



# *Il Giardino delle Idee* Counseling Espressivo Creativo

CENTRO CULTURALE PSICOPEDAGOGICO PER L'EDUCAZIONE, LA COMUNICAZIONE, LA CREATIVITA', L'ARTE

VIA DELL'UNIVERSITA', 30 – 90134 PALERMO

**CORSO TRIENNALE DI COUNSELING ESPRESSIVO CREATIVO**

**TESI FINALE PER IL TITOLO DI COUNSELOR ESPRESSIVO CREATIVO**

**ANNO ACCADEMICO 2017/2018**

**L'isola della Pace**

**Un intervento di counseling scolastico**

**per la**

**gestione del gruppo-classe**

CANDIDATA

**Maria Concetta Murgia**

Palermo, 6/9/2017

Direttore Scientifico/Didattico

Dott.ssa Liliana Minutoli

**L'isola della Pace**  
**Un intervento di counseling scolastico**  
**per la**  
**gestione del gruppo-classe**

Tesi di **Murgia Maria Concetta**

# Indice

Premessa

**I PARTE: 1 IL COUNSELING STRUMENTO DI CRESCITA**

**2 L'UMANESIMO NELLE PROBLEMATICHE EDUCATIVE**

**3 IL COUNSELING ESPRESSIVO CREATIVO:**

**DALL'OSSERVAZIONE ALLA TRASFORMAZIONE**

**II PARTE: IL PROGETTO DI TIROCINIO "L'ISOLA DELLA PACE"**

**III PARTE- Conclusioni**

**APPENDICE Normativa e Codice Deontologico**

**BIBLIOGRAFIA**

## **PREMESSA** **corpo 12 non 16**

Un tema ricorrente nel mio lavoro di docente è stato quello della gestione dei conflitti; operando da 17 anni presso la scuola Turrisi Colonna, situata nel centro storico di Palermo, riconosciuta dal 1999 a rischio di dispersione scolastica, con un'utenza multi-problematica, mi sono interrogata su quali strategie adottare per migliorare il clima della classe e favorire la coesione del gruppo. Inoltre ho vissuto anche a livello personale una situazione di disagio che derivava da un conflitto interiore tra parti opposte di me, l'una intenta a cercare soluzioni ai problemi di gestione della classe, l'altra decisa a mollare, cambiare ambiente o addirittura lavoro: insegnare lingua italiana o tecniche di rilassamento ed espressione creativa? Non nego di essermi sentita talvolta "la maestra più sfortunata della scuola" e di aver ripetuto come un ritornello "Perché tutti a me... i bambini difficili?"

Etichettare un bambino come difficile mi fa cadere in un circolo vizioso: mi aspetto che il bambino assuma quel comportamento scorretto e mi pongo rigida e nervosa e ne favorisco la reiterazione... spesso mi sono trovata a dover gestire esplosioni di rabbia nei confronti di un compagno o nei miei riguardi che mi hanno lasciata spiazzata. Quando ho deciso di intraprendere il percorso di formazione per diventare counselor desideravo soprattutto conoscere meglio i miei punti di forza e di debolezza nella relazione educativo-didattica e potenziare le mie competenze comunicative, ma in realtà provavo a colmare lo scarto tra essere e fare. Assumere un atteggiamento autoritario e punitivo che reprime la spontaneità e la creatività dei bambini, contrasta con il mio modo di essere, anche se talvolta sembra l'unica modalità che possa dare qualche risultato in termini di disciplina. Le frasi delle colleghe, di fronte ai ricorrenti comportamenti scorretti messi in atto dai miei alunni "prima spaventali e poi li educi, devono capire chi comanda!", "il problema è che sei troppo buona (cioè debole) e vedi il risultato..." mi hanno fatta sentire impotente ed inadeguata. La domanda che mi sono posta è: "come riuscire a creare un rapporto tra i bambini e tra me e loro che ci faccia stare bene per lavorare insieme?" Tra le diverse attività pensate negli anni per creare un clima relazionale positivo in classe ho utilizzato l'espressione corporea, l'ascolto di storie e la drammatizzazione, avvalendomi di tecniche apprese in corsi di teatro

frequentati prima di diventare docente, ma attraverso il percorso di formazione mi sono resa conto che le cose rimangono immutate se il mio atteggiamento non muta: è necessario cambiare me stessa per aiutare gli altri a cambiare.

## **IL COUNSELING STRUMENTO DI CRESCITA**

Autenticità, ascolto empatico e accettazione incondizionata qualità di cui parla Carl Rogers quando fa riferimento alla professione di counselor ma anche di docente facilitatore, sono i capisaldi della relazione d'aiuto, a cui si è fatto costantemente riferimento durante il triennio della scuola di counseling che ho frequentato dal 2011 al 2014 che mi ha vista impegnata in un percorso di crescita personale che fatto luce su alcuni aspetti della mia personalità rimasti in ombra. I docenti della scuola di counseling espressivo-creativo diretta da Liliana Minutoli e i miei compagni di corso mi hanno fatto da specchio mostrandomi i miei atteggiamenti di chiusura, di giudizio, di paura dell'altro, ma anche la gioiosa vitalità della mia bambina interiore.

Questo percorso ha rappresentato per me un'importante occasione di crescita e di cambiamento in quanto ha attivato un processo di empowerment, letteralmente "conferimento di potere", che mi ha permesso di raggiungere una visione più oggettiva di alcune situazioni problematiche sia personali che professionali che derivavano da schemi mentali limitanti. Ho avuto modo di riflettere dopo averne fatto esperienza di quanto incida sulla qualità della propria vita il sistema filtrante personale, le credenze, di cui non si è coscienti, attraverso il quale analizziamo la realtà ossia ciò che si ritiene vero o falso, giusto o sbagliato, possibile o irrealizzabile. Per diversi anni ho sofferto del fatto che la mia vita non avesse avuto un corso lineare, ma una ricerca affannosa e spesso infruttuosa della mia identità: l'università prima, la scuola di teatro poi entrambe rimaste incompiute e un lavoro come docente vissuto come un ripiego, le mancate realizzazioni le ho vissute come un pesante fardello di sofferenza e disagio.

“L'individuo crea la sua vita a livello subconscio ed è indebolito, incastrato nell'ombra dei flussi emozionali irrisolti, prigioniero degli schemi mentali errati, bloccato da convinzioni interiori limitanti.” [Piazza](#)

Grazie al percorso di crescita personale ho vissuto nella mia vita un rovesciamento della percezione dei miei limiti che mi ha portato al raggiungimento di alcuni risultati superiori alle mie aspettative. Dalle riflessioni emerse durante il mio percorso di formazione, ho potuto constatare che tale

professione rappresenta un catalizzatore di cambiamento e per il mio lavoro di docente è stata un'occasione di riflessione sulle modalità di relazione messe in atto con i miei alunni e sugli errori di comunicazione in cui incorro.

