

Mi regolo

Strategie e percorsi per
l'autoregolazione nella Scuola
Secondaria di Secondo Grado



Corso di Alta Formazione

Facoltà di Psicologia
SPAEE - Servizio di Psicologia
dell'Apprendimento
e dell'Educazione
Formazione Permanente

Aprile 2016

Università Cattolica del Sacro Cuore
Contrada Santa Croce 17 - 25122 Brescia



UNIVERSITÀ
CATTOLICA
del Sacro Cuore

Perché un corso sull'autoregolazione?

La modalità di insegnamento tradizionale ha spesso trasmesso allo studente una visione rigida delle regole, da intendersi come norme da apprendere, principalmente in modo passivo.

A seguito dei cambiamenti della società contemporanea, che offre la possibilità di esprimere più liberamente pensieri e sentimenti e la propria individualità, i ragazzi tendono a rifiutare quest'impostazione e, in alcuni casi, a mettere in atto comportamenti di rifiuto delle regole stesse.

Tali atteggiamenti sono volti anche ad affermare la propria identità di persone che stanno crescendo e ricercando la propria posizione e il proprio punto di vista sul mondo.

Occorre allora considerare le regole da una differente prospettiva, così da permettere agli studenti di trovare forme più mature e partecipate di rispetto e condivisione delle stesse.

Le regole possono divenire strumenti per "autoregolarsi", ovvero per costruire e organizzare il proprio rapporto con il mondo fisico e sociale, tenendo in considerazione le opportunità, le risorse, gli ostacoli e i vincoli che questo presenta.

La regola diventa quindi una sorta di convenzione sociale; di conseguenza essa è modificabile, ma è obbligatorio rispettarla, per agire in modo coordinato e non lesivo degli altri.

Oltre alla famiglia, anche la scuola è un contesto rilevante per confrontarsi con le regole. Gli insegnanti che pongono norme chiare e negoziabili alla base della vita di classe, che disapprovano l'illegalità e che lavorano sulle competenze cognitive e sociali (*Life Skills*) utili per una migliore convivenza (pensiero critico, gestione positiva delle emozioni e dello stress, empatia, comunicazione efficace) rappresentano un saldo punto di riferimento e di confronto per gli adolescenti.

Ci sono poi delle situazioni in cui il rispetto delle regole è reso maggiormente difficoltoso dalla presenza di specifici disturbi di tipo comportamentale, come l'ADHD (Disturbo da Deficit di Attenzione e Iperattività), il Disturbo Oppositivo-Provocatorio e il Disturbo della Condotta. In questi casi la gestione efficace delle strategie di autoregolazione è particolarmente importante e delicata.

Il presente percorso rappresenta un'occasione di approfondimento sulla tematica dell'autoregolazione nella Scuola Secondaria di Secondo Grado; permetterà inoltre di acquisire strategie e di sperimentare strumenti utili per il lavoro in classe.

Obiettivi

Il corso si propone di portare gli insegnanti a:

- acquisire un inquadramento teorico generale in relazione al tema, con un focus specifico sulle situazioni in cui sono presenti disturbi comportamentali
- apprendere strategie e attività utili per promuovere le competenze di autoregolazione nella Scuola Secondaria di Secondo Grado
- saper applicare in aula quanto appreso, adattandolo alle caratteristiche della propria classe.

Destinatari

Il corso è rivolto agli insegnanti di tutte le differenti tipologie di Scuola Secondaria di Secondo Grado.

Organizzazione del corso

Il corso è articolato in:

- due incontri di formazione in presenza della durata di 4 ore ciascuno
- un periodo di supervisione a distanza della durata di un mese
- un *Webinar* conclusivo, ovvero un momento di formazione online in videoconferenza che si può seguire dal proprio pc. La durata del *Webinar* è di circa un'ora. Tutte le informazioni relative alle modalità di accesso verranno illustrate durante il corso.

Si svolgerà attraverso lezioni frontali, esercitazioni e *role playing* volti a fornire strumenti di conoscenza ed operativi in relazione all'autoregolazione.

