

L

**SCHEDA DI PRESENTAZIONE PROGETTO**

**ANNO SCOLASTICO 2023 / 2024**

**TITOLO**

|  |
| --- |
| **LE SCUOLE DELLA FELICITÀ** |

1. **PRESENTAZIONE DEL PROGETTO**

|  |
| --- |
| Nella Costituzione americana si legge che “tutti gli uomini sono stati creati uguali, che essi sono dotati dal loro Creatore di alcuni Diritti inalienabili, che fra questi sono la Vita, la Libertà e la ricerca della Felicità.”A proposito della ricerca della felicità, diritto forse poco valorizzato e per cui ci si spende di meno, crediamo che si debba focalizzare l’attenzione su quel comandamento: “Amerai il prossimo tuo come te stesso” (Mc 12,29-31) che è cuore e fondamento della legge biblica. Cosa c’è in esso di tanto rivoluzionario?L’abbiam sentito recitare migliaia di volte, ma forse, distrattamente, non ci siamo mai soffermati per analizzarlo fino in fondo e porre l’attenzione sulla seconda parte, perché, forse, impegnati nel comprendere il significato di “prossimo”. Invece, a nostro avviso, ciò che è realmente rivoluzionario risiede proprio in questa seconda parte del comandamento: “come te stesso”. Tradotto: ama nella misura in cui ami te stesso. Ma ci siamo mai posti la domanda, forse troppo banale, “io mi amo?”. La risposta sembrerebbe così scontata e quindi non meritevole di alcun quesito o riflessione seria su di essa.Invece, siamo convinti, che la chiave di tutto, dell’intera esistenza, risieda nell’attuazione di questo amore per se stessi. Facile? Affatto. Difficile? Complesso perché, spesso, confondiamo il voler bene a noi stessi con una forma velata di egoismo. Ma così non è. È una deformazione tutta nostra, forse rinveniente da una cultura poco attenta al benessere personale e tutta votata all’apparenza. “Come mi sento?”, “Ho cura di me stesso?”, “Ritaglio uno spazio per parlare al mio io?”, “In che misura mi voglio bene?”, “Sto realmente bene?”. Noi fingiamo di stare bene. Basti pensare ai social più usati come Facebook o Instagram. Uno scorrere continuo di immagini di benessere e di felicità. Ma allora come si spiegano i dati sempre più allarmanti, specie tra gli adolescenti e tra i giovani, circa l’aumento dei disturbi legati alla psiche, all’apprendimento, alla depressione, all’uso di droghe ed alcool, alla sofferenza da bullismo, all’emarginazione?Purtroppo viviamo in una cultura estremamente selettiva dove chi “non vale” viene scartato. La vita sta prendendo le sembianze di un talent: vali (ai fini commerciali)? Vai avanti. Non “vali”? sei fuori! Quindi la “normalità”, la quotidianità è bandita dal palcoscenico della vita. Il modello di scuola occidentale, incentrato sul “creare” alunni e uomini sempre più “efficienti” sta, invece, a causa dell’ansia da prestazione e dello stress che i giovani subiscono in questa continua competizione, generando adolescenti che, sempre più, fanno ricorso ad ansiolitici e psicofarmaci già in tenera età.Inoltre, troppo spesso, come emerge da tanti studi condotti sull’argomento, i genitori contribuirebbero a creare situazioni di stress nei ragazzi con un atteggiamento oltremodo protettivo e competitivo. Essi trasformano il tempo libero in momenti altamente competitivi indirizzando i figli a pratiche sportive o ad attività ludiche che convertono il divertimento in una sfida con altri coetanei.Anche l’approccio con il mondo scolastico dovrebbe essere modificato specie per quanto concerne il linguaggio. Anche se non ce ne rendiamo conto, la parola ha un potere altissimo nel condizionare la nostra personalità. Sarebbe auspicabile, così, non chiedere sempre che voto hanno ottenuto o “come è andata l’interrogazione?”, ma piuttosto come è stata vissuta la giornata a scuola, se ci sono stati problemi con i compagni o, meglio, quali sono state le emozioni provate nella giornata.In controtendenza troviamo una nazione, la Danimarca, che da anni risulta il Paese, o tra i Paesi, più felici al mondo. Perché questo dato? Probabilmente perché hanno incentrato buona parte del loro stile di vita  su quell’ “ama te stesso” nel significato più laico del termine. La cura del sé, del noi, del bello, dell’essenziale sembrano essere gli elementi fondamentali della cultura danese che, ultimamente, è attenzionata da molti studiosi in materia di educazione e di psicologia.Da queste riflessioni, nell’anno scolastico 2019-2020, è scaturita l’idea di creare Le Scuole della felicità, un progetto scritto dal prof. Mariano Laudisi (docente di italiano dell’I.C. Virgilio-Salandra in Troia-Fg), in accordo con la Dirigente prof.ssa Maria Michela Ciampi, che, ad oggi, vede 21 istituzioni scolastiche coinvolte e un centinaio di docenti impegnati (dai micro-nido fino alla secondaria di secondo grado).Il progetto si basa sulle teorie della Psicologia Positiva e della PNL e tiene presenti alcuni capisaldi importanti come:* Non identificare l’alunno con il voto;
* Valorizzarlo per il sol fatto che esiste;
* Non stigmatizzare i suoi errori;
* Dare massimo spazio alle sue emozioni e al suo inconscio;
* Aiutare l’alunno a creare un pensiero positivo per il benessere personale e per un più proficuo apprendimento.
* Cancellare le sue credenze tossiche e creare una nuova mappa mentale, un nuovo modello per leggere la realtà;
* Educare alla vocazione del discente;
* Far venir fuori tutto il suo potenziale inespresso.