Il Counseling è una relazione d'aiuto ossia un tipo particolare di relazione umana, come la definisce Carl Rogers nel 1951: "una relazione in cui almeno uno dei due protagonisti ha lo scopo di promuovere nell'altro la crescita, lo sviluppo, la maturità e il raggiungimento di un modo di agire più adeguato ed integrato." Il counseling si basa sulla originaria intuizione di Rogers che se una persona vive una situazione problematica, il miglior modo di aiutarla non è dandole consigli, ma fornendole un contesto incoraggiante perché trovi da sé le risposte. Rogers sviluppò la "Terapia centrata sul cliente" allo scopo di fornire al cliente un contesto molto positivo ed incoraggiante progettato per sostenere la crescita e facilitare la realizzazione personale. Osservando per esempio P. un bambino sensibile con un grande bisogno di essere ascoltato, mi sono accorta che quando la mattina si avvicinava alla cattedra per raccontarmi quello che gli era successo a casa o quello che aveva sognato non era necessario che io facessi commenti ma bastava soltanto dargli attenzione esclusiva per alcuni minuti perché lui andasse al proprio posto tranquillo.

La psicologia umanista, conosciuta con l'appellativo di Terza Forza perché alternativa alla Psicoanalisi e al Comportamentismo, di cui Carl Rogers è uno dei massimi esponenti insieme ad Abraham Maslow, si contrappone al pessimismo antropologico che caratterizza l'area della psicoanalisi, secondo la quale l'uomo è governato da oscure forze intrapsichiche che solo a fatica e mai completamente può governare e al determinismo meccanicistico del comportamentismo per cui l'individuo è un soggetto passivo che viene plasmato dagli stimoli positivi o negativi che riceve dall'ambiente, mostrando una visione più ottimistica della condizione umana. Secondo la psicologia umanista il comportamento umano è guidato da un desiderio di crescita personale, le persone sentono un bisogno di realizzazione personale che coinvolge la realizzazione del proprio potenziale e l'accettazione di sé. Nella persona vi è una forza fondamentale positiva. Più l'individuo è capito e accettato profondamente, più tende a lasciar cadere le false "facciate" con cui ha affrontato la vita e più si muove in una direzione positiva di miglioramento. Il programma del movimento umanistico prevedeva di "studiare le dinamiche emozionali e le caratteristiche comportamentali di un'esistenza umana piena e vitale" in cui era avvenuta l'autorealizzazione, il pieno sviluppo delle proprie

potenzialità, riuscire a diventare quello che si poteva diventare e non semplicemente adattarsi al proprio ambiente.

Durante il mio percorso di crescita personale, di presa di coscienza della mia identità mi sono sempre interrogata su come rimuovere gli ostacoli che impedivano la piena espressione delle mie possibilità latenti. Sul versante lavorativo avevo la percezione che la mia quotidianità mi lasciasse incompleta.. Qualche anno ad un convegno sull'orientamento organizzato dall'Ansa Sicilia, occasione in cui ho conosciuto Liliana Minutoli che svolgeva il ruolo di ricercatrice, mi sono trovata tra le mani il discorso che Steve Jobs scrisse per l'inaugurazione dell'anno accademico dell'Università di....

“Dovete trovare quel che amate... Il vostro lavoro riempirà una buona parte della vostra vita e l'unico modo per essere realmente soddisfatti è fare quello che riterrete un buon lavoro. E l'unico modo per fare un buon lavoro è amare quello che fate. Se ancora non l'avete trovato continuate a cercare. Non accontentatevi. Capirete quando l'avrete trovato”

E nonostante avessi già compiuto quarant'anni e superata da un pezzo l'età degli studenti a cui era stato dedicato il discorso di Steve Jobs, io mi sono sentita chiamata in causa... Sono uscita da quel salone dove si svolgeva l'incontro con la consapevolezza di voler fare luce su parti di me rimaste in ombra, dare voce a ciò che fino ad allora era rimasto inascoltato. Ho subito accolto la proposta che allora mi fece Liliana Minutoli di iscrivermi alla scuola di counseling espressivo-creativo ed ho intrapreso un percorso di crescita personale ed esperienziale durante il quale ho riscoperto la mia attitudine ad utilizzare i codici non verbali e le attività a mediazione corporea e soprattutto, facendo il tirocinio con gli stessi bambini con i quali svolgo il mio lavoro di maestra, ho compreso quanto sia importante percepire il lavoro come luogo di felicità. Ho riflettuto sul fatto che se non mi sento felice perdo energia vitale, provo un senso di inutilità e di alienazione. Se, secondo il modello dell'analisi transazionale, il mio genitore interiorizzato mi ricorda che “il dovere è dovere” mentre la bambina in me replica “faccio solo quello che mi piace”, l'adulto che trova una mediazione tra il genitore e il bambino mi invita a “trovare il piacere nel dovere!”

DISEGNI

## APPROCCIO UMANISTICO ALLE PROBLEMATICHE EDUCATIVE

In linea con le loro convinzioni di base Rogers e Maslow danno una grande enfasi sull'insegnamento centrato sullo studente in cui viene assegnato agli studenti un ruolo molto più centrale nel processo di insegnamento-apprendimento di quanto non faccia l'insegnamento tradizionale. Questo metodo didattico sostiene che l'insegnante dovrebbe fungere da facilitatore dell'apprendimento fornendo agli studenti esperienze di successo piuttosto che di fallimento. Secondo Rogers: "Se siamo genuini, attenti, empatici e congruenti come insegnanti, genitori o counselor favoriremo la crescita e la capacità di apprendimento degli altri". Quando sento, come insegnante, di essere in uno stato di tensione osservo che anche i bambini ne risentono... Per stare nella citazione è opportuno, come nel percorso di formazione ho imparato, fare spazio dentro di sé per accogliere la difficoltà propria o dell'altro ed essere autentici. Per esempio: dico ai bambini "in questo momento mi sento nervosa... per calmarmi faccio dei respiri" oppure quando vedo un bambino/a in uno stato di agitazione mi avvicino a lui/lei e mi rendo disponibile all'ascolto del suo disagio. Rogers pone al centro di tutto il processo educativo la relazione fra insegnante e allievo fondata su stima e rispetto reciproco in cui l'insegnante sappia essere se stesso, autentico in ogni momento del suo lavoro, l'allievo si senta accettato e amato e l'apprendimento sia "significativo, auto-motivato e basato sull'esperienza". Durante il mio percorso di formazione per diventare counselor ho riflettuto su ciò "che porto nella relazione" sia interpersonale che professionale, ossia quali parti di me "in luce e in ombra" per citare le parole della direttrice della scuola di counseling, Liliana Minutoli, e mi sono resa conto che spesso metto in atto delle strategie difensive, mi irrigidisco metto distanza tra me e l'altro per cui vengo percepita come lontana e non empatica... Ancora Rogers sostiene che le attitudini che facilitano l'apprendimento sono genuinità, accettazione, comprensione empatica. La genuinità è una condizione indispensabile per raggiungere un buon rapporto con gli allievi, significa essere se stessi, esprimere i propri sentimenti positivi o negativi, non recitare un ruolo. Accettazione vuol dire aver rispetto di ciò che lo studente è, sente o dice, indipendentemente dal fatto che piaccia o meno. Infine la comprensione empatica è la capacità di capire ciò che prova lo studente immedesimandosi in lui senza giudicare emozioni e sentimenti.



