predispone il materiale multimediale sul contenuto della lezione

gli studenti si preparano a casa sugli argomenti con il proprio ritmo;

**nessuna lezione frontale** viene svolta in aula, tutto il tempo viene utilizzato per le attività interattive più stimolanti: cooperative, di approfondimento, applicazione, discussione, consolidamento, recuperi personalizzati;

il docente sostiene e guida le attività di classe





Una didattica innovativa e inclusiva: metodologie

## *Cooperative learning o collaborazione efficace*

- ❖ prevede l'apprendimento **interattivo** in piccolo gruppo, l'aiuto reciproco e la corresponsabilità rispetto agli obiettivi del percorso condiviso (*interdipendenza positiva e responsabilità individuale e di gruppo*), con il supporto del docente;
- ❖ consente l'attuazione e il potenziamento di determinate *abilità sociali*
- ❖ supporta la *valutazione di gruppo* dei risultati e del proprio modo di lavorare e il loro miglioramento
- ❖ porta con sé una serie di vantaggi: maggiore motivazione intrinseca, miglioramento dei risultati, relazioni più positive e maggiore autostima e sopportazione delle difficoltà e dello stress.... maggiore benessere psicologico





Una didattica innovativa e inclusiva: metodologie

*Tutoring e Peer Tutoring* :punta sulla relazione d'aiuto che alunni più grandi e/o competenti attuano nei confronti dei più piccoli e/o meno competenti per facilitare l'apprendimento di conoscenze e abilità cognitive e sociali



Una didattica innovativa e inclusiva: metodologie

## *Role Playing*

consente agli alunni di rappresentare alcuni ruoli in interazione tra loro( come 'attori'), mentre altri partecipanti della classe assumono la funzione di 'osservatori' dei contenuti e dei processi attivati

fornisce molteplici stimoli all'apprendimento, attraverso l'imitazione, l'azione, l'osservazione del comportamento degli altri e i commenti ricevuti sul proprio

riproduce e simula accadimenti di vita reale mettendo in atto ruoli organizzativi e sociali



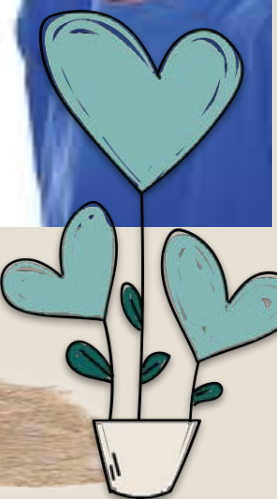


# Buone pratiche .“Litigare bene”: il *conflict corner* nella Scuola dell’Infanzia

«Litigare bene» può sembrare un ossimoro, ma è una strategia da apprendere fin da piccoli, quasi un prerequisito per maturare abilità socio-emotive a cui poter attingere (se necessario) da adulti (D. Novara).

I bambini possono essere aiutati a sviluppare le capacità autoregolative, ad acquisire maggiore *autonomia e responsabilità*, a tollerare le frustrazioni, a imparare a negoziare, a migliorare il clima del gruppo ed evitare eventuali scontri fisici

Il metodo individuato è quello del ***conflict corner***, *accompagnato dall’utilizzo del cestino della rabbia e da momenti di circle time e di auto-riflessione metacognitiva sostenuta dai docenti*