Per sostanziarlo, si è istituita l’ORA DELLA FELICITA’, un’ora didattica dedicata al benessere dell’alunno in cui egli impara a conoscere meglio se stesso e le proprie emozioni attraverso alcune attività come:* la meditazione;
* la mindfulness;
* la visione di film a tema con discussione e rielaborazione finale;
* la lettura di brani o di poesie a tema;
* test sulla felicità;
* test sul gradimento dei compagni di classe;
* il diario delle emozioni;
* gli esercizi fisici atti al rilassamento per abbassare l’aggressività;
* la pratica del linguaggio positivo;
* la trasformazione dell’emozione in linguaggio iconico;
* la scatola della felicità;
* video motivazionali;
* esercizi mutuati dalla PNL e dalla Psicologia Positiva
* e, dulcis in fundo, alcune ore di formazione per docenti al Pensiero Positivo e alla gestione delle emozioni.

Ogni docente che aderisce al progetto, alla fine del suo lavoro con la classe, invia il suo elaborato, illustrandone il percorso didattico, declinato in qualsiasi metodo e con la massima libertà espressiva (video, foto, lettera, articolo di giornale, pagina di diario, poesia, ecc…) alla nostra Istituzione scolastica. Questo viene pubblicizzato sulle pagine Facebook e Instagram, create ad hoc per LE SCUOLE DELLA FELICITA’ (Fb: le scuole della felicità; Ig: lescuole\_della\_felicita), dando rilievo e importanza al docente, alla classe e alla scuola di provenienza. Il progetto si avvale, inoltre, della preziosa collaborazione di docenti universitari, professori, psicologi, nutrizionisti, sacerdoti, artisti, educatori, blogger e terzo settore con i quali si intrattengono discussioni live sul canale  YouTube (Le scuole della felicità). |

1. modalita’ di integrazione nel curricolo di classe/istituto

|  |
| --- |
| Il Collegio Docenti dell’Istituto, sulla base della proposta pervenuta a scuola e alla presentazione del percorso, ha inserito le attività nell’ambito delle attività dell’Educazione Civica, riconducibili al nucleo fondante della Sostenibilità. Le attività laboratoriali si svolgeranno durante le ore curricolari. È prevista l’organizzazione e la partecipazione a eventi celebrativi e a giornate dedicate, anche su proposta dell’Amministrazione Comunale e di Associazioni del territorio. Il percorso, inoltre, è utile per potenziare le competenze trasversali degli studenti. La Scuola ha un compito fondamentale a cui assolvere: trasferire le competenze, Soft Skills, per permettergli una vita lavorativa futura soddisfacente, nonché la possibilità di agire una cittadinanza attiva e consapevole. A incentivare l’integrazione di metodi di insegnamento sempre più centrati su tale obiettivo è sempre l’Unione Europea (2018) che ha sottolineato la centralità degli enti formativi di ogni ordine e grado.Possibile programmazione degli eventi - esempio:**PROGETTO SCUOLE DELLA FELICITÀ****Scuola Infanzia**1. Percorso di Yoga2. Festa dei Nonni- IL SORRISO DOLCE DEI NONNI: CHE FELICITÀ 3. Giornata della Felicità-flashmob4.  Giornata della Creatività: Murales della Felicità5. Laboratori di Educazione Socio-Emotiva**Scuola Primaria**1. Percorso di Yoga2. Festa dei Nonni- Attività varie3. Giornata della Felicità-flashmob4.  Giornata della Creatività: Murales della Felicità 6. Attività laboratoriali – moduli esperenziali7. Giornata della filosofia - cos'è la Felicità8. Laboratori di Educazione Socio-Emotiva**EVENTI APERTI AL TERRITORIO**Convegno **Diversamente Felici** **CORSI PROPOSTI**Corso Reti della FelicitàComunicazione EfficaceLaboratori StorytellingMindfulnessCorso per le famiglie “La Vita è gioia”- (inclusione) |

