

MERENDA PRODIGIOSA!



CARATTERISTICHE PRINCIPALI

Competenze rafforzate	COSTRUIRE - LEADERSHIP - FOCUS SULLE SOLUZIONI
Adatto a	Docenti, studenti
Livello di difficoltà	Alto
Setting	Gruppo
Numero di partecipanti	12 o più
Durata media	60 minuti
Attrezzature/materiali speciali	Si
Versione online	No

1. DESCRIZIONE

L'attività è stata pensata come potenziamento del capitale psicologico dei partecipanti, siano essi studenti o docenti. Il capitale psicologico è uno stato psicologico positivo caratterizzato da quattro risorse personali (Luthans, Youssef-Morgan, 2017): speranza, *autoefficacia*, resilienza, ottimismo. È un costrutto creato all'interno della cosiddetta psicologia positiva, e sintetizza efficacemente uno dei motti di questa disciplina: le persone sono importanti (Peterson, 2008). Secondo la psicologia positiva la variabile che correla maggiormente con il benessere delle persone è la qualità delle loro relazioni. L'esercizio Merenda prodigiosa è sovrapponibile concettualmente al seguente principio: "Il tutto è superiore alla parte" e si ispira al video *One Human Family, Food for All* della Caritas internazionale. Il video è parte di una campagna educativa, e richiama un antico racconto sui temi della fame e della condivisione. Nella "metafora dei mestoli" sono contenuti i seguenti insegnamenti: quando cerchiamo di sfamare solo noi stessi, gli altri rimangono senza cibo, mentre se ci concentriamo sulla fame dei nostri vicini, scopriamo modi diversi di sfamare tutti. Applicato a questo esercizio, si tratta di un gioco di ruolo la cui finalità è attivare le risorse psicologiche dei ragazzi mediante un approccio esperienziale.

2. OBIETTIVO / VANTAGGI

In questa attività si focalizza l'attenzione sulle condizioni abilitanti del capitale psicologico, individuando i processi sociali e attribuzionali che possono promuovere il funzionamento collaborativo all'interno di un gruppo, lo sviluppo dei potenziali personali, il benessere degli studenti, il senso di soddisfazione e apprezzamento verso la scuola, la costruzione di un'identità positiva. Piuttosto che riparare o rimuovere le condizioni disabilitanti si punta all'attivazione delle risorse psicologiche personali (Seligman, 2011), attraverso questa attività.

3. CLUSTER DI COMPETENZE correlate

CLUSTER NR 1 COSTRUIRE, e NR 2 LEADERSHIP, e NR 5 FOCUS SULLE SOLUZIONI

Perché

1. Il primo cluster coinvolto in questo esercizio è il cluster numero 1, "Constructing", con tutte le sottoreddizioni coinvolte: Proattività, Agenzia personale / di gruppo, Relazione come

co-costruzione di significato e Relazione come processo di influenza reciproca. Questo è un esercizio complesso da questo punto di vista, e stimola studenti e insegnanti in modo attivo, a scoprire un approccio collaborativo nello sviluppo dell'agenzia individuale e di gruppo. Si basa fortemente sulle relazioni tra i partecipanti, in cui le conseguenze delle azioni individuali sono sempre sociali e viceversa.

2. Il secondo cluster coinvolto è il numero 2 nel quadro, "Leadership". All'interno di questo cluster, l'esercizio promuove un approccio collaborativo alla leadership, in cui non c'è solo "il leader", ma anche "il seguace", con responsabilità ultima sul funzionamento del gruppo.
3. Il terzo cluster coinvolto è il numero 5, "Focus sulle soluzioni", con le sotto-competenze Solution-Focused Approach e Problem Solving VS Solution Building Mindset. L'esercizio è importante per aiutare gli studenti a passare da una mentalità basata sulla comprensione dei problemi a una mentalità basata interamente sulla ricerca di soluzioni a problemi comuni.

4. COME FARE L'ESERCIZIO

L'attività prevede quattro fasi: introduzione e prima prova, la visione del video One Human Family, Food for All, una seconda prova, e infine il conteggio dei risultati e la riflessione finale.

