



In Ascolto del Futuro

Descrizione del
progetto di sistema di
student coaching per
la scuola secondaria di
II° grado

Liceo Ginnasio Statale
"Dante Alighieri"

INDICE

IL COACHING	2
<u>OBIETTIVI DEL PROGETTO</u>	3
DESTINATARI	3
ORGANIZZAZIONE e TIPOLOGIA DI INTERVENTO.....	4
ORGANIZZAZIONE	6

In Ascolto del Futuro

Progetto "In Ascolto del Futuro" - Gruppo di Lavoro



IL COACHING

Il *coaching* è un approccio diffuso nel mondo occidentale negli ultimi venti anni la cui applicazione ha riguardato diversi settori della vita sociale e dell'attività umana, in particolare nel settore delle organizzazioni produttive, il cui scopo prevalente è l'addestramento dei dirigenti aziendali al fine di pervenire ad un sostanziale miglioramento delle performance e della qualità delle relazioni all'interno dell'azienda.

In ambito scolastico si applica per il miglioramento del livello di apprendimento e delle *performance* degli studenti, per l'acquisizione di consapevolezza delle loro vocazioni e delle loro competenze utili per la scelta del miglior percorso futuro nella scuola superiore, nell'università e professionale.

Trova le proprie origini nell'ambito sportivo, il *coaching*, infatti, nasce negli Stati Uniti, negli anni '80, come tecnica per incrementare le performance sportive. Non a caso il termine *coaching* deriva dalla parola inglese *coach* (allenatore); esso, infatti, può essere considerato un vero e proprio metodo di allenamento, così come un allenatore stimola l'atleta ad esercitare e sviluppare i muscoli, il coach promuove nel proprio *coachee* l'espressione e lo sviluppo del potenziale umano.

"*liberare le potenzialità di una persona perché riesca a portare al massimo il suo rendimento; aiutarla ad apprendere, piuttosto che limitarsi a impartirle insegnamenti*".

In queste parole viene in parte riassunta l'essenza stessa del coaching.

Il *coaching* affonda le proprie radici nella Psicologia e, in particolare, alcuni dei suoi principi cardine traggono ispirazione dai contributi di personaggi di spicco come Carl Gustav Jung e Alfred Adler.

Altri importanti contributi sono rintracciabili nella *Psicosintesi* di Roberto Assagioli, nella *Psicologia dell'Essere* di Abraham H. Maslow, nella *Psicologia Positiva* di Martin Seligman, nella *Self Determination Theory* di Deci e Ryan, nel concetto di *Autoefficacia* elaborato da Albert Bandura e nel concetto di *Goal Setting* proposto da Locke e Latham; altrettanto importanti i contributi di autori sistemico-relazionali, come l'approccio umanistico integrato di Virginia Satir o l'approccio strategico di Milton Erickson.

Con il termine Life Coaching ci si riferisce ad un metodo applicabile in qualsiasi settore che coinvolga lo sviluppo e la crescita personale, professionale e la sfera delle relazioni umane. E' dunque la persona nella sua globalità e in quanto principale artefice del proprio sviluppo ad essere al centro dell'attenzione, nelle sue diverse dimensioni psicologiche (gli aspetti cognitivi, quelli affettivo-emozionali e quelli sociali).

Possiamo definire, quindi, lo **Student Coaching**, una delle aree del *Life Coaching*, come un metodo di sviluppo del potenziale umano, fondato su una relazione creativa, focalizzato sulla scoperta e valorizzazione delle potenzialità personali, il cui scopo è il miglioramento delle performance e il raggiungimento degli obiettivi in questo caso scolastici.

In termini più generali possiamo definirlo come un metodo di sviluppo delle potenzialità personali fondato sul presupposto dell'unicità dell'individuo e finalizzato al cambiamento e all'autorealizzazione individuale, attraverso un processo di continua maturazione e consapevolezza.

L'aiuto che il coach può fornire a studenti si orienta in direzione della crescita e dell'autonomia dell'altro, ed è quindi scevro da manipolazioni, imposizioni, metodi eterodiretti volti ad assoggettare la volontà della persona.

In ragione di quanto finora detto, se consideriamo il *coaching* come **un approccio, le cui tecniche e i cui metodi sono primariamente volti a porre il soggetto nelle condizioni ottimali affinché possa riconoscere e potenziare le**

risorse connaturate alla sua personalità e ad utilizzarle correttamente al fine di sortire esiti positivi in termini di perseguimento degli obiettivi prefissati, allora possiamo affermare che la sostanza stessa dell'approccio sta nel perseguimento dell'indipendenza personale, nel miglioramento della qualità delle relazioni (di qualsiasi natura esse siano), in definitiva, nella promozione della salute psicologica, obiettivi primari di qualsivoglia intervento preventivo.

