

L'OUTDOOR TRAINING NELLA FORMAZIONE E NEGLI INTERVENTI SULLA DINAMICA DEL GRUPPO-CLASSE

PRESENTAZIONE DEL PERCORSO FORMATIVO IN OUTDOOR TRAINING

Il percorso formativo si rivolge agli insegnanti delle Scuole elementari, medie inferiori e superiori ed utilizza una metodologia assolutamente innovativa proponendosi due finalità principali:

- la crescita personale, lo sviluppo della motivazione, il miglioramento del lavoro di *équipe*.
- l'acquisizione di uno strumento di osservazione e attivazione delle dinamiche di gruppo, che consentirà una co-conduzione con gli esperti esterni degli interventi diretti di apprendimento esperienziale sulle classi.

L'*Outdoor training* è una metodologia basata sull'**apprendimento esperienziale**. Le parole chiave sono *sperimentazione diretta* ed *esperienza personale*.

I partecipanti acquisiscono conoscenze dirette attraverso esperimenti e scoperte invece di ascoltare e leggere le esperienze di altri. La metodologia comprende un insieme di attività, svolte prevalentemente all'aperto e con l'ausilio di materiali che provengono dal mondo della natura, dal mondo dello sport o dal gioco, che mettono in gioco la persona in senso globale, coinvolgendone gli aspetti fisici, cognitivi, emozionali e relazionali.

L'attività proposta ha spesso a che fare con il piano dell'**avventura** e della **sfida**, che sono strumenti estremamente validi di esplorazione e di introspezione per tutte le fasce d'età poiché consentono di avvertire molto più sensibilmente paure, pensieri irrazionali e potenzialità. L'elemento sfidante rende questo metodo particolarmente adatto al lavoro con bambini e ragazzi che attivano comportamenti problematici e di difficile contenimento da parte dell'educatore.

Tutte le attività sono *non competitive*: la sfida è per migliorare se stessi, non per vincere sugli altri.

Il tutto si svolge su un piano prettamente **metaforico**, proponendo una serie di situazioni non consuete e legate al lavoro di gruppo che creano le condizioni ottimali perché bambini, ragazzi e educatori prendano ad agire fuori dai propri schemi di pensiero ed azione, mettendo in gioco possibilità e risorse insospettate, esplorando nuovi punti vista e nuove potenzialità spesso annegate, nella vita di ogni giorno, dalle fissità funzionali, dalle abitudini, dalla mancanza di



stimoli. Le persone sono coinvolte in azioni non direttamente collegate ai problemi del loro reale ambiente di vita e scolastico, ma che richiedono lo stesso genere di competenze: la capacità di dare e chiedere aiuto, l'ascolto attivo, la fiducia in sé e negli altri, la capacità di dare e ricevere *feedback*, l'acquisizione di metodi decisionali... Dopo l'esperienza il gruppo riflette sul processo svolto, esaminando dinamiche, ostacoli, ruoli e strategie intraprese.

L'*outdoor* produce, quindi, una ricaduta psicologica nella quotidianità e nel contesto scolastico, in termini di emersione delle dinamiche della classe, esplicitazione del progetto inconscio del gruppo, sviluppo dell'integrazione, di scoperta della molteplicità dei punti di vista e delle alternative, dello sviluppo di nuove competenze comunicative.

La metodologia *outdoor* viene utilizzata in **ambito formativo**, nella **prevenzione primaria e secondaria**, nelle **aziende** per la crescita personale e professionale dei *team* direzionali, come **intervento rieducativo** per i ragazzi in situazione di devianza (riformatori giovanili, interventi della giustizia minorile etc.).

DESTINATARI

Il percorso di formazione si rivolge agli **insegnanti delle Scuole elementari, medie inferiori e superiori**.

Data la metodologia esperienziale proposta il percorso si rivolge a gruppi di **max 25 partecipanti**.

STRUTTURA

Il corso prevede circa **15 ore** totali di intervento:

- **3 incontri di 2h e 30m ciascuno nella palestra o nel cortile della scuola.**
- **1 incontro di una giornata (circa 7,5 ore) in ambiente naturale** (in genere viene scelto un parco cittadino, come il *Parco degli Acquadotti* o *Villa Ada*).

L'incontro si può svolgere in un giorno feriale o festivo (spesso le scuole scelgono il sabato) con il seguente orario orientativo: **9,30-13,00** e **13,30-17,30**.

FINALITÀ

Le attività hanno come finalità generali lo sviluppo di una maggiore consapevolezza di limiti e risorse personali e il miglioramento della capacità di lavorare in gruppo.

Il corso consente inoltre agli insegnanti di co-condurre gli interventi di *outdoor training* in classe.



OBIETTIVI

- Incoraggiare l'autostima, l'autoefficacia percepita, la fiducia in se stessi e negli altri
- Potenziare le proprie abilità comunicative e apprendere conoscenze sui fattori di efficacia della comunicazione, migliorando i rapporti tra ragazzi e insegnanti e tra i ragazzi stessi
- Facilitare l'interdipendenza positiva tra i membri del gruppo, la capacità di dare e chiedere aiuto, l'atteggiamento collaborativo, attraverso la condivisione di esperienze non competitive per la cui riuscita risulta determinante il sostegno reciproco
- Sviluppare abilità che contribuiscono alla *leadership*, accrescere la consapevolezza dei propri comportamenti di *leadership* efficaci, funzionali al gruppo, garanti di cambiamento
- Favorire l'apprendimento di strategie di *problem solving*
- Migliorare la capacità di adattamento creativo di fronte a situazioni nuove e inconsuete, aumentando la flessibilità personale
- Promuovere l'assunzione di responsabilità rispetto alle proprie scelte
- Aumentare la consapevolezza corporea e delle proprie emozioni
- Analizzare le proprie capacità di pianificazione temporale delle attività
- Creare occasioni di divertimento, che è determinante per creare coinvolgimento e partecipazione.