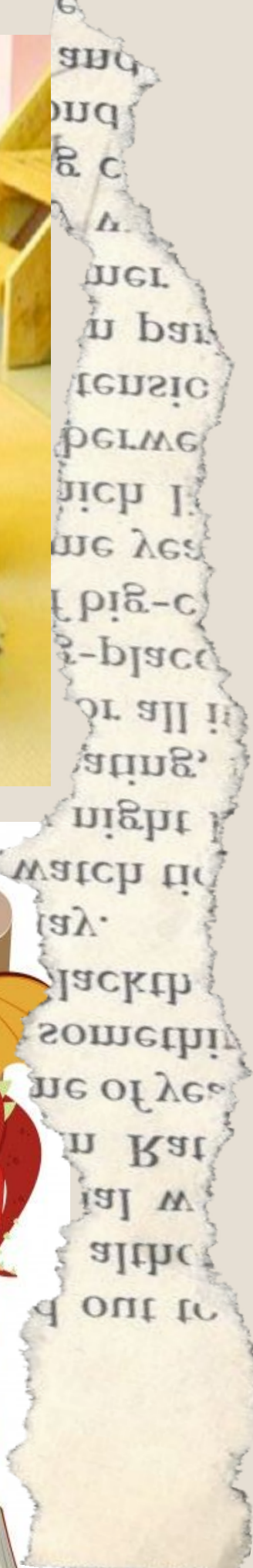
**Buone pratiche.**

**Le quattro tipologie di emozioni, gioia, tristezza, rabbia e paura, in un laboratorio sulla fiaba nella Scuola Primaria**

L'educazione alle emozioni può sostenere un miglioramento del benessere del singolo, ma anche della classe (effetto "socialità"). Acquisendo competenze socio-emotive, il bambino sviluppa capacità di riconoscere ed esprimere le proprie emozioni e di decifrare quelle degli altri (empatia).

Attraverso la fiaba per ciascuna emozione e il circle time si realizza, in una classe V di Scuola Primaria, un laboratorio centrato su quattro tipi di emozioni.

Una "buona pratica" per educare i bambini a stare bene insieme, a mostrare empatia, a "emozionarsi", a cooperare



# Buone pratiche. Un laboratorio di educazione socio-emotiva trasversale nella Secondaria di I grado

Un'esperienza laboratoriale di educazione socio-emotiva nelle classi della Secondaria di I grado è quanto mai opportuna, almeno per più motivi:

1. consente ai ragazzi di riconoscere, esprimere e gestire le proprie emozioni, ma anche di comprendere quelle degli altri
2. può realizzare un clima di classe meno competitivo e conflittuale;

Il laboratorio proposto prevede

- l'analisi delle emozioni attraverso l'arte, la fotografia, la letteratura, l'esperienza personale;
- la riflessione e la sperimentazione dei vari canali a disposizione per esprimere e comprendere le proprie ed altrui emozioni;
- il confronto tra emozioni, reazioni ed efficaci modalità di gestione delle stesse



## Buone Pratiche. Il SEL, *Social emotional learning*



Promuove e potenzia l'autoconsapevolezza, l'autogestione, la consapevolezza sociale, le capacità relazionali e capacità decisionali nei percorsi formativi con la valorizzazione della trasversalità propria delle skills mediante specifiche strategie e metodologie: come il Modelling, il training diretto e indiretto, l'auto-riflessività metacognitiva, l'apprendimento cooperativo, la flipped classroom, ecc



# Buone pratiche. Prevenzione *bullismo* e *competenze socio-emotivo* : moduli e strumenti di lavoro 1



Il fenomeno del bullismo richiede interventi specifici, ma anche un più generale potenziamento delle abilità socio-emotive.

Modulo 1: Le carte delle emozioni (scuole infanzia, primaria e secondaria di primo grado)

Far scoprire la differente intensità delle emozioni con giochi di classe e in gruppo con le Carte delle emozioni

Modulo 2: Osservo i sentimenti degli altri (Scuole primaria e secondaria di 1° grado)

Stimolare le capacità di riconoscere gli stati emotivi nelle altre persone mediante illustrazioni/storie mirate

Modulo 3: A Scuola di Empatia (scuole secondarie di primo grado e di secondo grado-biennio)

Implementare i comportamenti empatici, per migliorare le relazioni interpersonali, mediante l'analisi delle situazioni ed emozioni in gruppo e intergruppo in storie mirate e scelta di comportamenti di sostegno e aiuto



# Buone pratiche. Prevenzione *bullismo* e *competenze socio-emotivo* : moduli e strumenti di lavoro 2

**“ Ha - Ha ! NELSON “**

Proposta dell’Azienda sanitaria Friuli Occidentale. ASFO per le Scuole Secondarie di secondo grado.

