

## Chi è FELICE non BULLA, non SBALLA e ... NON MOLLA

### CONTESTO

Il disagio giovanile (secondo alcune stime interesserebbe circa 8 giovani su 10) è una costante in tutte le epoche e generazioni. Infatti, il passaggio dall'infanzia all'età adulta è sempre un momento che coinvolge profondi cambiamenti, nuove responsabilità e importanti sfide: angosce, paure, crisi diventano quotidiane. In un mondo che tende molto all'apparenza e all'idealizzazione, le sfide, soprattutto in periodo adolescenziale, sono ancora più complesse.

L'espressione del disagio giovanile può essere delineata in alcuni comportamenti tipici: il ritiro sociale degli adolescenti, che spesso è accompagnato da abuso di strumenti come i videogiochi; l'abuso di droghe che porta a comportamenti devianti, il bullismo e l'abbandono degli studi.

La pandemia ha reso gli adolescenti ancora più fragili e vulnerabili. Essi hanno risentito notevolmente dell'impatto dell'isolamento, privati dei loro spazi educativi e scolastici, così come di quelli ricreativi e sportivi. Il disorientamento e la fatica che ciò ha prodotto nei ragazzi sono stati ampiamente sottovalutati e non hanno trovato risposte adeguate. L'Osservatorio Nazionale per l'Infanzia e l'Adolescenza, all'interno del suo report di maggio 2021, ha dedicato un'ampia sezione agli effetti della pandemia su bambini e adolescenti:

*“L'impatto globale della pandemia da SARS-CoV-2 sulla salute pubblica è stato devastante: come riportato dall'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS), infatti, la salute mentale e il benessere psicofisico di intere società sono stati gravemente colpiti da questa nuova crisi e rappresentano una delle priorità da affrontare con maggiore urgenza. I bambini e gli adolescenti, in particolar modo i più vulnerabili, sebbene non siano stati coinvolti in maniera importante nella battaglia al virus, continuano a subire più o meno indirettamente gravi ripercussioni a diversi livelli, dal piano emotivo a quello educativo, da quello fisico a quello psicologico”<sup>1</sup>*

Il minore, a seconda della specifica fase evolutiva, è fortemente coinvolto nei processi di apprendimento, di socializzazione, di ricerca di autonomia e di nuove esperienze, di costruzione di relazioni significative al di fuori della propria famiglia, nell'esplorazione di progetti per il futuro e, non da ultimo, nella costruzione della propria identità.

Nel rapporto di *Save the Children*, in merito ad un'indagine condotta a 10 mesi dall'inizio della pandemia, il 28% degli studenti dichiarava infatti che, almeno un loro compagno di classe, dal lockdown del marzo 2020, aveva smesso di frequentare le lezioni.<sup>2</sup>

---

<sup>1</sup> Si veda, ad esempio, P. Engzell, A. Frey, M.D. Verhagen (2021)

<sup>2</sup> L'indagine è stata condotta da IPSOS per Save the Children dal 2 al 13 dicembre ed ha coinvolto 1000 studenti tra i 14 e i 18 anni, Condotta a 10 mesi dall'inizio della pandemia e dalla chiusura delle scuole. Per approfondire le loro riflessioni, è stato anche promosso un focus group qualitativo realizzato tra il 20 e il 22 dicembre con i ragazzi e le ragazze di Sottosopra, Movimento giovani per Save the Children, ragazzi e ragazze tra i 14 e i 22 anni presenti in 15 città italiane. Il documento è disponibile a questo link: [https://s3.savethechildren.it/public/files/uploads/pubblicazioni/riscriviamo-il-futuro-rapporto-6- mesi\\_1.pdf](https://s3.savethechildren.it/public/files/uploads/pubblicazioni/riscriviamo-il-futuro-rapporto-6- mesi_1.pdf)

Secondo un sondaggio realizzato dall'Unicef tra ragazzi e ragazze di età compresa tra i 15 e i 19 anni per ascoltare le loro opinioni a seguito della prima ondata dell'emergenza sanitaria e a conclusione del primo lockdown, 1 adolescente su 3 ha chiesto maggiori reti di ascolto e supporto psicologico (Unicef Italia, 2020).

I numeri cominciano a farsi ancora più preoccupanti se si guarda ai servizi e alle istituzioni che si occupano in prima linea della fascia minorile: i dati che riguardano i primi nove mesi del 2021 riportano un incremento del numero dei ricoveri per disturbi psichiatrici di bambini e adolescenti, che supera il totale del 2019.

I Servizi di Telefono Azzurro hanno registrato un aumento di richieste di aiuto durante la pandemia del 46% rispetto all'anno precedente, in particolare relativamente alle paure e agli spunti depressivi, agli atti autolesivi, all'ideazione suicidaria fino ad arrivare ai tentativi di suicidio.