Thomas Gordon sulla base del pensiero della psicologia umanistica ha sviluppato il programma Teacher Effectiveness Training (TET) che offre consigli specifici sui metodi che facilitano un buon rapporto insegnante - studente e si basa sul concetto secondo cui agli insegnanti dovrebbero essere insegnati i principi e le capacità di un “rapporto umano efficace, di un’onestà comunicazione interpersonale, e di una risoluzione costruttiva del conflitto”. Secondo Gordon la relazione insegnante-alunno è più importante dei contenuti culturali, dei metodi d’insegnamento, della capacità di apprendimento degli alunni. Gordon ha sviluppato il metodo dell’ascolto attivo che porta l’alunno a parlare di sé e ad esplorare i suoi sentimenti e a fargli comprendere che l’insegnante lo accetta con tutti i suoi problemi. La tecnica dell’ascolto attivo consta di quattro momenti:

- 1) ascolto passivo (silenzio) che permette all’alunno di esporre, senza essere interrotto, i propri problemi;
- 2) messaggi d’accoglienza che indicano al bambino che l’insegnante lo ascolta;
- 3) inviti calorosi che lo incoraggiano ad approfondire l’argomento;
- 4) ascolto attivo in cui l’insegnante “riflette” il messaggio dell’alunno, recependolo soltanto senza emettere messaggi suoi personali.

Per esempio il giorno in cui bisognava lavorare alle sagome dei personaggi delle fiabe ascoltate durante il laboratorio e i bambini erano stati divisi in piccoli gruppi, P. non è stato accettato dai compagni nel gruppo di lavoro e questo l’ha fatto reagire piangendo. Quando P. si è avvicinato alla cattedra per raccontarmi l’accaduto io ho usato la tecnica dell’ascolto attivo, innanzi tutto sono rimasta in silenzio aspettando che mi raccontasse l’accaduto: “C. non mi vuole nel suo gruppo” poi gli ho sorriso per incoraggiarlo ad esprimersi, quando P. si è interrotto piangendo gli ho detto che lo stavo ascoltando e gli ho chiesto se voleva aggiungere qualcos’altro, “C. non mi vuole perché nel gruppo c’è mia sorella e finiamo sempre per litigare” infine ho detto “ti dispiace?” cioè mi sono limitata a “rispecchiare ciò che P. ha trasmesso con il suo pianto, cioè il suo dispiacere, senza esprimere giudizi o valutazioni... P. smette di piangere e mi dice: ”si mi dispiace non stare nel gruppo di C. ma penso che da solo potrò concentrarmi di più.” P. ha trovato da solo una soluzione al problema che stava vivendo e poi dopo aver finito il disegno era orgoglioso di aver fatto un buon lavoro.

## COUNSELING ESPRESSIVO-CREATIVO

Il counseling espressivo-creativo stimola l'osservazione, il riconoscimento, l'accoglienza e la trasformazione di parti di sé in un processo di crescita funzionale a qualunque scelta consapevole per la vita personale, relazionale e professionale. Un intervento di counseling espressivo-creativo prende spunto da un'attività espressiva che coinvolge i cinque sensi attraverso il corrispettivo delle arti, musica, teatro, espressione corporea, arti visive, per arrivare alla creatività intesa come modo per trovare adeguate soluzioni al proprio benessere psicofisico. Gordon col messaggio-io suggerisce al counselor di porsi in modo propositivo verso il cliente, come se fosse lui, counselor, a sentire ciò che riesce difficile all'altro esprimere. Nel counseling espressivo un'attività proposta sollecita l'osservazione di sé. Dopo l'esperienza, nel ruolo di counselor sollecito il bambino ad esprimere ciò che ha sentito, ma se non succede, il messaggio-io viene in aiuto per facilitare la comunicazione. Attraverso il messaggio-io non esprimo alcuna valutazione sul bambino ma esprimo un mio sentimento non dico: "tu sei", ma "io sento".

Tra le diverse attività espressive utilizzate ho privilegiato l'utilizzo di fiabe che rilassano cioè le fiabe che contengono le formule della concentrazione del training autogeno. Le fiabe ci parlano di noi, ci aiutano ad esplorare noi stessi e la nostra storia personale, i nostri blocchi, le nostre paure, ci indicano la via da seguire per superare gli ostacoli che incontriamo. Ascoltare o raccontare fiabe attiva la nostra immaginazione, imago-agere, infatti produrre immagini come ci ricorda J. Hillman è la caratteristica fondamentale della psiche. Anche i bambini possono utilizzare il dialogo interiore e le immagini mentali per superare le situazioni in cui vivono tensione, ansia, rabbia o altre emozioni che possono essere alla base di disagio. La drammatizzazione delle fiabe ascoltate rappresenta a mio avviso un'ulteriore possibilità di espressione delle proprie emozioni, senza i limiti imposti dalla quotidianità, per dare voce alle proprie paure, ma anche alla nostra forza interiore che ci aiuta a superare le difficoltà che incontriamo quotidianamente. **Sembra manchino parti che invece in quella di prima c'erano. Andrebbe approfondito e ampliato l'aspetto teorico col supporto delle varie discipline e del counseling. I concetti ci sono ma andrebbero allungati e maggiormente esplicitati con esempi. Fai tu....**

## **Il Progetto**

### **L'ISOLA DELLA PACE**

Laboratorio di ascolto, narrazione e drammatizzazione.

#### **Presentazione**

Il progetto "L'isola della Pace" nasce dall'analisi dei bisogni di un gruppo di bambini di 7-8 anni appartenenti alla classe 2A della scuola Turrisi Colonna, in cui io svolgo il mio ruolo di docente di lingua italiana, ed ha come finalità il miglioramento del clima relazionale del gruppo-classe perché si creino i presupposti per "Imparare contenti". Ritengo fondamentale, come sostiene Gordon, che se non si crea una situazione socio-affettiva favorevole in una classe, gli alunni non potranno dedicarsi allo studio se la loro attenzione è concentrata sui conflitti. L'approccio utilizzato è quello espressivo-creativo allo scopo di sviluppare e potenziare la creatività dei bambini che, utilizzata come risorsa interiore, consente di affrontare disarmonie, disagi emotivi e relazionali. Le attività laboratoriali sono incentrate sull'utilizzo di alcune "fiabe che rilassano" adatte a spostare l'attenzione degli alunni dalle dinamiche conflittuali in cui vivono tensione, ansia e rabbia verso il simbolico e l'immaginario per generare nuovi vissuti, immagini mentali e cambiare quelle condotte disadattive che nell'infanzia spesso vengono manifestate nel tentativo di far fronte a disagi interiori. Durante questa sperimentazione ho trovato molto utile il testo "Sulla culla dell'arcobaleno." di Beneinsei, di recente pubblicazione, dedicato a genitori, insegnanti, educatori, psicologi e tutte quelle figure che si prendono cura dei bambini. Le fiabe narrate includono gli obiettivi del training autogeno: la calma, la pesantezza, il calore, il cuore, il respiro, il plesso solare, la fronte fresca.