1. modalita’ di attuazione

|  |
| --- |
| ❑ orario curricolare ❑ orario extracurricolare ❑ per classi intere ❑ per gruppi di allievi |

1. Organizzazione moduli esperienziali (esempio)

|  |
| --- |
| 1. “La Gioia della vita” (14 ore)

Stimoliamo tutti gli alunni a parlare di sé, di trovare parole per descrivere le proprie emozioni. Inviteremo poi a sperimentare una sensazione di sicurezza e benessere nello “stare” insieme come gruppo classe. Metteremo al centro il potenziamento d’apprendimento in un ambiente con un’atmosfera piacevole e serena. Ci avvicineremo a questi obiettivi attraverso laboratori teatrali, giochi di ruolo e sessioni intensive di comunicazione e riflessione in gruppo. Gli alunni dovranno creare una versione gerarchica e individuale dei propri valori e ideali e li porteremo a sperimentare in consapevolezza le differenti emozioni positive collegate ai comportamenti descritti.1. “Sogni e Ideali” (12ore)

Gli alunni sperimentano in prima persona che la fatica e lo sforzo creano emozioni positive e stati d’animo gratificanti quando si sente di aver raggiunto il proprio obiettivo. Riusciremo a evidenziare la correlazione tra impegno personale, riconoscimento e soddisfazione. L’intento è di lavorare sulla resilienza positiva per aumentare la tenacia, la pazienza e la concentrazione sul proprio fare.1. “Vita è Movimento” (8 ore)

Gli alunni sperimenteranno in prima persona il benessere del movimento e il piacere di sentire il proprio corpo e la connessione con la mente. L’intento è di sviluppare la fiducia e la gioia in se stessi. Inoltre vogliamo rendere evidente l’importanza di un’alimentazione equilibrata per facilitare l’equilibrio psico-fisico.1. “Potenziali di sviluppo” (12 ore)

Sensibilizzare la visione del “sé” con il concetto delle multiple intelligenze di H.Gardner, per ampliare la consapevolezza delle diverse competenze personali. Aiuteremo a vivere la propria persona come soggetto attivo e presente nella vita e nelle relazioni con altri. Tramite il continuo gioco attraverso il corpo, gli alunni aumenteranno la percezione della propria identità e autostima. Questa visione positiva della propria persona stimola ad aumentare le connessioni relazionali in classe e invita a prendersi la responsabilità verso il gruppo e i suoi obiettivi superiori.1. “Avventure quotidiane” (8 ore)

Gli alunni s’influenzeranno reciprocamente nel risolvere problemi e sfide quotidiane e l’effetto dell’esperienza pratica amplierà le loro competenze. Attraverso l’osservazione, l’espressione e l’ascolto, si potranno raffinare i comportamenti utili al benessere quotidiano a scuola e nella vita personale. Metteremo al centro delle ore il valore degli obiettivi personali e della necessità di avere una progettazione a breve e lungo termine.*La vita è come un’eco: se non ti piace quello che ti torna indietro , forse devi provare a cambiare il messaggio\**”.1. “Benessere mentale ” (16 ore)

Gli alunni sperimenteranno se stessi nella descrizione ed espressione delle proprie percezioni ed esperienze, e avranno modo, attraverso la condivisione, di elaborare in maniera positiva e sicura quello che per loro è necessario e importante. Proveranno l’energia positiva e la forza del sostegno della comunità classe, e proveranno a sviluppare nuove alternative comportamentali per le situazioni di stress, paura e aggressione. Attraverso diversi esercizi sulla concentrazione, gli alunni saranno invitati a vivere la vita da “*svegli e attenti*” ai dettagli, che a loro volta spesso fanno la differenza fondamentale nei processi relazionali.fonte: http://www.tuttaunaltrascuola.it/la-felicita-a-scuola-ci-si-prova/ |

durata e tempi di attuazione

|  |
| --- |
| Inizio attività: Termine attività |

1. **ANALISI DELLA SITUAZIONE DI PARTENZA**

|  |
| --- |
| L’analisi della situazione di partenza (bisogni e risorse) è stata effettuata in sede di❑ Collegio dei docenti❑ Riunioni Consiglio di Istituto❑ Consigli di interclasse❑ Colloqui con le famiglie❑ Altro (specificare)Tramite❑ Questionari dedicati❑ Interviste❑Analisi documenti didattici degli alunni❑ Documentazione predisposta dai docenti delle funzioni strumentali❑ Rilevazioni statistiche❑ Altro (specificare) Es. Somministrazione del Questionario di Norton – Osservazione mediante cheek list (Test MAAS) |

