

L'apprendimento socio emotivo e il programma MINDUP®

MindUP® è un programma educativo promosso dalla "Goldie Hawn Foundation" con lo scopo di sostenere scuole e insegnanti nella creazione di ambienti improntati a **ottimismo**, **coinvolgimento** e **sensibilità empatica**, attraverso l'esercizio di qualità come la **gratitudine**, la **resilienza** e la **connessione sociale**. È un programma *evidence-based* rivolto agli studenti della scuola primaria e secondaria di primo grado. Robuste prove sperimentali in più di 10 anni ne hanno riportato l'impatto positivo sulle performance accademiche, le competenze socio-emotive e le traiettorie di sviluppo degli studenti.

Il programma integra conoscenze e strategie di quattro principali settori:

1. le **Neuroscienze**: gli studenti comprendono come funziona il cervello, i processi alla base dell'apprendimento (la neuroplasticità) e come vengono regolate le emozioni
2. la **Psicologia Positiva**: una branca della Psicologia che studia come riconoscere e sviluppare le qualità personali al fine di aumentare il benessere e l'autorealizzazione
3. la **Mindfulness**, un campo di studio e di intervento clinico che nasce dall'incontro della meditazione buddhista, la Medicina e la Psicologia. Mindfulness è la consapevolezza che emerge dal prestare attenzione in modo intenzionale, non giudicante nel qui e ora. Gli studenti, attraverso la pratica, possono sviluppare questa qualità e così accrescere l'attenzione focalizzata, l'equilibrio emotivo e la capacità di gestire lo stress
4. **L'apprendimento socio-emotivo (SEL)**: mira a sviluppare le competenze personali necessarie per la propria salute emotiva e per adattarsi in modo efficace alle relazioni durante la crescita. Il corso guida gli insegnanti a condurre in classe le attività previste dal programma, nel corso dell'anno e con un approccio integrato alla didattica disciplinare. Più in generale, offre strumenti nuovi per **ripensare lo spazio didattico e le relazioni interpersonali in classe** in modo sensibile ai bisogni evolutivi degli alunni, colti nelle loro specificità cognitive, neurofisiologiche, emotive e come soggetti attivi nell'ambiente sociale.

Non è necessario alcun prerequisito, eccetto la motivazione allo sviluppo delle competenze personali e del benessere dei propri studenti.

TITOLO	ARGOMENTO	DATA	ORARIO
Introduzione all'apprendimento socio emotivo	Basi teoriche ed esperienze dei centri di ricerca internazionali	01/09/2020	DALLE ORE 16,00 ALLE 18,30
Il programma MIND UP	La ricerca della fondazione "Goldie Hawn Foundation"	02/09/2020	DALLE ORE 16,00 ALLE 18,00
La pratica (parte 1)	Spiegazione delle pratiche da svolgere con la classe e progettazione dei percorsi	03/09/2020	DALLE ORE 16,00 ALLE 18,30
La pratica (parte 2)	Spiegazione delle pratiche da svolgere con la classe e progettazione dei percorsi	04/09/2020	DALLE ORE 16,00 ALLE 18,00

Obiettivi

- ⇒ Apprendere conoscenze nelle aree della Mindfulness, delle Neuroscienze, della Psicologia Positiva e dell'educazione SEL rilevanti per l'apprendimento
- ⇒ Acquisire la capacità di condurre lezioni esperienziali orientate allo sviluppo dello studente in queste aree
- ⇒ Saper integrare le attività del programma con le discipline scolastiche
- ⇒ Accrescere gli strumenti per promuovere un clima improntato ai comportamenti prosociali, prevenendo l'emergere di forme di disagio e di comportamenti aggressivi tra studenti.

Destinatari:

- ⇒ Docenti di scuola primaria

Formatori:

- ⇒ Michele Storti

Totale ore 9