Attraverso l'utilizzo della fiaba in chiave educativa i bambini possono rielaborare le convinzioni su di sé, avere una maggiore consapevolezza degli altri e attivare dei processi che migliorano l'autostima e di conseguenza i comportamenti all'interno del gruppo classe. Il titolo del progetto prende spunto dalle parole di Gisela Eberlein autrice di "Le fiabe che rilassano" Red! Editore: "Ai nostri bambini manca un'Isola della Pace e la fantasia necessaria per raggiungerla. Riuscire a trovare l'Isola della Pace, la pace dentro di sé,

significa attivare quelle forze interiori che consentono di affrontare e di superare più facilmente le difficoltà, i problemi e i conflitti della vita”. Ogni incontro è articolato in tre momenti: una fase iniziale di coinvolgimento che prevede gioco libero e guidato; una fase centrale, nucleo dell’esperienza proposta, che prevede l’ascolto di una fiaba, domande-stimolo su alcuni aspetti del racconto, successiva drammatizzazione e/o disegno libero; una fase di chiusura che prevede un momento di condivisione dell’esperienza. La struttura ha subito diverse modifiche durante gli incontri perché via via si è cercato di eliminare quelle attività poco gradite potenziando quelle che invece riscuotevano successo. Visto l’alto livello di conflittualità presente nella classe ho formato piccoli gruppi allo scopo di far sperimentare ai bambini, in assenza di stimoli esterni la sensazione di rilassamento.

### **Analisi del contesto**

Il gruppo-classe è composto da 16 bambini, 8 maschi e 8 femmine, al suo interno un gruppo formato da 7 bambini, 6 maschi e una femmina, mostra in varia misura disturbi della condotta: aggressività, iperattività, bassa autostima, tempi ridotti di concentrazione e incapacità a portare a termine un compito assegnato. Le famiglie di provenienza vivono condizioni di povertà, disoccupazione, alcolismo, detenzione.

K. Assume il ruolo di leader negativo, fa il bullo con i bambini che sono più timidi sottraendo loro penne e matite a volte anche la merenda, coinvolgendo altri bambini che lo temono, ma nello stesso tempo lo emulano, in risse. Mi guarda con aria di sfida allo scopo di provocare una mia reazione. Per far ridere i compagni fa finta di essere la madre che lo picchia con la paletta o lo fa volare dalle scale e lui fa lo stesso...

P. Alterna ai momenti in cui si impegna nel lavoro scolastico, scatti di ira incontrollati in cui si scaglia contro qualsiasi cosa o persona per poi tornare tranquillo almeno in apparenza. Spesso G. la sorellina gemella che è presente in classe lo prende in giro per le sue reazioni facendolo infuriare ancora di più mentre K. e C. lo provocano. Assume il ruolo di vittima quando i compagni

non gli prestano qualcosa oppure fa il pagliaccio per farli ridere. I compagni dicono che è pazzo.

C. La mattina quando arriva a scuola ha sempre un'espressione imbronciata, fa finta di non sentire, sembra indifferente, non ti guarda mentre gli parli ma ripete quello che gli viene detto. Batte la penna sul banco o dondola la sedia per suscitare una reazione.

V. Si assenta molto spesso quando è presente chiede di uscire dalla classe. Si rifiuta di svolgere le attività perché dice di non essere capace. Si fa coinvolgere da K. quando quest'ultimo prende di mira un compagno e cerca complici...

E. Spesso sottrae le matite ai compagni, ma non lo ammette anche se viene visto mentre furtivo le nasconde nello zaino di qualche ignaro compagno. Se rimproverato nega tutto anzi ribatte che "questa scuola fa schifo".

E. Si assenta spesso, in classe è poco attento porta giochi da casa con cui si distrae dal lavoro scolastico. Non riesce a stare fermo sulla sedia e si alza in continuazione.

G. Prende in giro il fratello oppure gli sottrae penne o colori, entra in competizione con le compagne alle quali non risparmia calci e pugni, litiga spesso con i compagni C. e K. di cui però cerca la compagnia.

M. Accusa spesso malori e chiede che venga chiamata la madre, cerca la compagnia di G. che però la prende in giro perché ancora non sa leggere. Vuole la mia approvazione anche se a volte mi sfida.

F. Molto timido e introverso con i docenti ha buoni rapporti con i compagni che lo apprezzano per la sua gentilezza e generosità.

M. Socievole e allegro vive però la mancanza del padre che si trova in prigione e si assenta ogni giovedì per fargli visita, in classe non parla mai di questa situazione.

T. Nata in Bangladesh ha frequentato poco la prima elementare, solo da quest'anno comincia ad avere una frequenza assidua, ha rapporti esclusivi con C. che ha assunto nei suoi confronti il ruolo di tutor per aiutarla nelle sue difficoltà nell'apprendimento della lingua italiana.

A. Molto dolce ed affettuosa ha buoni rapporti con tutti i compagni, per l'impegno con cui affronta il lavoro scolastico è presa a modello.

C. Allegra e solare ha buoni rapporti sia con i compagni che con docenti.

C. Molto amata dai compagni sia maschi che femmine ha un ruolo di leader.

J. Frequenta in modo irregolare ha stretta amicizia solo con un gruppo ristretto di compagni.

C. Ha cambiato diverse città e diverse scuole non si è ancora integrata nel gruppo-classe, vuole stare sempre accanto a T. per aiutarla.

## **Finalità**

**-Miglioramento del clima relazionale della classe perché si creino i presupposti per “Stare bene insieme ed imparare contenti”**

## Obiettivi:

- percepire come cambia il proprio respiro in situazioni diverse
- sentire e distinguere nel respiro la calma e l'agitazione
- imparare a percepire ogni singola parte del proprio corpo concentrandosi su indicazione della voce guida
- riconoscere le proprie sensazioni corporee: tensione e rilassamento muscolare
- sentire e distinguere nelle proprie sensazioni momenti di disagio e di benessere
- riconoscere le proprie emozioni: gioia, tristezza, rabbia, paura ed esprimerle con parole, gesti, suoni, immagini
- riconoscere le proprie emozioni nella calma e nell'agitazione
- riconoscere le emozioni positive legate allo stare insieme ai compagni (gioia, serenità, entusiasmo, fiducia affetto...) e quelle suscitate da scontri verbali o fisici (rabbia, paura, tristezza, solitudine)

-acquisire consapevolezza degli altri, della necessità di fare gruppo per stare bene insieme

## Metodologia

La metodologia utilizzata è quella del counseling espressivo-creativo ossia partire dall'espressività dei cinque sensi attraverso il corrispettivo nelle arti musica, teatro, espressione corporea, arti visive, per arrivare alla creatività intesa come modo per trovare adeguate soluzioni al proprio benessere psicofisico.