## **Obiettivi**

Favorire una maggiore consapevolezza di sé e la capacità di verbalizzare le proprie emozioni

Rafforzare le competenze che favoriscono la costruzione di buone relazioni

Modificare l’atteggiamento verso le situazioni conflittuali mediante strumenti per sostenere il conflitto e saperlo gestire

Rafforzare i fattori protettivi per fronteggiare situazioni di bullismo

## **Metodologia**

Strumenti e modalità esperienziali per favorire l’ascolto attivo e la partecipazione di tutti gli alunni. Brainstorming, attività di gruppo, role playing, discussioni e giochi esperienziali.



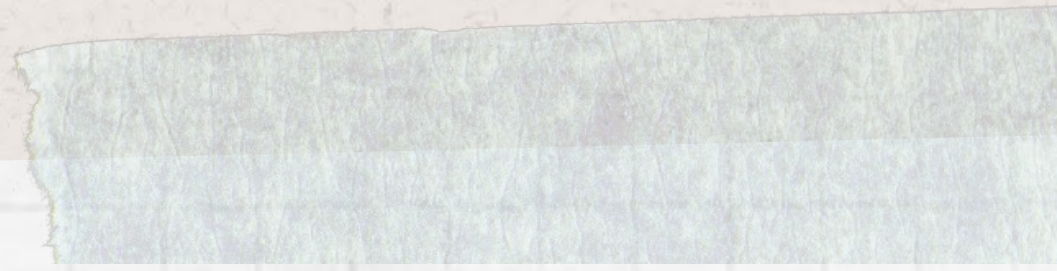
**Buone pratiche. *Educazione socio-emotiva Erasmus Plus KA2***  
**PARTENARIATI STRATEGICI. -ADI**  
**Secondaria di II grado.**

In Polonia a Gdynia, dal 10 al 16 aprile 2016, sono state testate 3 lezioni interdisciplinari con studenti polacchi, italiani e turchi.

Tra gli obiettivi:

- far sentire ciascuno studente protagonista nel processo di apprendimento
- testare e valutare le capacità inclusive e l'efficacia di metodologie didattiche innovative, quali la flipped lesson, il gioco di ruolo, l'apprendimento cooperativo, i compiti di realtà (anche con l'utilizzo di strumenti digitali), per lo sviluppo e potenziamento delle life skills (comunicative, empatiche, collaborative, motivazionali creative...)
- analizzare la validità di un nuovo strumento per l'autovalutazione dei docenti

**BEST PRACTICE**



*Grazie per  
l'attenzione*



# BIBLIOGRAFIA

Cavalli A. (2000) Gli insegnanti nella scuola che cambia, Il Mulino, Bologna, Cerini, e altri Bruni V.,

[it.pearson.com/aree-disciplinari/italiano/idee-per-insegnare/le-emozioni-vanno-a-scuola.html](https://it.pearson.com/aree-disciplinari/italiano/idee-per-insegnare/le-emozioni-vanno-a-scuola.html), Pearson. Italia, 2020.



# PERSONAL SKILLS

## INTELLIGENZA EMOTIVA - COMPETENZA PERSONALE



○ **CONSAPEVOLEZZA DI SÉ**

○ **PADRONANZA DI SÉ**

○ **MOTIVAZIONE**

## a) CONSAPEVOLEZZA DI SÉ

Comporta la conoscenza dei propri stati interiori e l'identificazione dei propri bisogni, preferenze, risorse e intuizioni

**a.2) Consapevolezza emotiva e consapevolezza del proprio benessere psicologico ed emotivo:** Consapevolezza del proprio benessere psicologico ed emotivo, capacità di percepire il proprio stato emotivo e riconoscimento delle proprie emozioni e dei loro effetti; capacità di percepire se stesso nella relazione con l'altro

**a.5) Autovalutazione accurata/fiducia in sé stessi (autostima e rispetto di sé):** percezione e conoscenza dei propri punti di forza e dei propri limiti e sicurezza nel proprio valore e nelle proprie capacità (autovalutazione scolastica)

