



Giocare é una cosa seria!

Progetto per Social Time

Marcella Mistrali

Psicologa | Counselor | Coach | Emotional Intelligence Facilitator

Iscritta all'Ordine degli Psicologi della Lombardia, Sezione A, N. 22796

Cell: +39 371 318 0348 | Mail: marcella.mistrali@libero.it



Il Progetto

Contesto e obiettivi:

Il contesto attuale, caratterizzato da incertezza ed una forte accelerazione digitale, ha portato ad un allontanamento dalla comprensione del Sé e dalla comunicazione con gli altri, facilitando l'idealizzazione dei contenuti e delle emozioni. I giovani, in questo scenario in continuo cambiamento hanno bisogno di essere ascoltati, di fermarsi per riuscire a comprendere i propri desideri, bisogni e le emozioni che vivono quotidianamente, dando loro concretezza, un nome ed un significato.

Si propone la creazione di un percorso con dei laboratori di facilitazione e formazione condotti attraverso l'utilizzo di tecniche espressive basate sul gioco, che possano aiutare i partecipanti ad orientarsi nel mondo delle emozioni e della comunicazione interpersonale. Il gioco (mattoncini Lego®), un momento di leggerezza e creatività, diviene un'opportunità di crescita non più solo per i bambini, ma uno strumento anche per ragazzi (15-17 anni) che possono così esprimersi e raccontarsi attraverso uno strumento creativo e innovativo.

Il percorso prevede inoltre la possibilità per i giovani di sperimentarsi nella gestione delle relazioni ed emozioni in un contesto extra-scolastico, supportando l'organizzazione di manifestazioni ed eventi solidali in collaborazione con l'Associazione SocialTime.

L'obiettivo diviene quello di dare la possibilità ai giovani di prendere consapevolezza dei processi e delle dinamiche alla base della regolazione emotiva e relazionale, di condividere e riflettere sui loro vissuti anche grazie a una esperienza «sul campo».

PERCHE' GIOCARE E' UNA COSA SERIA!





Metodologia:

L'approccio proposto si rifa' alla metodologia Lego®Serious Play®, una tecnica espressiva, che permette attraverso il *gioco manipolatorio* e l'uso delle metafore di attivare processi di elaborazione delle informazioni, processi di comunicazione e di formazione in modo molto naturale.

La costruzione di *modellini Lego®* e lo stesso approccio esperienziale attivano una profonda elaborazione delle informazioni (studi scientifici sostengono che lavorare con le mani attivi l'80% del nostro cervello), facilitando l'attribuzione e la condivisione di significato.

L'uso *metaforico* permette di affrontare tematiche importanti, quali le *emozioni* e il loro *impatto relazionale* grazie al setting neutro del gioco, che facilita l'andare oltre le barriere razionali e la distanza, che la stessa comunicazione a volte può invece dar luogo.

Diventa quindi un forte ancoraggio al concreto, un punto di partenza e uno strumento simbolico per lavorare individualmente ed in gruppo.

E' una metodologia inclusiva che stimola il pensiero creativo e un approccio costruttivo attraverso l'uso dello storytelling del proprio modellino. Un racconto che permette di valorizzare la propria identità, ma che si va ad inserire in uno scenario allargato in cui potersi rispecchiare. Un contesto collettivo co-costruito, in cui far emergere interconnessioni e aree di condivisione.

Non resta allora che LASCIARE PARLARE LE NOSTRE MANI!





Esperienza pratica:

Partecipazione all'organizzazione e alla gestione degli **eventi benefici organizzati da Social Time**, quali corse podistiche benefiche e solidali.

Come volontario sarà possibile per i partecipanti prendere parte a molteplici attività, quali: supporto alla comunicazione, segreteria, allestimento, animazione, supporto alla gestione e organizzazione generale dell'evento benefico di riferimento.

I **possibili eventi** previsti sono:

- GantenMonza21_FollowYourPassion: 13-16 Ottobre 2022, Monza;
- Christmas Run: 1-4 Dicembre 2022, Monza;
- RunforLife: 2-5 Marzo 2023, Monza.

Le attività svolte saranno poi oggetto di discussione e condivisione all'interno del percorso, dando così la possibilità ai ragazzi di ragionare sulla pratica svolta e sulla competenze acquisite. Sarà infatti occasione per i giovani coinvolti di mettersi alla prova nella gestione delle relazioni, nel problem-solving, collaborazione e lavoro di squadra ed intelligenza emotiva.

!! La tipologia di attività prevista può rientrare nei **PCTO**





Struttura:

Ogni percorso si compone di **3 sessioni**, così articolate:

- Sessione introduttiva (2 ore circa)
 - Introduzione alla metodologia e prime sperimentazioni con i mattoncini Lego® con un focus sui concetti chiave delle emozioni;
- Workshop (3 ore circa)
 - Costruzione e condivisione di modelli individuali e corali sulle competenze alla base dell'intelligenza emotiva e della gestione delle relazioni;
- Sessione di follow up (2 ore circa)
 - Le emozioni e il proprio futuro + riflessioni finali e chiusura.

Totale ore percorso: 8 circa + le eventuali ore di esperienza sul campo. E' possibile prevedere 1 ulteriore incontro di restituzione per l'intera classe e gli insegnanti al termine del percorso.

Numerosità partecipanti: Gruppi di max 15 partecipanti circa. Le classi devono essere suddivise in sottogruppi e seguiranno 2 percorsi paralleli ma allineati rispetto alla metodologia e i macro argomenti trattati.

Il focus delle sessioni e del workshop può essere modulato a seconda del fabbisogno specifico, rilevato in fase di analisi e di micro-progettazione. Si tiene inoltre conto anche in itinere dei bisogni emergenti, in modo da poter accogliere il sentito dei partecipanti e dedicare l'attenzione necessaria alle tematiche e alle dinamiche in essere.