## Tecniche e contenuti

Gioco libero e guidato

Attività di rilassamento;

Ascolto di fiabe;

Drammatizzazione;

Attività grafiche

## Tempi

Incontri di due ore, due volta a settimana dal mese di febbraio al mese di aprile 2017 per un totale di 30 ore.

## LA SPERIMENTAZIONE

Gli incontri del laboratorio "L'Isola della pace" hanno suscitato curiosità ed entusiasmo tra i bambini che, lasciati in classe libri e quaderni, muniti di plaid e calzini antiscivolo, in piccoli gruppo, hanno sperimentato un nuovo assetto di lavoro.

In alternativa all'aula scolastica ho preferito utilizzare il palcoscenico, a sipario chiuso, che, diventato lo spazio-contenitore, il setting, ha permesso la definizione di un tempo e

un modo diversi in cui sperimentare le proprie possibilità espressive e dare voce a parti di sé che vengono repressi durante le consuete attività scolastiche. Viene così destrutturato lo spazio-aula e con esso i ruoli nei quali i bambini vengono cristallizzati dai giudizi espressi su di loro. Ogni incontro è strutturato in tre parti: **corpo scrittura diverso?**

1. Una fase iniziale di coinvolgimento che prevede gioco libero e guidato allo scopo di creare le pre-condizioni favorevoli all'ascolto. Già in questa prima fase osservo i bambini e le loro reazioni sia durante il gioco che serve a scaricare le tensioni sia durante gli esercizi di respirazione finalizzati al rilassamento. Osservo che i bambini si sentono più coinvolti se io guido le attività facendo parte del gruppo e non restandone fuori.

2. Una fase centrale, nucleo dell'esperienza proposta, che prevede come attività espressiva l'ascolto di una fiaba, attraverso cui osservare altre o le stesse espressioni e reazioni dei bambini a cui seguono domande-stimolo su alcuni aspetti del racconto e disegno libero per sollecitare la riflessione, la responsabilità personale sull'ascolto e sul contenuto, la concentrazione, la reazione sulle differenze dei personaggi.

3. Una fase di chiusura che prevede un momento di condivisione dell'esperienza in cui sollecitare a trovare soluzioni sulle difficoltà incontrate, sulle risorse trovate di sé e degli altri.

## **I Incontro: 6/2/17**

### **1. Coinvolgimento**

Dopo aver fatto togliere le scarpe invito i bambini ad entrare nello spazio immaginando di arrivare in un paese in festa per l'arrivo di Re Alfabeto con il libro delle storie. Io apro il corteo con il ritornello della canzone AEIOU SCIALALLA LALLA LALLA. Questa è una canzone che i bambini già



conoscevano, ma sin dalle prime battute P. si stacca dal gruppo, si isola in un angolo oppure esce fuori, non canta la canzone ma ripete parolacce e frasi oscene, il suo comportamento suscita l'ilarità dei compagni, soprattutto K. e F. lo seguono, ma per poco. Gli altri bambini del gruppo sono contenti di cantare e chiamare Re Alfabeto, io sono un po' infastidita dal comportamento di P. ma cerco di non dargli troppo peso.

## **2. Ascolto della fiaba: Il viaggio nel Paese degli Gnomi Calmiallegri e attività collegate**

Dopo aver cantato la canzone invito i bambini a trovare un posto nello spazio e distendersi sulla propria copertina per prepararsi all'ascolto della fiaba "Il viaggio nel Paese degli Gnomi Calmiallegri"..Lo gnomo Confusino, è molto impegnato a studiare e ad imparare tutte le abilità importanti per vivere nei boschi, però giorno dopo giorno, comincia a stare male, si sente nervoso, agitato, senza energie. Dopo che il medico del villaggio, il dottor Curetta, gli ha diagnosticato la Pensierite dovuta ad un eccesso di pensieri e di lavoro del cervello comincia il viaggio di Confusino verso il Paese degli Gnomi Calmiallegri situato oltre le montagne su un monte altissimo chiamato "Vetta Spensierata". Giunto in Paese nella Piazza della Gioia, Confusino osserva che gli gnomi di questo villaggio hanno una strana abitudine: lasciano il lavoro per qualche minuto e pronunciano qualche suono o parola accompagnato da un gesto per poi tornare alla propria occupazione. Confusino chiese a uno gnometto di nome Rotolino di spiegargli il significato di quella strana abitudine e Rotolino gli racconta che si tratta di una tradizione antichissima del suo popolo, pronunciare una parola scacciapensieri, associata ad un gesto, per trovare la calma e liberare la mente. Confusino capisce che ha proprio bisogno di trovare la sua parola scacciapensieri per liberare la sua mente dai pensieri in eccesso e portare il pieno di energie nel suo corpo. Durante l'ascolto della fiaba, P. ha continuato ad imitare la voce di adulto attirando l'attenzione dei compagni. A questo punto ho invitato i bambini a mettersi in cerchio ed ho detto loro: "Ora che conosci la storia di questo gnometto mettiti comodo, respira profondamente e prova a trovare la tua "Parola scacciapensieri" può essere anche un suono. Ora associa un gesto". A turno i bambini ripetono parola e gesto, poi li invito a muoversi nello spazio ripetendole ancora... Questa attività piace parecchio ai bambini che quando si

incontrano si salutano al suono di ZIZZICZICZICZIC,  
AAAAAA,POIPOIPOIPOI,ACCAACCAACCA,EEEEEEE,LALAL  
ALALA...

### 3. Conclusion

L'incontro si conclude con un disegno e successiva condivisione di quello che si è scelto di rappresentare graficamente. La maggior parte dei bambini ha scelto di disegnare entrambi i protagonisti del racconto Confusino e Rotolino, altri ne hanno scelto soltanto uno: G. ha disegnato Rotolino come uno gnomo felice che raccoglie mele rosse, "Mi piacciono le mele", M. invece ha disegnato Confusino oppresso dai troppi pensieri, "Ha mal di testa", P. ha disegnato Confusino che pronuncia la parola scacciapensieri e continua a ripetere: "Sono confusooo". Conoscendo i miei alunni, osservo come P. dall'inizio alla fine dell'incontro ha manifestato alcuni comportamenti che ho già osservato in classe, tendenza ad isolarsi, a fare la vittima o il buffone con i compagni. Durante la fase conclusiva P. che si è estraniato dal lavoro collettivo durante le fasi precedenti, si siede volentieri vicino ai compagni e disegna il personaggio di Confusino a cui dà voce. Nonostante in apparenza non avesse seguito il racconto poi disegna con minuzia di particolari. G. che ama molto disegnare è felicissima di poterlo fare distesa per terra e si concentra sul personaggio di Rotolino che arricchisce di particolari secondo la sua fantasia.