Il periodo di supervisione a distanza permetterà di assistere i docenti nell'applicazione, all'interno delle proprie classi, delle strategie apprese al corso. Avverrà utilizzando lo strumento mail e/o altra strumentazione tecnologica (es. *blog*, *social-network*), consentendo anche uno scambio fra colleghi, attraverso una mediazione esperta.

I due incontri in presenza si terranno il sabato pomeriggio presso la sede dell'Università Cattolica del Sacro Cuore, via Trieste 17 – Brescia, dalle ore 14.00 alle ore 18.00, nelle seguenti date: **2 e 9 aprile.**

Il *Webinar* si terrà invece il **5 maggio.**

La frequenza, per ottenere l'attestato finale, è obbligatoria per almeno il 75% del monte ore finale.

Il corso prevede un numero massimo di 30 partecipanti e sarà attivato se verrà raggiunto un sufficiente numero di iscrizioni.

Programma

Prima giornata di formazione in presenza

- Che cos'è l'autoregolazione: principali teorie e modelli.
- Autoregolazione, attenzione e funzioni esecutive.
- Autoregolazione e apprendimento: lo studente "autoregolato".
- Quando mancano le strategie efficaci: le ricadute sul piano comportamentale ed emotivo e sugli apprendimenti scolastici.
- Esercitazione pratica (presentazione di uno o più casi e discussione finale).

Seconda giornata di formazione in presenza

- Cosa può fare l'insegnante per potenziare le capacità di autoregolazione dello studente in difficoltà.
- Le *Life Skills*, una "risorsa" per favorire l'autoregolazione: il pensiero critico, la gestione positiva delle emozioni e dello stress, l'empatia e la comunicazione efficace.
- Esercitazione pratica (presentazione di uno o più casi e discussione finale).

Supervisione a distanza

- Valutazione dell'esperienza: punti di forza e criticità.
- Difficoltà riscontrate nel lavoro con le classi e nel gestire le situazioni problematiche.
- Suggerimenti circa come migliorare alcune strategie, dopo i primi esiti ottenuti.
- Condivisione virtuale di esperienze con i colleghi del corso, tramite blog o social network.

Webinar

- Discussione e riflessione critica, conseguente alla sperimentazione delle strategie, sotto la guida esperta delle due psicologhe formatrici.

Direzione scientifica

Prof. Alessandro Antonietti

Ordinario di Psicologia cognitiva applicata presso la Facoltà di Psicologia dell'Università Cattolica del Sacro Cuore. Responsabile dello SPAEE

I docenti

Paola Pizzingrilli

Psicologa, dottore di ricerca e collaboratrice dello SPAEE dell'Università Cattolica di Milano. Svolge attività di valutazione e intervento su bambini e ragazzi con difficoltà relative al metodo di studio e con disturbi specifici di apprendimento. Si è occupata della costruzione di strumenti di valutazione e di training per lo studio e il potenziamento del pensiero creativo a partire dall'età prescolastica. Ha svolto corsi di formazione sul tema delle Life Skills rivolti a studenti, insegnanti ed operatori nel campo sanitario.

Chiara Valenti

Psicologa, ha conseguito il titolo di master in "Disfunzioni cognitive in età evolutiva" (Alta Scuola di Psicologia Agostino Gemelli). Collabora con lo SPAEE dell'Università Cattolica. E' esperta di valutazione e potenziamento di differenti competenze socio-cognitive e di disfunzioni cognitive in età evolutiva, in particolar modo ADHD e Disturbi Specifici dell'Apprendimento.

Modalità di iscrizione

Coloro che desiderano partecipare al corso dovranno presentare, entro il 26/03/2016, l'allegata scheda d'iscrizione al **Servizio Formazione Permanente** dell'Università Cattolica del Sacro Cuore, Contrada Santa Croce n. 17 – 25122 Brescia:

e-mail: form.permanente-bs@unicatt.it fax 030.2406505;

on-line www.bs.unicatt.it.