Per cercare di contenere l'emergenza e con la prospettiva di dare una risposta immediata alle nuove esigenze emerse, in linea con le finalità della [Strategia dell'UE per la gioventù 2019-2027](#)<sup>3</sup> e con gli Obiettivi per la gioventù europea, l'Anno europeo 2022 si prefigge lo scopo di intensificare gli sforzi dell'Unione, degli Stati membri e delle autorità regionali e locali per rimettere al centro dell'interesse pubblico i giovani, sostenerli e coinvolgerli in una prospettiva post-pandemica. In particolare, intende perseguire i seguenti obiettivi specifici:

- rinnovare prospettive positive per i giovani, alla luce degli effetti negativi che la pandemia di COVID-19 ha esercitato su di loro, evidenziando nello stesso tempo le opportunità che le transizioni verde e digitale e le altre politiche dell'Unione offrono ai giovani e alla società in generale;
- sostenere i giovani, e in particolare i giovani con minori opportunità, provenienti da contesti svantaggiati o appartenenti a gruppi vulnerabili ed emarginati, anche attraverso l'animazione socioeducativa affinché acquisiscano conoscenze e competenze utili a divenire cittadini attivi e impegnati, ispirati da un senso di appartenenza all'Europa;
- aiutare i giovani ad acquisire una migliore comprensione delle opportunità a loro disposizione e a promuoverle attivamente, a livello europeo, nazionale, regionale o locale, per sostenere il loro sviluppo personale, sociale, economico e professionale;
- integrare le politiche a favore dei giovani nei settori strategici pertinenti dell'Unione, in accordo con la Strategia dell'UE per la gioventù 2019-2027, al fine di favorire, l'integrazione della prospettiva dei giovani a tutti i livelli del processo decisionale.

L'utilizzo su larga scala, durante il periodo pandemico, di internet e dei social media, da un lato ha permesso di mantenere un senso di comunità e appartenenza, i giovani hanno potuto non solo continuare lo studio, ma anche mantenere i contatti con amici e familiari (Unicef, 2020). Dall'altro lato, però, sono sempre più evidenti i rischi associati ad un uso prolungato dei dispositivi elettronici, quali forme di dipendenza e problematiche neurologiche, ma forse ancor più sono i rischi legati direttamente alle attività svolte su internet e sui social media<sup>4</sup> che possono esporre i

<sup>3</sup> [https://europa.eu/youth/strategy\\_it](https://europa.eu/youth/strategy_it)

<sup>4</sup> cfr. anche l'indagine IRPPS/CNR, con la collaborazione della Fondazione Movimento bambino, svolta nel 2020 su un campione della popolazione italiana sugli effetti psicosociali della pandemia <https://www.cnr.it/it/news/allegato/1925>

ragazzi a diventare facili bersagli di cyberbullismo.

Rendere i giovani informati e dotarli delle competenze per un uso consapevole, sicuro e di internet e dei social media, è un presupposto essenziale per la loro tutela.

Il mondo digitale e la sua pervasività, la struttura della famiglia "non tradizionale", la coesistenza di persone appartenenti a molte culture diverse, sono altrettanti fattori cruciali dei quali tener conto quando ci si pone di fronte al ruolo educativo.

L'ambiente scolastico, con i coetanei e le figure adulte di riferimento quali insegnanti ed educatori, è l'ambiente "naturale" nel quale i giovani individui apprendono schemi di comportamento complessi, ampliano il raggio delle interazioni, accedono a una gestione modulata e graduata delle pulsioni aggressive e sessuali, si confronta in modo sempre più profondo con la realtà rappresentata dall'Altro in tutte le sue implicazioni e sfaccettature. È inoltre in questo periodo delicato che si configurano, si consolidano o si modificano i significativi valori appresi fino a quel momento.

Nella fase di transizione dall'età infantile a quella adulta, la scuola è il terreno dove soprattutto si sperimentano i meccanismi sofisticati della comunicazione e della relazione.

Sono, dunque, indispensabili progetti e iniziative pensate per questa fase del ciclo di vita, atte a stimolare i giovani a uscire dall'isolamento, fisico e psicologico, che offrano uno spazio adeguato all'espressione e la rielaborazione del vissuto emotivo stimolando idee e pensieri positivi.

Sono da incentivare iniziative che aiutino a migliorare l'espressione delle emozioni positive e la gestione delle emozioni negative e che innestino fiducia in sé e nel futuro.

È molto importante non sottovalutare l'impatto emotivo in ambito scolastico in quanto l'apprendimento, se non accompagnato da un'attenzione all'espressione e all'ascolto delle emozioni, risulta essere inefficace.

Si ritiene che sia necessario promuovere un'alfabetizzazione emotiva attraverso contenuti e metodologie specifiche che seguano un approccio interdisciplinare. I sentimenti non sono doti naturali, ma si apprendono culturalmente, nella relazione con l'altro. Siegel (2001) afferma che la mente del bambino/ragazzo è relazionale perché impara ad adattarsi al tipo di comunicazioni emotive che riceve dall'adulto di riferimento, "allineandosi" ad esse ed interiorizzandole.

Le ricerche nel campo delle neuroscienze hanno confermato una stretta connessione neurale nel nostro cervello tra *sistemi emotivi* e *sistemi cognitivi*.

Si può e si deve credere nello sviluppo delle abilità comportamentali come strada per il benessere e la felicità.

L'anno scolastico 2022/2023 può segnare l'anno di svolta post pandemico grazie alla valorizzazione di iniziative e progetti mirati per le giovani generazioni, non a caso il 2022 è stato proclamato Anno Europeo dei Giovani grazie all'adozione della proposta da parte del Parlamento europeo e del Consiglio dell'Unione nello scorso dicembre. I danni provocati dalla pandemia possono essere mitigati mettendo in campo interventi mirati e tempestivi.<sup>5</sup>

<sup>5</sup> <https://www.consilium.europa.eu/it/policies/european-year-youth/>

## **IL CONTESTO PIEMONTESE**

In una regione come il Piemonte, dove le forze lavoro diminuiscono e, al tempo stesso, la percentuale di NEET raggiunge il 20% a fronte di un target europeo del 9%, è necessario dedicare particolare attenzione ai giovani ed ai percorsi formativi che favoriscono l'inserimento lavorativo allontanando possibili situazioni di marginalità sociale. La pandemia e la didattica a distanza non hanno ridotto la partecipazione al sistema di istruzione e formazione piemontese, ma hanno inciso negativamente sui livelli di apprendimento, così come sulle competenze trasversali dei giovani piemontesi, come accertato dalle indagini INVALSI del 2021.