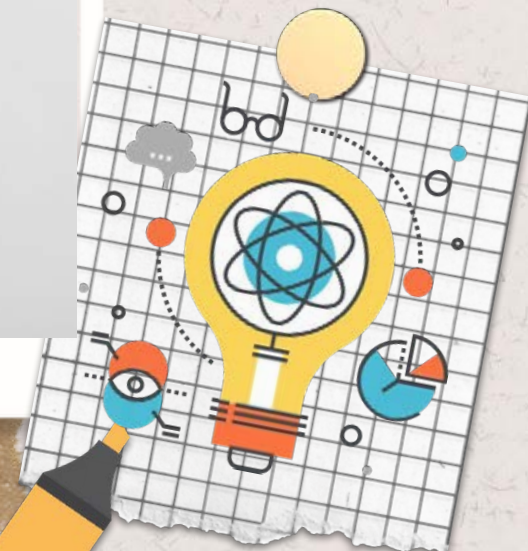


- a.1) Percezione del proprio stile di vita e capacità di prendersi cura di sé e della propria salute:** Capacità di percepire il proprio stile di vita (dieta, attività fisica, sonno). Capacità di prendersi cura di sé, come presupposto per un sano e corretto stile di vita.
- a.3) Consapevolezza che la salute, l'ambiente e il patrimonio culturale sono beni privati e sociali da tutelare:** Consapevolezza della necessità di rispettare la salute, l'ambiente, i beni paesaggistici, il patrimonio artistico e culturale.
- a.4) Gestione dell'identità digitale e degli strumenti tecnologici:** Saper creare, modificare e gestire una o più identità digitali. Saper proteggere i propri dispositivi ed essere consapevole dei rischi nell'uso delle tecnologie e delle minacce della rete; saper attuare le misure di protezione e sicurezza.



## b) PADRONANZA DI SÉ

Comporta la capacità di dominare i propri stati interiori, i propri impulsi e le proprie risorse



**b.1) Autocontrollo (legato all'autostima):**  
dominio delle emozioni e degli impulsi distruttivi

**b.2) Fidatezza:**  
mantenimento di standard di onestà e integrità

**b.3) Coscienziosità:**  
assunzione delle responsabilità per quanto attiene alla propria prestazione, anche rispetto alla digitalizzazione

**b.4) Adattabilità:**  
flessibilità nel gestire il cambiamento

**b.5) Innovazione:**  
capacità di sentirsi a proprio agio e di avere un atteggiamento aperto di fronte a idee, approcci e informazioni nuove, per innovare anche con la tecnologia



## c) MOTIVAZIONE

Comporta tendenze emotive che guidano o facilitano il raggiungimento di obiettivi



### c.1) Spinta alla realizzazione:

impulso a migliorare o a soddisfare uno standard di eccellenza

### c.2) Impegno sociale:

adeguamento agli obiettivi del gruppo o dell'organizzazione/ “società online”.

Consapevolezza che i principi di solidarietà e uguaglianza sorreggono la convivenza civile e favoriscono la costruzione di un futuro equo e sostenibile.

