



## **Percorso webinar - BEN-ESSERE organizzativo: “Ricomincio da ME”**

### **Rete Scuole che Promuovono Salute Milano**

Alla luce del panorama attuale di grande *empasse* dell'umanità e nel contempo di profondo cambiamento nei diversi comparti della vita, stanno emergendo riflessioni che richiedono necessari approfondimenti.

Uno di questi ambiti è, senza dubbio, la scuola e la sua organizzazione che in poche settimane ha dovuto affrontare un profondo cambiamento organizzativo. La didattica a distanza è il primo passaggio verso una probabile grande trasformazione.

Come sarà l'organizzazione della scuola nel futuro non è facile immaginarlo in questo momento ma, in questo “disordine” generalizzato, rimangono dei pilastri dell'essere umano su cui puntare per attivare una nuova visione dell'organizzazione della scuola.

Alla luce di questo, la Rete delle Scuole che Promuovono Salute di Milano e Città Metropolitana, ha inteso strutturare la seguente proposta di riflessione che vuole affrontare una prima serie di temi articolata in moduli webinar.

Gli incontri, che si terranno sulla piattaforma **Hangouts meet**, partiranno dall'analisi di aspetti teorici e applicativi utili per aiutare i partecipanti a divenire più consapevoli di alcune risorse interiori che servono per fronteggiare l'attuale panorama.

Quattro esperti affronteranno i seguenti temi:

#### **Modulo 1. *Ben-Essere: il nuovo Leader nella scuola che cambia.***

*Ci aspettano nuove sfide e conoscere la propria posizione nella realtà quotidiana è fondamentale per affrontare il mare in tempesta e definire le priorità. Dal dirigere al facilitare per creare un gioco di squadra. Durante questo incontro si affronterà l'importanza di un modello di leadership per facilitare il gioco di squadra nella scuola. Alla luce dell'attuale cambiamento affronteremo la dimensione della centratura tra pensiero ed emozione portando l'attenzione a sé. Il percorso prevede:*

*una breve introduzione al concetto di Leadership*

*una parte esperienziale per sperimentare il lavoro di centratura*

*un lavoro individuale di esplorazione.*

*A fine sessione sarà fornito uno strumento di auto osservazione, la Selffulness Agenda.*

Relatrice: dott.ssa Marinella Boscolo. Trainer counselor. Fondatrice dell'associazione Ipso Educazione Somatorelazionale. Responsabile degli interventi Benessere e interventi educativi IIS. Caterina Da Siena. Docente dell'Istituto IPSO (Istituto di Psicologia Somatorelazionale). Insegnante di pratica bioenergetica.



## Modulo 2. **Promozione della salute nella scuola degli anni Venti: su quali competenze dirigenziali orientarsi.**

*Dirigere la scuola nell'emergenza e nell'incertezza ha richiesto nuove competenze.*

*In molti la Dirigenza ha potuto contare su uno staff di docenti e di personale tecnico-amministrativo pronto a riorganizzare le proprie attività per andare incontro alla nuova domanda formativa. In altri, il bilancio non è stato così positivo. La richiesta di flessibilità e di riorganizzazione è stata vissuta da alcuni come fonte di stress, da altri come opportunità di crescita.*

*Il webinar ha lo scopo di proporre ai/alle Dirigenti una formazione breve su:*

- *Come eravamo prima del lockdown: breve introduzione agli studi di settore nazionali e internazionali sullo stato di salute e benessere dei Dirigenti scolastici*
- *Promuovere la salute personale per promuovere quella della propria scuola*
- *Le nuove sfide della dirigenza: il caring delle relazioni*
- *Come dirigere i processi di apprendimento-insegnamento: cosa dobbiamo sapere sui processi di insegnamento/apprendimento per le prossime decisioni.*

Relatrice: dott.ssa Caterina Fiorilli. Professore Ordinario di Psicologia dello Sviluppo e dell'Educazione. In servizio presso l'Università Lumsa. Docente di Psicologia dello sviluppo e dell'educazione e Direttrice dell'Osservatorio Nazionale Salute e Benessere dell'Insegnante (ONSBI, <https://www.lumsa.it/osservatorio-nazionale-salute-benessere-insegnanti>) svolge formazione e ricerca sui seguenti temi: benessere a scuola, stress e regolazione emotiva, metodo di studio, coping e ansia.