Se il tasso di dispersione scolastica è relativamente contenuto nella nostra regione (12% a fronte dell'obiettivo europeo del 10%), cresce la dispersione implicita, ossia la quota di low performer costituita da studenti che non raggiungono livelli di apprendimento sufficienti per la classe frequentata. A ciò si deve aggiungere che negli ultimi 2 anni si è registrato un calo del benessere mentale degli adolescenti piemontesi che scende dai 73,9 punti del 2020 ai 70,3 punti nel 2021, andamento da porsi in relazione con lo stato di isolamento imposto dalla pandemia.<sup>6</sup>

In questo quadro già complicato non sono rassicuranti per i giovani neanche le prospettive per il futuro: in Piemonte come nelle altre regioni del Nord Italia, la caduta dell'occupazione giovanile (nella nostra regione, il tasso relativo ai soggetti fino a 29 anni si posiziona nel 2020 poco oltre il 35%) si pone come un altro nodo centrale. Ciò anche in relazione alla contemporanea crescita della disoccupazione giovanile (in Piemonte intorno al 18% nel 2020, per la stessa fascia di età citata, un valore più elevato di quello delle altre grandi regioni del Nord) e della quota di giovani NEET (i giovani che non studiano e non lavorano) il cui tasso, dopo una flessione di quasi cinque punti percentuali nel periodo 2014-2019, ritorna a salire nel 2020, sfiorando il 20%.

I dati relativi alla partecipazione giovanile al mercato del lavoro, pur in un quadro meno negativo rispetto all'epoca dell'istituzione della Garanzia per i Giovani, continuano a presentare elementi di marcata criticità, soprattutto dal confronto tra l'Italia e il resto dell'UE: il Piemonte non presenta da questo punto di vista accentuate differenze rispetto ai dati medi italiani, con un tasso di occupazione giovanile (15-29 anni) al 35,4% nel 2020 (in Italia intorno al 30%) a quasi 15 punti percentuali dal dato europeo e, in parallelo, un tasso di disoccupazione vicino al 25%, 5 in meno rispetto all'Italia e 10 in più dell'UE.

Per evitare che l'accelerazione del cambiamento non crei situazioni di esclusione sociale, il progetto che si propone, vuole ricontestualizzare il ruolo della scuola all'interno del territorio, la scuola si spoglia della sua funzione cattedratica per divenire fattivamente lo spazio di apertura alla persona.

Contestualmente tutto il territorio si pone in una posizione di ascolto e sostegno emotivo, praticando la cura della relazione e dello scambio comunicativo, atti pedagogici necessari al benessere dell'individuo che sa stare con sé, con gli altri e nel mondo.

## **OBIETTIVI E FINALITÀ**

<sup>6</sup> Si veda: "Piemonte economico sociale 2022- Affrontare il futuro con responsabilità" - IRES PIEMONTE - sintesi della RELAZIONE ANNUALE 2022 scaricabile sul sito: [www.ires.piemonte.it](http://www.ires.piemonte.it)



[Digitare qui]

[Digitare qui]

Il progetto ha come finalità lo sviluppo del “**diritto alla felicità**”, quale supporto di crescita del ragazzo.

Il target, a cui ci si rivolge, in questa prima fase di lancio dell'iniziativa è quello degli studenti degli **Istituti del secondo ciclo di Istruzione** in quanto protagonisti del passaggio dall'infanzia all'età adulta, momento che coinvolge profondi cambiamenti, nuove responsabilità e importanti sfide: angosce, paure, crisi diventano emozioni quotidiane. In un mondo che tende molto all'apparenza e all'idealizzazione, le sfide sono ancora più complesse.

Il Progetto della Fondazione vuole rappresentare un tassello per **rafforzare i processi di autodeterminazione del proprio essere emotivo, comunicativo e relazionale**.

Nonostante l'educazione socio-emotiva non sia ancora parte integrante dei curricula, nella scuola italiana i progetti finalizzati a essa trovano largo spazio, segno che le istituzioni scolastiche e gli insegnanti ne comprendono l'importanza e ne avvertono la necessità. Comportamenti a rischio che possono sfociare nella violenza e nel bullismo sono il risultato di un'inadeguata socializzazione emotiva e lavorare su quest'aspetto non solo procura benefici ai singoli individui “a rischio”, ma serve a tutti e migliora il clima della classe, della scuola della comunità.

Un laboratorio in movimento, questo è ciò che si vuole realizzare per sviluppare nuovi strumenti di conoscenza a supporto delle attività didattiche, dei suoi membri e per la collettività. Sviluppare il tema della felicità e del benessere, con un approccio interdisciplinare che coinvolge la psicologia, l'informazione, la pedagogia, l'economia e la cooperazione

Il progetto della Fondazione basato sulla **Educazione alla Felicità** vuole, attraverso la creazione di nuovi percorsi motivazionali, promuovere la conoscenza profonda di se stessi e delle proprie aspirazioni per permettere uno sviluppo armonico delle singole personalità, in una fase della vita (preadolescenziiale e adolescenziale) ricca di cambiamenti e sfide quotidiane che travolgono l'individuo dall'infanzia, in cui le scelte e le decisioni vengono prese dalle figure educative di riferimento all'età adulta e all'indipendenza decisionale ed emotiva del soggetto.