OBIETTIVI DEL PROGETTO

DESTINATARI

L'intera proposta verte su tre fasi distinte che hanno l'obiettivo di **ampliare la consapevolezza delle proprie competenze, valori, talenti, motivazioni profonde per orientarsi efficacemente nella scelta del percorso universitario** attraverso le tecniche di coaching.

I partecipanti affronteranno il tema del cambiamento della metodologia di studio, dell'integrazione in un ambito sociale formato da altri ragazzi con sfide diverse e che cominciano ad intravedere ambiti professionali e spicchi di futuro in cui proiettarsi, ragazzi che si troveranno di fronte a richieste sempre più significative in termini di applicazione allo studio e di ricchezza dei programmi e conseguentemente di fronte ad una diversa gestione del tempo.

Per scegliere ed affrontare i corsi universitari con più potenzialità di successo e soddisfazione personale e fronteggiare sollecitazioni sociali rispetto alle assunzioni di responsabilità maggiori verso se stessi e verso gli altri.

Si tratterà quindi di individuare con chiarezza gli obiettivi personali e scolastici più appropriati.

Le dimensioni personali

Gli aspetti che emergeranno saranno diversi e possono essere riassunti in:

- Motivazioni
- Interessi
- Attitudini
- Valori
- Ambizioni
- Qualità personali
- Aree di miglioramento
- Stile personale
- Atteggiamento verso l'ambiente di lavoro/scolastico
- Capacità decisionali – Il Decision making in azione
- Capacità progettuali – Definizione del proprio percorso futuro
- Creatività.

Il *Coach*, grazie alle sessioni di gruppo nel quale confrontarsi e utilizzo di strumenti di vario tipo (dai questionari di autovalutazione, all'analisi di esperienze passate, dai test, alle simulazioni - *role-playing* e giochi d'aula), guiderà lo studente ad esplorare le situazioni che sta vivendo, le sue competenze i suoi interessi e orientamenti da nuovi punti di vista **finalizzandoli alle scelte più idonee per il suo futuro**. Il coach fornirà le strutture e il supporto che permettono di scoprire gli aspetti inutilizzati del proprio potenziale.

ORGANIZZAZIONE e TIPOLOGIA DI INTERVENTO

Il Progetto si articola in tre ambiti sintetizzati nelle tabelle seguenti:

Area Competenze:

- DEFINIZIONI CONDIVISE
- LE PROPRIE RICCHEZZE
- IDENTIFICARE L'OBIETTIVO
- PIANO D'AZIONE

Schemi e Territorio

Le Motivazioni

Gli interessi e le attitudini

Valori

Autostima e LOC

Talenti e Competenze

Prendere Decisioni

Piano A – La prima scelta del prossimo percorso univesitario

Mappa del percorso

Piano di Azione

Piano B

Area Comunicazione:

- PREGIUDIZI
- ASCOLTO
- COMUNICAZIONE

La Gestione della Domanda e del Silenzio

Il ruolo dei Preconcetti

L'Arte di Ascoltare, l'osservazione, il cambio di prospettiva, le ragioni dell'altro

Le regole dell'Apprendimento

Quale e quanti tipi di Comunicazione

Comunicazione positiva

Progetto "In Ascolto del Futuro" - Gruppo di Lavoro

Area Gestione del Tempo:

- IL PROPRIO TEMPO
- LE CARATTERISTICHE DEL TEMPO QUOTIDIANO
- SUGGERIMENTI ORGANIZZATIVI

I Ladri del tempo

La Matrice

La pagella del tempo

Lista aperta vs Lista chiusa

La curva dell'Efficienza

L'individuazione e la gestione delle priorità

I 4 livelli di Gestione

Le tecniche (partecipativa, schematizzazione, sintesi, memorizzazione)

In Ascolto al

ORGANIZZAZIONE

Sotto fasi operative : il progetto è articolato attraverso incontri di gruppo con la seguente pianificazione:

Percorso	Data	Orario
COMUNICAZIONE (8 ore)	4° H: 6-nov	9.10-11.10
	3° C: 7-nov	10.10-12.20
	21-nov	14.30-17.30
	5-dic	14.30-17.30
BILANCIO DELLE COMPETENZE (11 ore)	19-dic	14.30-16.30
	9-gen	14.30-17.30
	23-gen	14.30-17.30
	6-feb	14.30-17.30
GESTIONE DEL TEMPO (5 ore)	20-feb	14.30-16.30
	6-mar	14.30-17.30

Dal secondo incontro (21 novembre) le due classi verranno divise in due sottogruppi di max 15 persone.