1. **OBIETTIVI PRIORITARI**

|  |
| --- |
| **Obiettivi generale:** * Acquisire un nuovo modo di pensare e di agire, sin dal periodo scolastico, per vivere meglio nella società, per comprendere il multiculturalismo e per rispettarlo.
* Saper comunicare le emozioni in maniera chiara e ordinata ma, soprattutto, rispettare le scelte altrui senza sopraffarle.
* Sviluppare il pensiero critico.
* Gestire i conflitti
* Gestire il cambiamento.
 |

1. **Obiettivi specifici**: **COSTRUZIONE LEADERSHIP PERSONALE**

|  |
| --- |
| * Gestione delle emozioni
* Gestione del tempo e degli obiettivi
* Gestione delle relazioni
* Gestione della comunicazione
* Benessere Psicofisico
 |

1. **DESTINATARI**
2. **CLASSI E ALUNNI**

**Totale classi coinvolte**

**TUTTE**

1. FIGURE PROFESSIONALI

TUTTI I DOCENTI

|  |
| --- |
| Il progetto prevede il coinvolgimento di:❑ altre istituzioni scolastiche ❑ genitori ❑ Istituzioni del territorio❑ Risorse professionali (Associazioni, volontariato, etc.) ❑ altro❑ Eventuali esperti esterni |

1. **DISCIPLINE COINVOLTE**

|  |
| --- |
| Tipologia delle discipline coinvolte:❑ linguistico-espressiva ❑ artistica-musicale ❑ matematico-scientifica ❑ tecnica ❑ motoria ❑ religiosa ❑ altri linguaggi |
| Coerenza del progetto con il curricolo della classe/delle classi e raccordo con le discipline:I contenuti didattici saranno inseriti nelle unità didattiche di educazione civica delle classi. I percorsi progettati e le proposte curricolari si curveranno sulla tematica della Felicità e in particolare prevedranno, nell’implementazione, una particolare attenzione alla creazione di contesti di apprendimento volti al benessere degli alunni.  |

|  |
| --- |
| **AMBITI DI VERIFICA** |
| ❑ **apprendimenti disciplinari** ❑ **motivazione ❑ modalità affettivo-relazionali ❑ altro** |
|  **MODALITÀ DI VALUTAZIONE** |
| ❑ **di processo**  | ❑ **di prodotto** |

1. **STRUTTURE UTILIZZATE**

|  |
| --- |
| ❑ Aule ❑ aule informatica ❑ aule arte ❑ palestre ❑ biblioteche❑ teatro ❑ aule di musica ❑ x altro  |

1. **RISORSE FINANZIARIE**

|  |
| --- |
| ❑ F I S \_\_\_\_\_\_\_\_ ❑ risorse altri Enti € \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ ❑ contributo delle famiglie ❑ Ulteriori risorse : Il corso è inserito nei percorsi curricolari dei docenti e non prevede costi aggiuntivi. |

1. **METODOLOGIE E STRUMENTI**

|  |
| --- |
| ❑ Didattica laboratoriale❑ Didattica individualizzata e personalizzata❑ Attività integrative (interne e d esterne alla scuola)❑ Lavoro di gruppo❑ Cooperative Learning❑ Utilizzo di tecnologie❑ Altre tipologie |

1. **ATTREZZATURE E MATERIALI**

(specificare *se già esistenti, in caso contrario quantificare il budget di spesa richiesto)*

|  |
| --- |
| Materiali forniti dall’organizzatore |

1. **MODALITA’ DI AUTOVALUTAZIONE DEL PROGETTO**

|  |
| --- |
| ❑ Relazioni ❑ Questionari Al termine del percorso verrà somministrata agli alunni una scheda strutturata atta a valutare la ricaduta delle attività svolte e il conseguimento degli obiettivi prefissati. |

1. **SOCIALIZZAZIONE DEGLI ESITI E/O PRODOTTI**

|  |
| --- |
| ⌧ Produzione beni materiali ⌧ Prodotti multimediali ⌧Altro SONO PREVISTI MOMENTI DI RENDICONTAZIONE SOCIALE DELLE ATTIVITÀ IMPLEMENTATE.  |