La scoperta di sé e delle proprie ambizioni personali permette attraverso scelte meditate e motivate di contrastare in modo strutturale la dispersione e l'abbandono scolastico, ma non solo. Educare alla felicità significa creare percorsi motivazionali che superino altresì i divari territoriali e le disuguaglianze rispetto alla parità di accesso all'istruzione, all'inclusione e al successo formativo.

La Felicità in questo contesto educativo viene declinata non solo quale emozione profonda, ma anche come strumento educativo all'avanguardia che permette di aumentare la capacità di conoscere Se Stessi e gli Altri.

Le prime sperimentazioni svolte in alcuni Istituti scolastici mostrano come gli studenti che hanno partecipato al percorso formativo, non solo abbiano sviluppato una maggior consapevolezza di se stessi, ma abbiano rivalutato la comunità scolastica quale elemento significativo nella propria vita, i ragazzi si sentono membri di una comunità in cui riconoscersi in primis come individui portatori di proprie specificità, ma anche quali componenti attivi di una comunità complessa dove diventa più facile riconoscersi e confrontarsi.

Le esigenze riscontrate tra gli adolescenti evidenziano il desiderio di essere felici, sani, sicuri, non



[Digitare qui]

[Digitare qui]

vittime di bullismo ed essere amati per quello che sono. In generale gli adulti semplicemente suppongono che i ragazzi siano automaticamente felici e in salute e quindi non pongono come priorità dell'insegnamento come essere felici e in salute, che costituisce invece l'obiettivo principale che si vuole sviluppare.

Far raggiungere la "felicità", al più alto numero di ragazzi, diventa quindi scopo ultimo del progetto.

La Felicità che si persegue, con un supporto costante dei docenti e delle figure educative di riferimento, non coincide necessariamente con l'allegria o la contentezza, ma è piuttosto un sentimento dolce, stabile, che dà equilibrio al nostro pensare e al nostro agire, che relativizza le difficoltà e i problemi e valorizza tutti gli slanci verso la costruzione di una società partecipativa, desiderosa di futuro.

Ma a quale "Felicità" vuole tendere il progetto? Oggi sarebbe riduttivo far coincidere la felicità con uno stato d'animo, un'accezione adeguata del termine è quella, più antica e di derivazione classica, (Aristotele e l'Eudaimonia) che **connette la felicità alla realizzazione delle potenzialità e all'espressione dei talenti della persona.**

Facendo propria tale accezione, e premettendo che la specie umana si contraddistingue per l'uso della ragione e della libertà (intesa come la facoltà di scegliere le opzioni più adatte a compiere azioni virtuose per sé e per gli altri) è facile sostenere che non può esistere vera felicità senza l'espressione libera delle proprie potenzialità, della ragione e della libertà in senso lato.

## I VANTAGGI SOCIALI DELLA FELICITÀ

### HARVARD 1938-2022



Lo **sviluppo dell'intelligenza emotiva** porta al successo del singolo e della comunità. Abbiamo due menti: una che pensa, l'altra che sente, due intelligenze separate ma non opposte, abbiamo un lato intellettuale e un altro emozionale che operano insieme, ma in maniera diversa, da questa interazione scaturiscono diverse conseguenze. A influire su ambiti decisivi della nostra vita è molto spesso l'intelligenza emotiva che si può sviluppare, migliorare e quindi utilizzare al meglio per arrivare alla felicità quale capacità fondamentale, che permette di "riconoscere i nostri sentimenti e quelli altrui, di motivare noi stessi e gestire positivamente le nostre emozioni, sia interiormente che nelle relazioni sociali". Mettere la felicità al centro dei nostri scopi come persone è un **cambiamento culturale innovativo** perché implica una transizione da modelli mentali basati sull'io, sulla competizione e la separazione, sul fare e sul materialismo, sullo stress, l'ansia, la paura e l'odio, a visioni del mondo basate sulla cooperazione, il Noi.

La Felicità fa parte dell'intelligenza emotiva, per vivere una vita emotivamente equilibrata sono necessarie alcune caratteristiche di competenza quali:

1. la consapevolezza di sé: autoconsapevolezza sul proprio stato emotivo, ossia conoscere e saper esprimere i propri sentimenti, conoscere i propri punti deboli e punti di forza, capire in che cosa si può migliorare e accettare di buon grado le critiche costruttive;
2. la gestione del sé: 'autocontrollo nel riuscire a dominare le emozioni forti e i turbamenti al fine di incanalarli verso fini costruttivi;
3. l'empatia: capacità di percepire e riconoscere i sentimenti degli altri, di sintonizzarsi emotivamente con loro e adottare la loro prospettiva;
4. la motivazione: capacità di guidare se stessi al raggiungimento dei propri obiettivi, diventando con impegno e positività artefici del proprio cambiamento;

5. le abilità sociali, dunque gestire bene le emozioni.

Il segreto per la felicità è ottenere il massimo da noi stessi proprio attraverso l'intelligenza emotiva. Ma come riuscirci? Attraverso la gestione delle emozioni, imparando a conoscerle, a capire cosa provocano e quindi imparare ad agire di conseguenza. In questo modo si può comprendere dove migliorare, quali sono i punti deboli o quelli di forza. Controllare le emozioni offre un enorme vantaggio: perché se è vero che non si può scegliere quali provare, si può però imparare a gestirle.