METODOLOGIA

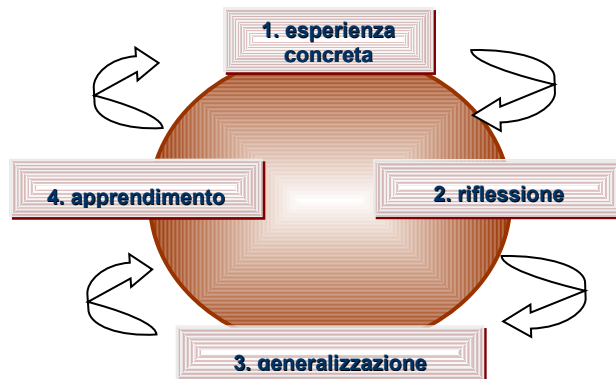
Com'è ormai noto, gli individui imparano: *il 10% di ciò che leggono, il 20% di ciò che ascoltano, il 30% di ciò che vedono, il 50% di ciò che vedono e sentono, il 70% di ciò che discutono con altri, l'80% di ciò di cui fanno esperienza diretta.*

La normale lezione frontale in aula nasce e si sviluppa intorno ad obiettivi di apprendimento cognitivo (il *sapere*). Affiancato da proposte di simulazione ed esercitazioni, tale modello è poi andato sempre più investendo l'ambito del *saper fare*. L'*outdoor training* predilige una formazione più comportamentale che tecnico- specialistica, mirata al *saper essere*.

Il principio che guida questa metodologia è quello di ***imparare attraverso il fare, riflettendo su quello che si è fatto.***

L'*outdoor* si rifà al ciclo esperienziale di apprendimento teorizzato e descritto da J. **Dewey** (e ampliato da D. **Kolb**), che sostiene che tra teoria e pratica vi è una transizione continua, che il sapere non è fisso e definito, ma è piuttosto un sistema elastico che si arricchisce e modifica progressivamente grazie all'esperienza, sulla quale interviene, a sua volta, modificandola:





Al termine di ogni attività segue un processo riflessivo sull'esperienza (*debriefing*), dove le scelte fatte dagli individui e dal gruppo vengono discusse, rielaborate e trasferite nei contesti di lavoro e di relazione dei partecipanti. Il trasferimento, la generalizzazione generano l'apprendimento. Per questo motivo riteniamo la fase della **rielaborazione** come l'aspetto più importante nella sequenza di attività nella natura. Attraverso la rielaborazione è possibile far emergere l'aspetto metaforico delle attività. Nella fase della rielaborazione ogni partecipante traduce l'esperienza personale in un **apprendimento trasferibile nella sua vita personale e organizzativa**.

PRINCIPALI ESPERIENZE E ATTIVAZIONI PROPOSTE

Sono contemplate attività di diversi tipi classificate secondo il livello di rischio percepito dai partecipanti: attività *a bassa percezione di rischio*, attività *ad alta percezione di rischio*.

Le attivazioni proposte variano secondo le caratteristiche e gli obiettivi dei partecipanti e possono comprendere:

- esercizi di *problem solving* creativo e di gruppo;
- giochi sulla fiducia, *trust sequence*;
- esercizi sulla comunicazione;
- giochi complessi in cui sono necessari impegno fisico e creatività;
- giochi di rilassamento e di divertimento;
- drammatizzazioni, *role playing*;
- costruzioni, ecc.

Nei casi in cui la scuola accogliesse un approfondimento del progetto *outdoor*, soprattutto indirizzato a gruppi classe particolarmente difficili, sono possibili attività definite ad *alta percezione di rischio*, quali:



- uso di corde in verticale (arrampicata di roccia o di parete artificiale, discesa in corda doppia);
- uso di corde in orizzontale poste a diverse altezze;
- *orienteering, smarrimenti, orientamento mappa-bussola-altimetro;*
- *trekking, attraversamento di torrenti, allestimento di percorsi nella natura, esplorazioni...;*
- attività in barca a vela, canoa, ecc.

Corre l'obbligo di sottolineare che tutte le attività sono condotte da tecnici specializzati, nel totale rispetto delle normative di sicurezza, e che le attrezzature utilizzate sono garantite e certificate. La regola generale di partecipazione alle attività è: *ognuno secondo i propri limiti*. Ogni partecipante è libero di scegliere il livello di sfida in cui coinvolgersi.

ALTRE INFORMAZIONI

I docenti forniranno schede informative relative alla metodologia.

A coloro che parteciperanno a tutti gli incontri verrà rilasciato un **attestato** di frequenza.

Il prezzo concordato non ci permette la somministrazione dei questionari e la valutazione degli stessi, operazione onerosa e impegnativa.

La Coop. Diversamente è certificata ISO 9001 per la *Progettazione ed erogazione di servizi di formazione professionale e di orientamento*

DOCENTI COINVOLTI

Gli incontri sono condotti da formatori psicologi, psicoterapeuti e *counselor*, esperti nell'apprendimento esperienziale con particolare riferimento ai progetti svolti nel settore educativo.