## Modulo 3. **La resilienza: dall'individuo all'organizzazione.**

*In questo webinar affronteremo il tema della resilienza da un punto di vista teorico e applicativo con l'intento di esplorare, insieme ai partecipanti, come questo costrutto possa rappresentare un buon riferimento per orientare se stessi e per ottimizzare la gestione e l'organizzazione scolastica. La resilienza può essere definita come la capacità di individui, famiglie, organizzazioni e comunità di fronteggiare e superare le avversità grazie alla mobilitazione di risorse e competenze adeguate.*

*Si tratta di un costrutto complesso e sistemico che coinvolge sia le risorse interne all'individuo sia le risorse esterne: ambientali, familiari, sociali e culturali. I fattori contestuali sono pertanto determinanti nel favorire oppure al contrario ostacolare processi di resilienza. Quindi, è importante che la scuola, in qualità di contesto educativo privilegiato, si interroghi, ora più che mai, su come possa promuovere resilienza all'interno del proprio sistema organizzativo.*

Relatore: dott. Andrea Fianco. Psicologo psicoterapeuta a orientamento gestatico. Socio fondatore della società italiana Psicologia Positiva. Coordinatore di servizi socio-educativi e psicologo scolastico, opera nell'ambito della promozione del benessere giovanile e dell'inclusione scolastica.





## Modulo 4. **Modulare il flusso delle emozioni.**

*L'intento di questo intervento è rendere consapevoli di ciò che accade nel nostro sistema nervoso quando siamo sottoposti a uno stress prolungato o a eventi inaspettati e sopraffacenti.*

*La consapevolezza di alcuni fenomeni neurofisiologici che accadono in un luogo lontano dal nostro controllo e della nostra volontà, può aiutarci a orientarci e ritrovare una bussola psicofisica per tornare nel processo fisiologico innato e naturale chiamato auto regolazione.*

*Somatic Experiencing® è un potente approccio psico-neurofisiologico sviluppato dal dr. Peter Levine. È un approccio prettamente esperienziale non basato sulla catarsi ma sul contenimento: al termine di una breve cornice teorica verranno offerte piccole esperienze di movimento, auto-contatti e brevi visualizzazioni che facilitano la possibilità di tollerare le onde psicofisiche e emozionali tipiche di uno stato di allerta e di avvicinarsi nuovamente a un equilibrio e a una padronanza del nostro agire.*

Relatrice: dott.ssa Marina Negri. Fisioterapista. Insegnante di Feldenkrais. Supervisore certificato di Somatic Experiencing®. Somatic Experiencing® è un metodo di lavoro psico-neurofisiologico, sviluppato dal dr. Peter Levine, per il trattamento e per la gestione dei sintomi da stress traumatico e stress prolungato.

**Durata degli interventi: 2 ore circa**

**Gli incontri saranno interattivi e** strutturati in quattro fasi:

- introduzione teorica del tema che si affronta
- condivisione del gruppo
- esperienza pratica
- feedback / conclusioni

L'obiettivo è offrire momenti di confronto e di approfondimento, fornire strumenti da poter utilizzare per affrontare con maggior serenità il cambiamento.

Dopo la chiusura delle iscrizioni a tutti i partecipanti verrà inviato il codice di partecipazione ai webinar richiesti.

**Dirigenti Scolastici capofila di Rete SPS**

*Laura Corradini*

*Antonella Cutro*

*Laura Landonio*

**Referente UST Milano Rete SPS**

*Laura Stampini*