### **DESTINATARI attuali fase di lancio**

Studentesse e studenti delle scuole secondarie di secondo grado, CFP

### **ATTIVITA'**

L'iniziativa prevede un evento emozionale di lancio del Progetto presso una location sul territorio che avrà lo scopo di coinvolgere attivamente il contesto scolastico degli Istituti beneficiari e i membri della comunità; seguiranno appuntamenti formativi in webinar e on site. L'evento avrà come obiettivo lo stimolo per lo sviluppo riguardo le diverse forme che la felicità e il benessere possono assumere in diversi ambiti della vita scolastica e sociale.

Si crea in questo modo la possibilità di sviluppare un territorio che ascolta, che supporta con azioni ed eventi educativi volti a prendersi cura della mente, evidenziando gli esiti positivi che porta la consapevolezza e la felicità nell'essere contribuendo ad avere persone emotivamente formate.

#### **Eventi di lancio formativo emozionale:**

gli studenti e i docenti interessati parteciperanno a due eventi emozionali che coinvolgeranno, nelle città di Torino e Novara, almeno 8000 ragazzi di classi superiori di scuole diverse, con l'obiettivo di stimolare gli adolescenti a proiettarsi costruttivamente e con fiducia nel futuro.

Il numero degli Istituti da coinvolgere potrebbe variare dagli 10 ai 15 in base alla disponibilità dei docenti e al numero di classi da coinvolgere.

Il progetto sarà replicato in altre città italiane.

#### **Successivi interventi formativi indirizzati a:**

1. docenti;
2. studentesse e studenti;
3. genitori - famiglie – territorio



## 1. **AZIONI FORMATIVE PER I DOCENTI**

ANNO SCOLASTICO 2022-23 RIPRESA ANNO SCOLASTICO 2023-24

I docenti saranno coinvolti in un percorso formativo su:

- gestione delle emozioni, in particolare per la fascia d'età di interesse
- relazione educativa e aspetti di felicità e benessere
- riconoscere e manifestare un sentimento: la consapevolezza emotiva.

Gli adolescenti devono diventare emotivamente competenti per decodificare le proprie emozioni e quelle degli altri. Imparare a conoscersi, a gestire le loro proprie relazioni interpersonali, ad affrontare i problemi e gli stress quotidiani, a confrontarsi con l'insuccesso e la frustrazione per il proprio benessere personale e sociale per affrontare la vita quotidiana in modo positivo.

La consapevolezza emotiva è la capacità di riconoscere ed etichettare le proprie emozioni e quelle altrui, ma anche la capacità di gestire le emozioni in modo appropriato, di prendere decisioni responsabili, di stabilire rapporti sociali corretti.

### **Strutturare un Laboratorio di educazione socio-emotiva**

Il programma del laboratorio, strutturato in unità didattiche trasversali, potrà essere integrato all'interno dell'attività didattica curricolare delle varie discipline condiviso e condotto dai docenti coinvolti. Avrà carattere esperienziale, con una metodologia attiva e coinvolgente; creare delle esperienze di apprendimento attraverso le quali ciascun alunno possa acquisire consapevolezza di sé e delle proprie emozioni, favorire reazioni emotive equilibrate e adeguate alle diverse situazioni quotidiane, raggiungere il benessere personale e sociale.

Ciascun Docente/gruppo classe deciderà le TEMATICHE delle unità sulla base delle esigenze riscontrate:

I temi saranno riconducibili a quanto sotto elencato:

- la mappa delle emozioni;
- la gestione dell'ansia;
- la gestione della frustrazione;
- il potenziamento dell'autostima;
- la capacità di saper prendere decisioni autonome; resistere alle influenze del gruppo; risolvere conflitti
- la gestione positiva delle relazioni con i coetanei (e quindi anche il bullismo) e con gli adulti;
- l'abuso di sostanze stupefacenti e psicoattive come alcol e droghe.

L'ultima unità sarà dedicata a una valutazione collettiva del lavoro svolto.

Al termine di ciascuna unità il docente guiderà gli alunni a trarre conclusioni su quanto esperito nel gruppo.

## 2. **AZIONI RIVOLTE AGLI STUDENTI.**

- Percorsi nelle scuole:  
gli studenti saranno condotti dai loro docenti in un viaggio esperienziale nella conoscenza di sé, attraverso il bilancio di competenze e l'educazione emotiva ed affettiva.

**L' App di accompagnamento:**

agli studenti e ai docenti sarà fornita una App che avrà la funzione di aiutarli e guidarli in un processo di miglioramento continuo, nella quale riceveranno video dedicati alle tematiche trattate.

3. **AZIONI PER GENITORI - FAMIGLIE - TERRITORIO.**

Le famiglie degli studenti, il territorio, gli stakeholder saranno coinvolti mediante incontri e saranno invitati a partecipare alla giornata di evento immediatamente successiva. [venerdì i ragazzi, sabato i genitori, gli stakeholder e il territorio).

4. **CONTEST ED EVENTO CONCLUSIVO.**

- contest Vincitore scuola più felice d'Italia (sono previste analoghe iniziative in altre 4 città italiane)
- evento finale a conclusione degli eventi nazionali dedicato a docenti e alunni provenienti dalle scuole di ogni parte d'Italia.