FOTO E DISEGNI DEI BAMBINI

## **1 Riscaldamento**

Con il secondo gruppo decido di cambiare l'attività di riscaldamento: prima di entrare nello spazio invito i bambini a immaginare di essere esploratori alla ricerca dell'Isola della Pace. Ognuno può scegliere se arrivarci via mare e nuotare come pesci o via aria e volare come uccelli poi giunti sull'isola può strisciare come un serpente o correre come un cavallo. I bambini accolgono con entusiasmo l'attività proposta e ciascuno sceglie quello che vuole essere. Inizialmente lascio liberi i bambini di sperimentare l'animale scelto poi intervengo avvisandoli che il suono che stanno sentendo: OM OM OM indica che la ricerca è conclusa: sono giunti nella parte più interna dell'Isola.

## **2 Ascolto della fiaba**

Invito i bambini a fermarsi, distendersi sulla copertina per ascoltare la Fiaba. Mancano le condizioni per l'ascolto: è un continuo ridere ed alzarsi per cambiare posto, su sei bambini presenti tre si distendono, ma solo in due chiudono gli occhi, due C. ed E. si muovono in continuazione, M. ride senza sosta. Divento nervosa, sento la mia voce indurirsi... Continuo a raccontare le vicende dello gnomo Confusino e poi invito i bambini a cercare la propria parola/gesto scacciapensieri ...Ognuno ne inventa una e la mostra volentieri agli altri. Quando i bambini sono in piedi e in movimento riescono a seguire la consegna, difficilissimo invece da fermi con gli occhi chiusi. Non sono abituati ad un assetto così diverso da quello consueto e reagiscono ridendo e chiedendo di voler giocare. Osservo che queste loro richieste mi irrigidiscono. La mia voce si inasprisce.

## **3 Conclusione**

Invito i bambini a disegnare il personaggio preferito, ma ritornano le risatine e in aggiunta i commenti sgradevoli sui disegni dei compagni... Faccio fare la condivisione sul personaggio della fiaba che hanno disegnato e mi affretto a concludere mostrando ai bambini il mio disappunto. Ricordo loro che anche nello spazio/tempo del Laboratorio ci sono delle regole, anche se facciamo cose che in classe non sono permesse come strisciare o rotolare per terra vige sempre la regola del non fare male ai compagni né con parole, né con gesti. A questo punto chiedo ad ognuno di dire con una parola come si sente: F. dice "Bene", M. "Ho fatto la scema...", C. "Benissimo", E "Male, ho fatto il monello"

## FOTO E DISEGNI

### III Incontro: 13/02/2017

#### 1 Riscaldamento

Visto il numero degli assenti agli incontri precedenti decido di continuare con la Fiaba sulla calma. Mantengo intatta la struttura della prima fase, il gioco degli esploratori che piace molto come al gruppo dell'incontro precedente, però quando inizia la musica e si sente il mantra OM-AH-HUM invito i bambini a cantarlo insieme a me in piedi accennando un leggero dondolio, tra qualche risatina e l'altra i bambini si lasciano cullare dalla musica.

#### 2 Ascolto della fiaba.

Mi sembra giunto il momento dell'ascolto della fiaba e invito i bambini a distendersi, ma non è affatto facile per alcuni di loro, solo due bambini si distendono volentieri pronti all'ascolto della fiaba. Durante l'ascolto li vedo distratti, complice il fatto che ci siamo dovuti spostare in biblioteca dove ci sono diversi stimoli: libri, poster, oggetti, sedie, che attirano la loro attenzione. L'esercizio della parola scacciapensieri viene fatto da tutti.

#### 3 Conclusione

Rispetto agli incontri precedenti introduco un sottofondo musicale durante il disegno che viene accolto con piacere. Poi però un bambino fa cadere un compagno e questo mi infastidisce... Durante il disegno alcuni si rilassano colorando, altri invece continuano con battute e punzecchiamenti... Infine chiedo ad ogni bambino di raccontare quale personaggio ha voluto rappresentare e poi di dire con una parola come si sente in quel momento. C.

raggiante dice "Benissimo", K. "Male, no bene". M. ride per quello che ha detto K. e lo prende in giro, G. che spesso entra in conflitto con i compagni ribatte: "Veniamo nell'isola della pace per stare in pace". Osservo che G. comincia ad essere consapevole che quando non si litiga con i compagni si sta meglio, più contenti. Anche gli atteggiamenti provocatori nei miei confronti sono diminuiti.

## **FOTO E DISEGNI**

### **IV Incontro: 15/02/2017**

#### **1 Riscaldamento**

Nel progettare l'incontro relativo alla fiaba sulla pesantezza ho riflettuto sulla composizione dei gruppi, ho cercato per quanto possibile di separare alcuni bambini molto litigiosi. Inizio l'incontro dicendo ai bambini che la copertina che hanno in mano è un mezzo magico di spostamento, diventa ACQUA in cui nuotare, ARIA in cui volare, TERRA in cui strisciare secondo quello che suscita la fantasia. Spiego che inizia un viaggio in cui come esploratori devono trovare l'Isola della Pace, aggiungo che quando sentiranno il suono OM-AH-HUM sarà il momento di fermarsi perché hanno già raggiunto la loro isola. Durante la ricerca di musiche rilassanti da utilizzare durante il laboratorio mi sono imbattuta nell'album di Tina Turner "Beyond Children" in cui 30 bambini di religioni differenti cantano mantra della pace appartenenti alle rispettive tradizioni. Il termine sanscrito mantra, formula sacra che viene ripetuta come una sorta di preghiera, è composto da man (mente) e da tri (attraversare) e rappresenta una scialuppa di salvataggio che ci aiuta ad attraversare il mare spesso agitato della mente verso un porto sicuro. Che siano buoni o cattivi i pensieri creano spesso una sorta di ronzio, la "pensierite", un rumore di sottofondo nella nostra mente che ci toglie energia per cui ripetere un mantra

aiuta a ristabilire la calma, la pace, il silenzio. I bambini sono incuriositi e contenti e rispettano la consegna fermandosi quando sentono la musica.