La quota di partecipazione al corso è di € 145,00 (IVA inclusa).

Il versamento potrà essere effettuato:

- presso l'Ufficio Cassa dell'Università Cattolica, in via Trieste, 17 – Brescia (lunedì, martedì, giovedì dalle 9.30 alle 12.30; mercoledì dalle 14.30 alle 17.00; venerdì dalle 9.30 alle 12.30 e dalle 14.00 alle 15.30);
- tramite bonifico bancario: IBAN IT87H0350011205000000003836 presso il Banco di Brescia ag. 5 intestato a Università Cattolica del Sacro Cuore, indicando titolo del corso e nome del partecipante sulla causale del versamento;
- tramite vaglia postale intestato all'Università Cattolica del Sacro Cuore, via Trieste, 17 – Brescia, indicando come causale il titolo del corso;
- con carta di credito dal sito delle iscrizioni on line al link http://apps.unicatt.it/formazione_permanente/brescia.asp

In tutti i casi sarà emessa la relativa fattura.

Mi regolo

Strategie e percorsi per l'autoregolazione nella Scuola Secondaria di Secondo Grado

Scheda di iscrizione

Da presentare entro il 26 marzo 2016

Cognome _____

Nome _____

Codice fiscale _____

Luogo di nascita _____ (prov. ____)

Data di nascita _____

Indirizzo _____ n. _____

Comune _____ (prov. ____)

CAP _____ Tel. _____

E-mail _____

Occupazione attuale _____

Titolo di studio (se in possesso di laurea specificare corso, livello e Università)

DATI PER EMISSIONE FATTURA

Intestatario della fattura _____

Partita IVA _____

Codice fiscale _____

Via _____ N. _____

Città _____ Prov. _____

CAP _____ Tel. _____

La fattura sarà emessa a pagamento avvenuto

Data _____ Firma _____

Informativa ai sensi del D. Lgs. 196/2003.

L'Università Cattolica del Sacro Cuore, in qualità di titolare del trattamento, garantisce la massima riservatezza dei dati da Lei forniti, in ottemperanza alle disposizioni del D. Lgs. 196/03. Le informazioni raccolte verranno utilizzate ai fini organizzativi del corso. In ogni momento, a norma dell'art. 7 del citato decreto, potrà avere accesso ai Suoi dati e chiederne la modifica o la cancellazione.

Dal 1° novembre 2011 inoltre l'Università Cattolica ha adottato il proprio Codice Etico, elaborato con l'intento di attualizzare e ulteriormente valorizzare il sentimento di appartenenza di ciascuno, oltre che per rafforzare i principi e i valori fondamentali, definendo regole più funzionali per garantire l'efficacia e la trasparenza dell'intero Ateneo. Il Codice etico è consultabile, in copia cartacea, presso le Direzioni di sede dell'Ateneo, oppure in formato elettronico sul sito www.unicattolica.it.

I partecipanti ai corsi dell'Università Cattolica sono cortesemente invitati a prenderne visione.

Note per i docenti

Il corso rientra nelle iniziative di formazione e aggiornamento dei docenti realizzate dalle università e automaticamente riconosciute dall'Amministrazione scolastica, secondo la normativa vigente, e dà luogo - per insegnanti di ogni ordine e grado - agli effetti giuridici ed economici della partecipazione alle iniziative di formazione ed è finanziabile con la "Carta del docente" prevista dalla L. 107/2015 cosiddetta La Buona Scuola.

Informazioni e iscrizioni

Università Cattolica del Sacro Cuore
Servizio Formazione Permanente
Contrada Santa Croce 17 - 25122 Brescia
Tel. 030.2406501-504 - Fax 030.2406505
E-mail: form.permanente-bs@unicatt.it
Sito Internet: www.unicatt.it

Iscrizioni on-line al sito
http://apps.unicatt.it/formazione_permanente/brescia.asp
selezionando il titolo del corso