## **FORMAZIONE**

I formatori sono Insegnanti, Professionisti, Dirigenti Scolastici e Testimonial con esperienza sull'articolazione del processo insegnamento-apprendimento sul campo

IL COORDINAMENTO DELLA FORMAZIONE è gestito da:

**Walter Rolfo Presidente della Fondazione**

Ingegnere, psicologo, professore universitario a contratto al Politecnico di Torino e UNITO.

Autore, conduttore e produttore televisivo di Rai, Mediaset e Sky e appassionato di illusionismo, è stato relatore al TEDx Roma e speaker al WIRED Next Fest.

È fondatore e Chairman di Masters of Magic, multinazionale worldwide leader per eventi live e tv legati alla magia. È consulente di multinazionali, quali, tra le altre: Coca Cola, Ferrero, Juventus, Lavazza, Philip Morris, FCA, Bayer, CNH Industrial, F.C. Internazionale Milano, Goodyear, Pomellato, HP, Elior, Novartis, Robe di Kappa, Crédit Agricole, Bosch, Boehringer, Generali Italia, Wind, Electrolux.

Con il **coinvolgimento** del Comitato Scientifico composto da:

**ANNA MARIA POGGI**

Professore ordinario di Diritto costituzionale presso l'Università degli Studi di Torino, dove si è laureata in Giurisprudenza, e membro del Comitato di gestione della Compagnia di San Paolo.

Preside della facoltà di Scienze della Formazione e poi Vicerettore dell'Università degli Studi di Torino.

Componente del Consiglio direttivo dell'Associazione Italiana dei costituzionalisti e membro della Commissione ministeriale per la redazione del Codice dei beni culturali, fa parte del Comitato di consulenza tecnica scientifica sulla Riforma dell'istruzione in Italia dal 2003.

## LEONARDO BECCHETTI

Professore ordinario di Economia politica presso l'Università di Roma Tor Vergata è laureato in Scienze Politiche presso l'Università di Roma La Sapienza.

Consigliere economico del Ministro dell'Ambiente e della Tutela del Territorio e del Mare e Direttore del Master in Development Economics and International Cooperation dell'Università di Roma Tor Vergata.

Presidente del Comitato Promotori di EyeOnBuy Community Impresa Sociale S.r.l., il portale spinoff di NeXt Nuova Economia per Tutti e Presidente del comitato Etico di Etica Sgr.

È membro del comitato promotore delle Settimane Sociali dei cattolici italiani.

Dal dicembre 2010 è autore del blog su Repubblica.it "La felicità sostenibile", dove affronta i temi dell'economia civile, della macroeconomia e della finanza etica.

## MATTEO RAMPIN

Laureato in Medicina e Chirurgia, specializzazione in Psichiatria, presso l'Università di Padova, è stato Ufficiale medico dell'Esercito, consulente e collaboratore di enti e reparti delle Forze Armate, tra le quali il Nucleo Speciale Investigativo della Guardia Costiera, Istituto di Studi Militari Marittimi, 28° Rgt "Pavia", Centro Interforze di Formazione Intelligence e Guerra Elettronica, Istituto Superiore di Tecniche Investigative dell'Arma dei Carabinieri.

Esercita la libera professione medica e si occupa di comunicazione persuasiva, scienze dell'inganno, logiche non convenzionali applicate al Problem solving, all'innovazione e al miglioramento personale ed organizzativo.

## ROSSELLA GOBBO

Presidente di Assoedu - Associazione Nazionale Tecnologie e Digital Media per l'Educazione - specializzata in corsi di formazione su tecnologie digitali per la didattica e finanziamenti ministeriali ed europei.

Consigliera del Club Dirigenti Informatici (CDI) dell'Unione Industriale di Torino, Education Publica Relations Specialist presso C&C Consulting S.p.A. collabora per lo sviluppo di eventi informativi e formativi con Istituti scolastici pubblici e privati per lo sviluppo delle competenze digitali.

ed il **supporto** di:

ALESSANDRA PATTI - Laureata in Pedagogia e Psicologia del Lavoro, specializzata in GRU e neuropsicologia cognitiva. Dirigente scolastica dal 2007.

In precedenza, ha lavorato da libero professionista per aziende, cooperative e servizi sociali.

Lavora come formatrice per Enti pubblici e privati, ha insegnato presso l'Università di Cagliari, è autrice di articoli e pubblicazioni sui temi dell'educazione e dell'innovazione in ambito scolastico.

LAURA BIANCATO dirigente scolastico dal 1996. È stata distaccata al Ministero dell'Istruzione, presso la Direzione Generale per l'Edilizia Scolastica, Fondi strutturali ed Innovazione digitale. Ha collaborato alla stesura del Piano Nazionale Scuola Digitale. È formatrice sui temi dell'innovazione e autrice di testi ed articoli sulla scuola digitale. Autrice di numerosi articoli e pubblicazioni su ambienti di apprendimento flessibili, didattica per competenze e metodologie per l'apprendimento



[Digitare qui]

[Digitare qui]

attivo. È tra i fondatori del Movimento Avanguardie Educative di INDIRE e progettista di corsi di formazione e formatrice.

PATRIZIA DONATONE – Laureata in Lingue e Letterature Straniere Moderne, è dirigente scolastico presso la S.I.E.S. A. Spinelli, considerato uno degli Istituti più innovativi della Città di Torino. Insegnante di Lingua e cultura straniera francese è stata membro di commissioni di concorso e componente docente del Comitato di vigilanza per il concorso docenti oltre che Commissario abilitazione PAS A246. Dal 1986 al 1992 ha lavorato alla Promark S.p.A. Gestione Villa Gualino S.r.l. come Capo ricevimento del Centro Congressi di villa Gualino.