## **2 Ascolto della fiaba: La virtù del panda**

A questo punto li invito a distendersi e portare l'attenzione sulle varie parti del corpo, di volta in volta nominate, ed immaginare di lasciarne l'impronta sulla copertina. Scelgo di raccontare la fiaba sedendomi per terra accanto ai bambini e non restando in piedi come le volte precedenti, percepisco il mio tono di voce pacato, calmo ed amorevole. La fiaba proposta racconta dell'incontro di un piccolo panda, Pandino, che trascorre le sue giornate allegre e spensierate, rotolando sull'erba, con un criceto, Cricetino che invece corre come un forsennato sulla sua ruota senza riuscire a fermarsi perché vittima di un incantesimo. Pandino insegna a Cricetino la sacra virtù della pesantezza dei panda pronunciando le formule magiche per sentirsi pesanti e sereni tutte le volte che si vuole. M. per la prima volta da quando partecipa al laboratorio è stata in silenzio durante l'ascolto della fiaba, ha chiuso gli occhi e si è rilassata. Anche P. ha ascoltato per qualche minuto in silenzio appoggiandosi a me, V. non riesce a stare fermo è in continuo movimento, J. vuole sapere che ore sono e quando avremo disegnato, C. non si rilassa, fa tutto il contrario di quello che gli si chiede, cerca il contatto con E. che sta disturbando la compagna T. dicendole che fa puzza. Quando chiedo a bambini quale personaggio vogliono interpretare P. comincia a fare il buffone, si abbassa i pantaloni ed esce due volte dallo spazio, Io mantengo la calma e invito i bambini a drammatizzare la fiaba, sperimentando prima la corsa di Cricetino e poi il lento rotolarsi di Pandino. Dopo aver interpretato i personaggi della fiaba C. chiede se può fare la spaccata, K invece vuole fare la verticale, anche F. solitamente molto timido esprime il suo desiderio di fare la ruota. Nonostante mi sembrino richieste fuori luogo perché penso non siamo in palestra e non stiamo facendo ginnastica accolgo il loro bisogno di continuare ad esprimersi attraverso il corpo. Tutti si cimentano in salti e capriole anche P. che però non sembra essere contento di quello che riesce a fare.

## **3 Conclusione**

Durante la condivisione P. ripete "sono un cretino", K. che in genere lo prende in giro si avvicina sorridente e mi chiede se possiamo continuare a fare ginnastica, V. invece vuole andarsene, anche C. non è coinvolto, M. è sorridente e rilassata e mi dice "maestra sto bene!", E. legge quello che ha scritto sul foglio del disegno: "è perché siamo troppo monelli". Mi sento

amareggiata perchè assisto alle stesse dinamiche che si presentano in classe, ma non voglio cadere nell'autocommiserazione e quindi nella reazione di rabbia anzi comprendo che E. è dispiaciuto per il suo comportamento e gli dico: "Ti dispiace?", E. sorpreso risponde "Sì maestra, non è giusto dire a T. che fa puzza, perché poi nessuno vuole sedersi vicino a lei e rimane sola.."

## DISEGNI E FOTO

### **V Incontro: 20/02/2017**

#### **1 Riscaldamento**

Riflettendo su gli incontri precedente in particolare sulle tensioni che si sono determinate, e sulla richiesta di attività ginnica riduco il numero dei partecipanti a cinque bambini e presento il gioco iniziale ambientato in un circo dove gli acrobati fanno il loro allenamento quotidiano fatto di salti, capriole, flessioni, ruota verticale... Entusiasmo generale: tutti si sono cimentati nel loro movimento preferito e facevano a gara per farmi vedere quanto erano bravi! Quando ho visto i bambini abbastanza stanchi, al suono di OM, li ho invitati a distendersi sulla loro copertina per respirare... Finalmente li vedo un po' più rilassati: K. è molto felice di eseguire le attività, T. cerca di essere più partecipe anche se ancora non parla con tutti i suoi compagni, C. cerca di mettersi in evidenza, F. è colorito e allegro ...solo G. è nervosa e non vuole fare gli esercizi di respirazione "mi annoio voglio disegnare!"

#### **2 Ascolto della fiaba: Le bolle di sapone**

La fiaba che mi accingo a raccontare dopo essermi seduta per terra, cosa molto gradita dai bambini che vogliono tutti starmi vicino, parla di un usignolo Piumetta che frequenta una scuola di canto, ma quando deve cantare davanti a tutti diventa rosso in viso, il cuore gli batte forte e comincia a tossire e alla fine della lezione ha sempre mal di testa... Il maestro di canto, il professor Beccuccio che oltre ad essere un cantante famoso in tutto il bosco era anche molto sensibile e sapiente aveva capito la difficoltà di Piumetta e un giorno lo chiama in disparte e gli svela il suo segreto “il trucco delle bolle di sapone” un modo per cantare bene quando la paura ti blocca, ti fa agitare e non fa uscire la voce.

Il maestro mostra a Piumetta una bottiglietta di legno misteriosa che aveva scolpito lui stesso con il suo becco quando era giovane, in un periodo in cui si sentiva molto agitato. Sua madre glielo aveva riempito di un liquido che, se soffiato, realizzava bolle di sapone dalle sfumature di tutti i colori... Il maestro Beccuccio racconta a Piumetta che un giorno aveva scoperto che se cantava e soffiava le bolle di sapone lentamente e delicatamente il suo respiro diventava rilassato e il suo gorgheggio una melodia incantevole. Piumetta prova subito a soffiare e intonare una melodia e mentre lo fa sente che soffiando delicatamente e seguendo il ritmo naturale del suo respiro soffia via la paura e resta solo un canto soave!!! Dopo l'ascolto della fiaba invito i bambini a prendere un bel respiro e soffiare visualizzando il colore preferito, questa attività piace molto e viene ripetuta parecchie volte. Tutti chiedono di fare le scenette e provano ad essere prima l'usignolo spaventato poi il maestro saggio...

### **3 Conclusione**

A fine incontro quando chiedo “con una parola come stai?” è un coro di “bene!!!” Anche io sto bene a vederli rilassati e contenti, ho notato che sono stata più in ascolto dei bisogni del gruppo meno in atteggiamento giudicante, cercando di accettare i bambini per quello che sono e sentirmi vicina alle loro emozioni.

DISEGNI E FOTO



## Verifica e Valutazione

La verifica finale è consistita nella realizzazione di un prodotto finale: le sagome a grandezza naturale dei personaggi delle fiabe ascoltate durante il laboratorio realizzate su carta da scenario. Dopo che ogni bambino ha interpretato i diversi personaggi delle fiabe, provando le opposte sensazioni/emozioni a seconda del ruolo impersonato, agitato-calmo/ Confusino-Rotolino, leggero-pesante/Cricetino-Pandino, respiro affannato/respiro profondo/ Piumetta-Beccuccio, ha espresso quale condizione preferiva e sperimentato quale percorso intraprendere per passare da una condizione all'altra, si è passati alla fase della realizzazione delle sagome.