Step 1 / Introduzione e prima prova:

Si divide il gruppo in 4 gruppi, definiti "popoli". Il gruppo sceglie un giocatore. L'obiettivo di quest'ultimo è raccogliere per il proprio popolo il maggior numero di pezzi di pane. Lo dovrà fare utilizzando un mestolo lungo e collocando il pezzo preso in una ciotola posta sulla sua destra (a sinistra se il giocatore è mancino). Al centro della stanza, posta su uno sgabello si trova una cesta con una serie di pezzi di pane, tanti quanti sono i partecipanti all'attività di gruppo. Il giocatore deve prendere con il mestolo una fetta di pane dopo l'altra. Se il pezzo cade, il popolo ha perso il cibo. Nel cercare di prendere il pane il giocatore tiene con una mano il mestolo, la seconda mano rimane dietro la schiena, è seduto a gambe incrociate, la posizione del suo corpo deve essere mantenuta dietro un segnaposto. Per ogni popolo, un componente gruppo avrà il compito di alzare la paletta "HELP" qualora il gruppo volesse chiedere aiuto al docente facilitatore. A bassa voce compagni e coordinatore possono suggerire strategie. Questa prima parte dovrebbe durare circa 5 minuti.

Step 2 Visione del video della Caritas Internazionale "Una famiglia umana, cibo per tutti":

Attraverso il pc e il videoproiettore in classe, si proietti il video disponibile su Youtube¹.

Step 3 Seconda prova:

Con la stessa organizzazione dello Step 1, ripetere i tentativi, per ciascun gruppo, di raccolta dei pezzi di pane.

Step 4 Risultati finali:

Dopo la seconda prova, ciascun gruppo conta i pezzi di pane che è riuscito a prendere nel primo Step, e successivamente nel secondo, dopo la visione del video.

5. DE-BRIEFING

L'esperienza del video è il modello di apprendimento per i partecipanti. Il video ripercorre il passaggio da un approccio individuale ad uno sociale e relazionale nella condivisione delle risorse, in questo caso del cibo. Si tratta della stessa esperienza vissuta dai partecipanti dei "popoli" che necessita ora, nella parte finale, di essere ripresa per una riflessione conclusiva.

Si faciliti la riflessione tra i "popoli" attraverso le seguenti domande stimolo:

- Quali sono le differenze fondamentali tra la prima prova, prima del video, e la seconda prova, dopo il video?
- Quale strategia si è rivelata maggiormente efficace per affrontare per trovare una soluzione al problema della condivisione del cibo tra i popoli?

¹ <https://www.youtube.com/watch?v=qhU5JEd-XRo>

-
- A scuola vi siete mai trovati in situazioni simili e come le avete gestite?
 - Nella vita di tutti i giorni vi siete mai trovati in situazioni simili e come le avete gestite?
 - Che impatto pensi che potrà avere in futuro nella tua vita in classe e fuori dalla classe questa esperienza?

6. MATERIALI SPECIALI

L'esercizio richiede una serie di materiali per poter essere realizzato. Innanzitutto del cibo da condividere (preferibilmente dei piccoli panini), delle ceste dove riporre il pane (una cesta da dove prendere il pane e altre ceste, tante quanti sono i gruppi/popoli, dove riporre il pane), dei mestoli di legno con il manico il più possibile lungo. Dei cartelli con scritto "Help", per chiedere supporto ai docenti durante la prima e seconda prova, e chiaramente un computer connesso a internet con videoproiettore per mostrare il video.

7. SUGGERIMENTI E TRUCCHI

L'esercizio funziona meglio se realizzato in un ambiente spazioso, che non sempre possono essere le aule in cui si fa lezione. Ad esempio una palestra. L'attività può essere svolta all'interno di una singola classe, ma può essere realizzata anche tra classi diverse per curare lo sviluppo del clima diffuso tra le classi. L'attività può essere un buon modo per iniziare l'anno scolastico, per identificare, anche dal punto di vista dei valori principali, gli elementi essenziali su cui investire sulle relazioni (collaborazione, supporto, obiettivi comuni, ...).

8. VERSIONE ONLINE

Per le caratteristiche che ha l'esercizio, non è possibile una variante online.



**Teachers And Students improving
School Climate together**



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

9. BIBLIOGRAFIA - SITOGRAFIA

- Luthans, F., & Youssef-Morgan, C. M. (2017). Capitale psicologico: un approccio positivo basato sull'evidenza. *Revisione annuale della psicologia organizzativa e del comportamento organizzativo*, 4, 339-366.
- Peterson, C. (2008). *Il buon life*. Psicologia Oggi Blog.
- Seligman, M. E. (2011). *Flourish: una nuova comprensione visionaria della felicità e del benessere*. New York: Free Press.



PROVINCIA AUTONOMA DI TRENTO



MCMXXII
VYTAUTAS MAGNUS
UNIVERSITY