## **MEZZI IMPIEGATI**

Per la formazione verranno impegnati sistemi di meeting basati sulla Didattica a distanza nella prima fase, la seconda presupporrà incontri in presenza.

I corsi saranno impostati su una piattaforma di E-learning compresi la disponibilità dei contenuti, materiale didattico

Sarà disponibile una App per la gestione delle attività, il recupero delle informazioni e l'analisi dei risultati.

Tutti i dati e il risultato delle analisi nel rispetto della legge sulla privacy saranno disponibili presso i singoli Istituti e la Fondazione.

## **VERIFICA DEI RISULTATI E VALUTAZIONE**

Monitoraggio delle attività:

per la valutazione e il monitoraggio formativo sarà richiesto un elaborato che individui il percorso compiuto e gli eventuali cambiamenti percepiti, tali dati saranno integrati con le informazioni pervenute tramite App. Si richiederanno video che possano testimoniare il dono di “un giorno di felicità” da parte delle ragazze e dei ragazzi ad altre persone.

I risultati saranno tradotti in indicatori e descrittori che permetteranno alla fine di verificare il grado di raggiungimento degli stessi.

## **FASI E TEMPI DI REALIZZAZIONE**

Durata complessiva del progetto prevista dal 1/09/2022 al 31/12/2023

Fase 1: preparazione ed organizzazione del progetto

Fase 2: attività di contatto con scuole ed istituzioni

Fase 3: realizzazione eventi di lancio ed attività didattica

Fase 4: verifica feedback ed evento finale

## **TRASFERIBILITA' DEL PROGETTO**

Il Progetto della Fondazione visto nel suo contesto di innovazione si riferisce ad un ampio set di attività (individuali, organizzative e inter-organizzative) indirizzate al soddisfacimento di bisogni di carattere sociale i cui benefici sono condivisi anche fuori dai confini dell'ambito di realizzazione che hanno comunque in comune la tendenza a enfatizzare aspetti quali la risposta a un bisogno

sociale, la preminenza di obiettivi sociali rispetto a quelli di profitto. Il focus sul valore individuale che si ripercuote positivamente su quello collettivo, la realizzazione di un “cambiamento” attraverso lo sviluppo della consapevolezza ed essere Felici, la creazione di relazioni, risulta replicabile e funzionale su altri ambiti, quale target di Istituti differenti e comunità nel suo insieme.



I componenti del progetto sono attuabili solo attraverso un processo che necessita la co-partecipazione di diversi soggetti; sull'importanza delle relazioni tra i diversi ambiti di una comunità e sull'apertura dei confini organizzativi basata sull'impegno nella condivisione di informazioni e conoscenze in modo da attivare meccanismi di ibridazione che possano portare alla generazione di nuove idee.

## **DESIGN FOR ALL**

L'individuo standard non esiste, ma è invece un sistema complesso di abilità diversificate, a volte disabilità, e soprattutto desideri, aspirazioni, necessità di appartenere ed essere considerati in un sistema che garantisca le pari opportunità.

Le attività proposte saranno realizzate in ambienti e con metodologie didattiche atte a garantire la piena partecipazione fisica-emotiva-relazionale tenendo conto delle specificità degli studenti, al fine di sviluppare così il loro potenziale di apprendimento rispetto ai diversi bisogni educativi e fragilità.

In linea con le finalità anche di alcune iniziative Europee Il Progetto della Fondazione della Felicità può contribuire e considerare questo nuovo anno quello di un nuovo inizio.

Viste le Strategia dell'UE per la gioventù 2019-2027<sup>7</sup> con gli Obiettivi per la gioventù, l'Anno europeo 2022 si prefigge lo scopo di intensificare gli sforzi dell'Unione, degli Stati membri e delle autorità regionali e locali per celebrare i giovani, sostenerli e coinvolgerli in una prospettiva post-pandemica. In particolare, perseguendo obiettivi specifici:

- sostenere i giovani, anche attraverso l'animazione socio-educativa, e in particolare i giovani con minori opportunità, provenienti da contesti svantaggiati o appartenenti a gruppi vulnerabili ed emarginati, affinché acquisiscano conoscenze e competenze utili a divenire cittadini attivi e impegnati, ispirati da un senso di appartenenza;
- aiutare i giovani ad acquisire una migliore comprensione delle opportunità a loro disposizione e a promuoverle attivamente,





## PERCHÉ L'AGENDA 2030 È LEGATA ALLA FELICITÀ?

GLI ASPETTI DISTINTIVI DELL'AGENDA 2030, UNIVERSALI, INDIVISIBILI, RIVOLUZIONARI SONO UNA GUIDA ALLA FELICITÀ



**«Porre fine a ogni forma di povertà nel mondo»**

Perché la povertà estrema e la vulnerabilità alle crisi economiche e politiche, agli ecosistemi, alle catastrofi naturali e alla violenza è un ostacolo a un futuro felice che deve essere universalmente accessibile



**«Raggiungere l'uguaglianza di genere ed emancipare tutte le donne e le ragazze»**

Perché essere liberi di esprimere se stessi è un diritto dell'essere umano che concorre anche al progresso socio-economico. Non si è felicità se si è discriminati