Ho notato in queste settimane nei bambini una voglia crescente di esprimere i propri sentimenti sia tra di loro che nei miei confronti. Mi ha molto stupito quando E. che ha passato il primo quadrimestre a ripetere: “Questa scuola fa schifo” dirmi “Maestra ti voglio bene”, G. invece mi chiede “Ma tu ci vuoi bene anche se ci comportiamo male?”, e rivolgendosi a due sue compagne “Voglio bene alle mie compagne. Se penso che sono le mie sorelle non ci litigo.” Ho accolto questo bisogno proponendo ai bambini di inserire sulla sagoma dei personaggi della fiaba delle frasi per esprimere i propri sentimenti nei loro confronti o sui compagni che la realizzavano. Si formano dei gruppi spontanei all'interno dei quali viene scelto un capogruppo di cui fare la sagoma. P. disegna da solo la sagoma di Confusino a testa in giù che pronuncia “OMMM” come parola scacciapensiero. C. scrive sul disegno “Caro P. sei nostro amico ti vogliamo bene”. Sulla sagoma di Cricetino realizzata dal gruppo di K. si ripetono le frasi “sei forte”, “sei bello”, in quella di Piumetta realizzata dal gruppo di F. i compagni scrivono “Ti vogliamo bene tutti!”

**I bambini hanno sperimentato che si può trasformare l'agitazione in calma e che si sta meglio a stare in pace con i compagni.** Quando chiedo loro di scrivere un pensiero sull'esperienza del laboratorio “l'isola della Pace” molti sono i “mi piace”, “bello” ma anche “Quando vado al laboratorio prendo la libertà, prendo l'aria e corro a velocità massima. Poi immagino le storie che ci racconta la maestra. Penso che dopo un'oretta posso essere rilassato e calmo, prima assomiglio a Confusino poi mi sento Rotolino (P.) “Veniamo al laboratorio per

stare in pace! (G:) “Vorrei che il laboratorio avesse un ‘aria buia dove possiamo rilassarci e fare yoga” (C.). Ritengo che bisogna continuare a lavorare in questa direzione perché queste esperienze, interiorizzate, diventino nuove modalità di relazione, ma altresì è opportuno monitorare costantemente i propri atteggiamenti nei confronti di quei bambini e penso a V. e C. che hanno mostrato atteggiamenti di rifiuto e di estraniamento rispetto alle esperienze proposte.

## CONCLUSIONI

A conclusione di questo percorso di formazione e relativa sperimentazione è emerso in me un bisogno di autenticità, la necessità di colmare lo scarto tra essere e fare, liberarmi dalle illusioni da una parte e dall’autosvalutazione dall’altra, realizzare le mie potenzialità latenti. Considero questa esperienza uno spartiacque, tra un prima e un dopo, non voglio più considerarmi “la maestra più sfortunata della scuola” e commiserarmi ma cominciare a portare me stessa nel lavoro che faccio corpo, mente e soprattutto cuore!

Mi piace riportare un brano tratto dal mio diario che riporta un’esperienza di rilassamento “Nonostante senta i rumori provenire dall’esterno cerco riparo nell’esperienza che sto vivendo, mi concentro sulla respirazione, sul mio corpo, rilasso e contraggo, poi il colore diventa fondamentale, piccoli punti diventano sfere colorate...Nel mandala che ho disegnato ho tradotto in immagine esattamente come mi sono sentita: sono al centro di un fiore blu a sua volta circondato da fiori viola, verde, arancione, rosso... sto fiorendo!”.

## DISEGNI

## BIBLIOGRAFIA

PROGROFF I. curarsi con il diario

EBERLEIN G. le fiabe che rilassano

AA.VV. Star bene insieme a scuola

ALVES R. la scuola che ho sempre sognato

MUCCHIELLI R. Apprendere il counseling

BENEINSEI Sulla culla dell'arcobaleno

HILLMAN J. Il codice dell'anima

PINKOLA ESTES C. Donne che corrono con i lupi

Da continuare...

## APPENDICE

### NORMATIVA E DEONTOLOGIA

Il counseling arriva in Italia negli anni Ottanta e si diffonde alla fine degli anni Novanta, due tappe fondamentali nel processo di riconoscimento ufficiale della professione sono, la prima, del maggio 2000 con l'inserimento del counseling da parte del CNEL (Consiglio Nazionale dell'Economia e del Lavoro) nell'elenco delle professioni non regolamentate, che ha permesso al counseling di acquisire in Italia una sua dignità professionale, la seconda del gennaio 2013 con la pubblicazione della legge 4/2013 "Disposizioni in materia di professioni non organizzate" che ha gettato le basi per un sistema professionale moderno basato non più sul corporativismo delle professioni regolamentate, ma sull'organizzazione in associazioni professionali garanti e responsabili nei confronti dello Stato e del pubblico della preparazione professionale dei suoi iscritti. Con questa legge viene riconosciuta la conoscenza informale che deriva da percorsi alternativi e dall'esperienza sul campo. Nel 2014 le principali associazioni professionali presenti in Italia sono: AssoCounseling, Associazione Italiana Counseling (AICo), Associazione Nazionale dei

Counselor Relazionali (AnCoRe), Società Italiana di Counseling (SICo), Società Italiana Counselor e Operatore Olistico (SICOOL). AssoCounseling, facendo seguito all'invito all'aggregazione piuttosto che alla frammentazione espresso dalla legge 4/2013 si è fatta promotrice della nascita di Federcounseling, la prima federazione nazionale delle associazioni di counseling, nata per promuovere lo sviluppo di standard professionali uniformi a quelle dei paesi membri dell'Unione Europea. Il primo traguardo raggiunto da Federcounseling, il 5 aprile 2014 è stato quello di diventare ente accreditante per l'Italia dell'EAC, European Counseling Association. Sul fronte italiano invece il processo di riconoscimento del counseling come professione deve fare i conti con la strenua opposizione del Consiglio Nazionale dell'Ordine degli Psicologi (CNOP) che nel 2014 ha fatto ricorso al TAR del Lazio contro il Ministero dello Sviluppo Economico, il Ministero della Salute nonché nei confronti di AssoCounseling che ai sensi della legge 4/2013 è stata inserita nell'elenco delle associazioni di categoria tenuto dal MISE. Il CNOP sostiene che il counseling è un'attività riservata per Legge agli iscritti all'Ordine degli psicologi o, in subordine, ai laureati con laurea triennale, iscritti alla sezione B dell'Albo, in contrapposizione con quanto affermato nella Legge 4/2013 dal Ministero dello Sviluppo Economico. Le implicazioni di questa diafrasi legale, che è ancora in atto, coinvolgono tutte le professioni d'aiuto che non rientrano nella categoria professionale degli psicologi. In prima istanza il ricorso dell'Ordine degli psicologi è stato accolto nel febbraio del 2015, avverso questa sentenza di primo grado il Ministero della Salute, quello dello Sviluppo Economico e AssoCounseling hanno presentato ricorso al Consiglio di Stato, la cui pronuncia è attesa non prima del 2018.