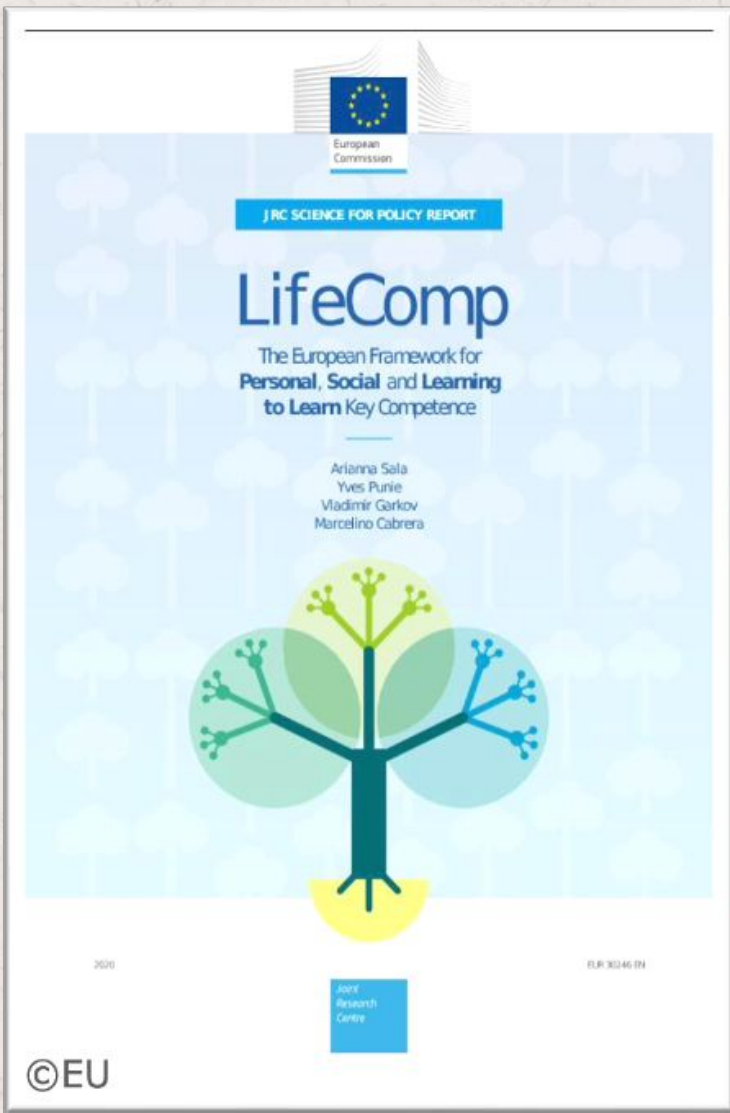
### c.3) Iniziativa:

prontezza nel cogliere le occasioni

### c.4) Ottimismo:

costanza nel perseguire gli obiettivi nonostante ostacoli e insuccessi (persistenza nel raggiungimento degli obiettivi; resilienza; speranza).





## LIFE COMP

2020

Il quadro europeo  
per le competenze  
chiave personali,  
sociali e di  
apprendimento

## SOCIALI

**S1: Empatia:** la comprensione delle emozioni, delle esperienze e dei valori di un'altra persona e il saper dare risposte appropriate

**S2: Comunicazione:** utilizzo di strategie di comunicazione pertinenti, di codici e strumenti specifici a seconda del contesto e del contenuto