**«Porre fine alla fame, raggiungere la sicurezza alimentare, migliorare la nutrizione e promuovere un'agricoltura sostenibile»**

Perché l'accesso al cibo è un diritto di ogni individuo; rappresenta la vita per l'essere umano e solo tramite una adeguata nutrizione è possibile condurre una vita felice e generare un percorso al cambiamento



**«Ridurre l'ineguaglianza all'interno di e fra le nazioni»**

Perché eliminare le disuguaglianze a livello globale permette di partecipare alla vita sociale, culturale, politica ed economica condividendola con gli altri



**«Assicurare la salute e il benessere per tutti e per tutte le età»**

Perché poter contare su un'assistenza sanitaria volta a condurre una vita sana e serena permette di vivere in uno stato di benessere e quindi di felicità. Perché è stato dimostrato scientificamente che essere felici potenzia il sistema immunitario e ci si ammalava meno



**«Pace giustizia e istituzioni solide»**

Promuovere società pacifiche e più inclusive per uno sviluppo sostenibile; offrire l'accesso alla giustizia per tutti e creare organismi efficienti, responsabili e inclusivi a tutti i livelli Giustizia sociale, ambientale e intergenerazionale sono alla base di una società sana e felice.



**«Fornire un'educazione di qualità, equa e inclusiva e opportunità di apprendimento per tutti»**

Perché avere un'istruzione adeguata e di buona qualità consente di affrontare in modo idoneo la vita favorendo le condizioni a uno sviluppo sociale.



**«Rafforzare i mezzi di attuazione e rinnovare il partenariato mondiale per lo sviluppo sostenibile»**

Non si è felici da soli ma si concretizza in rapporto con gli altri. La felicità è tale quando condivisa

### EMPOWERMENT DEI GIOVANI

L'obiettivo fondamentale della pedagogia è quello di permettere la completa realizzazione della persona e il pieno sviluppo delle sue potenzialità, il Progetto della Felicità quindi lo sviluppo delle competenze emotive è orientato ad attivare il senso di empowerment di ogni singolo allievo al fine di renderlo parte attiva all'interno di una comunità.

La felicità è una competenza che si può allenare, sviluppa un potere che cresce dentro la persona e porta all'emancipazione e all'autonomia, alla conquista della consapevolezza di sé e del controllo sulle proprie scelte, decisioni e azioni, sia nell'ambito delle relazioni personali sia in quello della vita scolastica e sociale

In questo senso il Progetto offre ai soggetti la possibilità di conoscersi favorendo lo sviluppo di potenzialità quali il controllo, la consapevolezza critica, la partecipazione.

### PARITA' DI GENERE e STEAM (Science Technology Engineering Art Mathematics)

Il progetto garantirà nei contenuti sviluppati una particolare attenzione alle tematiche di genere e all'educazione STEAM, in quanto filosofia dell'educazione che abbraccia abilità e materie di insegnamento in un modo che assomiglia alla vita reale, in linea con il modo in cui si lavora e si risolvono problemi nella quotidianità. Gli studenti saranno incoraggiati ad assumere un atteggiamento sistematico e sperimentale, ricorrere all'immaginazione e a fare nuovi collegamenti tra le idee. L'errore non è visto come fallimento, ma come parte del processo di apprendimento in cui l'importante è sperimentare: si può provare e riprovare, sbagliare e correggere, cambiare strada a metà del processo. Con il Progetto di educazione emotiva si svilupperanno le capacità di gestione delle sfide, imparando a sbagliare e ricominciare con il giusto approccio.

## **COERENZA CON LE POLITICHE NAZIONALI**

Anche il PIANO NAZIONALE DI RIPRESA E RESILIENZA - PNRR - MISSIONE 4: ISTRUZIONE E RICERCA, in risposta alle raccomandazioni specifiche della Commissione Europea sull'Italia, intende, favorendo la collaborazione con le associazioni e con le risorse del territorio, sviluppare iniziative atte a contrastare la dispersione scolastica e promuovere il successo formativo teso a motivare ciascuno rafforzando le inclinazioni e i talenti, lavorando tra scuola e fuori scuola. Il Programma promuove l'inclusione sociale, la cura di socializzazione e motivazione e lo sviluppo dell'educazione emotiva.

In conclusione, crediamo nel potere dell'**educazione emotiva** come arma contro l'ostilità, la discriminazione, l'esclusione, il miglioramento dell'accessibilità e come strada per la felicità.

Studi relativi alla cosiddetta neuroscienza della felicità condotti da neuroscienziati e psicologi dimostrano che le emozioni positive migliorano la salute fisica, alimentano la fiducia e la compassione e compensano e/o attenuano i sintomi depressivi e che nel processo di apprendimento giocano un ruolo fondamentale.

Le persone sono più felici, quando sono con altre persone, quando sono attive, impegnate e mentre apprendono, amano o partecipano ad attività che li fanno sentire "parte del mondo" e realizzati. In tutte le persone in ugual modo, c'è un forte e innato bisogno di appartenenza, di vivere momenti felici ed è quello il bisogno primario che noi vogliamo soddisfare. Siamo tutti diversamente abili, diversamente normali, la felicità è la somma di tante piccole cose, è contagiosa, non vede la diversità come un limite o un ostacolo, ma anzi come occasione di arricchimento e crescita. Abbiamo allora il dovere di costruire pezzi di felicità, sia abbattendo le barriere, sia condividendo esperienze e momenti di incontro.