**S3: Collaborazione:** impegno in attività di gruppo e lavoro di squadra in cui si riconoscono e rispettano gli altri

## PERSONALI

**P1: Autoregolazione:** consapevolezza e gestione di emozioni, pensieri e comportamenti

**P2: Flessibilità:** capacità di gestire le transizioni e l'incertezza e di affrontare le sfide

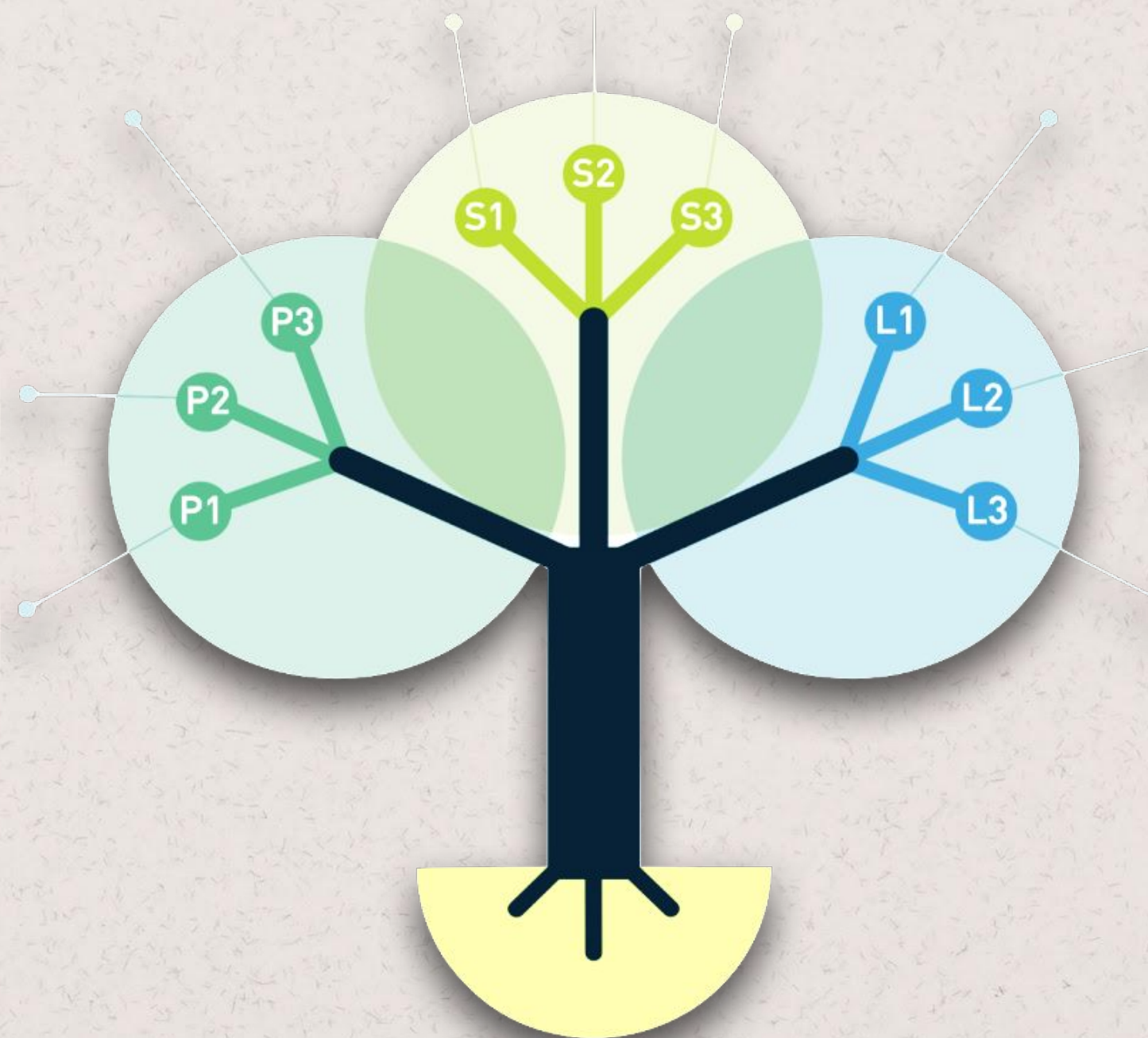
**P3: Benessere:** ricerca della soddisfazione nella vita, cura della salute fisica, mentale e sociale e adozione di uno stile di vita sostenibile

## IMPARARE AD IMPARARE

**L1: Mentalità di crescita (Growth mindset):** credere nel potenziale proprio e degli altri di imparare e progredire continuamente

**L2: Pensiero critico:** capacità di valutare informazioni e argomenti per sostenere conclusioni motivate e sviluppare soluzioni innovative

**L3: Gestione dell'apprendimento:** pianificazione, organizzazione, monitoraggio e revisione del proprio apprendimento



È possibile focalizzare lo stretto legame tra life skills e i descrittori delle Competenze chiave europee del 2018, che sollecitano i docenti ad un approccio integrato delle tre dimensioni per le loro azioni didattiche.

La Competenza personale, sociale e capacità di imparare ad imparare appare evidentemente dedicata alle life skills

(Franca Da Re , 2018)

COMPETENZE DI CITTADINANZA (D.M. 139/2007)				
IMPARARE AD IMPARARE	AGIRE IN MODO AUTONOMO E RESPONSABILE	COLLABORARE E PARTECIPARE	COMUNICARE	RISOLVERE PROBLEMI
INDIVIDUARE COLLEGAMENTI E RELAZIONI				PROGETTARE
ACQUISIRE ED INTERPRETARE L'INFORMAZIONE				

L'allegato 2 del DM 139 (Regolamento in materia di adempimento dell'obbligo d'istruzione, 2007), precorreva, mediante la connessione tra le Life Skills (OMS, 1993) e le “competenze chiave di cittadinanza”, vere e proprie competenze trasversali, basate su conoscenze ed abilità non riconducibili ad un unico asse culturale o ad una singola disciplina, ancora oggi punto di riferimento significativo dalla scuola dell'infanzia al biennio della scuola superiore.



*Life skills, soft skills, no cognitive skills, socio-emotional skills...*

alla ricerca di una definizione univoca...

attributi, caratteristiche di personalità, abilità

individuali che rappresentano in modo

particolareggiato le competenze trasversali e

rientrano nelle attività intellettive del soggetto



...island being brought back to life...

# LIFE SKILLS (OMS - 1993)

*'abilità/capacità che ci permettono di...affrontare efficacemente...le sfide della vita quotidiana'*

LIFE SKILLS EMOTIVE	LIFE SKILLS RELAZIONALI	LIFE SKILLS COGNITIVE
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Consapevolezza di sé: <i>self awareness</i></li> <li>➤ Gestire le emozioni: <i>coping with emotion</i></li> <li>➤ Gestione dello stress: <i>coping with stress</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Empatia: <i>empathy</i></li> <li>➤ Comunicazione efficace: <i>effective communication</i></li> <li>➤ Relazioni efficaci: <i>interpersonal relationship skills</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Risolvere i problemi: <i>problem solving</i></li> <li>➤ Prendere decisioni: <i>decision making</i></li> <li>➤ Pensiero critico: <i>critical thinking</i></li> <li>➤ Pensiero creativo: <i>creative thinking</i></li> </ul>



## ...in particolare le skills socio-emotive

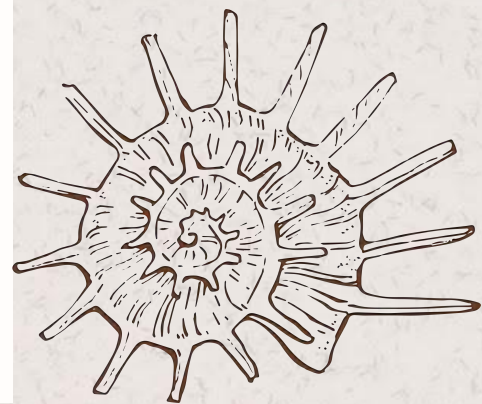
hanno una funzione facilitatrice rispetto ai processi cognitivi per alleviare lo stress, comunicare in modo efficace, entrare in empatia con gli altri, superare le sfide e disinnescare i conflitti.;

la loro mancanza può causare...’instaurarsi di comportamenti negativi e mettere a rischio in risposta allo stress’;

occorre siano sviluppate e potenziate, mediante percorsi formativi innovativi

"Rare sono le persone  
che usano la mente,  
poche coloro che usano il  
cuore e uniche coloro  
che usano entrambi."  
(Rita Levi-Montalcini)





Apprezzabili sperimentazioni, come quelle attivate dall'Invalsi e nelle Scuole del Trentino nel 2019 all'interno di un approccio olistico, intercettano la tematica emotivo-relazionale non disgiunta da quella cognitiva.

Entrambe le ricerche sottolineano la necessità di un cambiamento nelle modalità di conduzione del lavoro in classe da parte dell'insegnante e sostengono strategie di intervento significative.

Pochissimi sono i tentativi che puntano alla collocazione stabile, integrata e trasversale delle competenze trasversali e delle Life Skills nei curricula scolastici e alla costruzione e validazione di materiali per la loro valutazione (esperienze di progettazione e valutazione delle competenze trasversali all'interno di curricula inclusivi, essenziali, interdisciplinari, esperienziali).

