

Progetti educativi nature- based extrascolastici di prevenzione del rischio psicosociale negli adolescenti

Giannino Melotti (P.A. di Psicologia Sociale)

Alessandra Gigli (P. A. di Pedagogia Generale e Sociale)

Dipartimento di Scienze dell'Educazione

Centro di Ricerca su Educazione e Formazione Esperienziale e
Outdoor (CEFEO)

Università di Bologna

<https://centri.unibo.it/cefeo/it>





ALMA MATER STUDIORUM
UNIVERSITÀ DI BOLOGNA

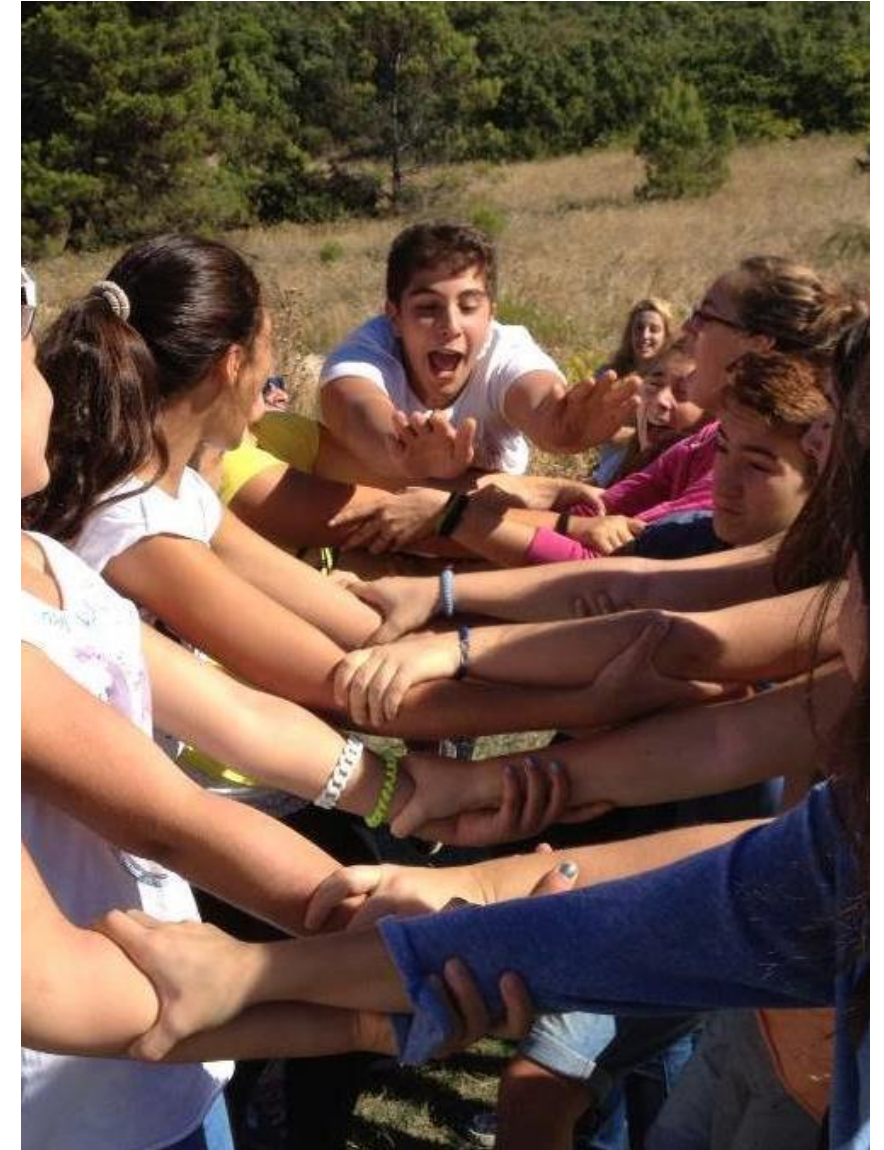
CEFEO - CENTRO DI RICERCA SULL'EDUCAZIONE E LA FORMAZIONE ESPERIENZIALE E OUTDOOR



CEFEO: centro interdisciplinare che realizza
ricerca, sperimentazione, divulgazione scientifica,
documentazione, formazione
negli ambiti
socio-educativo (extra-scolastico), formativo e
terapeutico e ricreativo-sportivo nature-based.

Composto da ricercatori universitari e
practitioners

Ha l'obiettivo di mettere a punto metodologie e
strumenti idonei per la ricerca e la valutazione
degli interventi che utilizzano la metodologia
esperienziale nature-based.



L'UTILIZZO DEL POTENZIALE EDUCATIVO DELLE ESPERIENZE IN NATURA HA SOLIDE RADICI PEDAGOGICHE E PSICOLOGICHE

PSICOLOGIA DEI GRUPPI

(Lewin, 1936; 1951; 1952; Speltini e Palmonari, 2007)

PSICOLOGIA SOCIALE E DEL LAVORO

Rotondi, 2004; Melotti e Cani, 2018; Malaguti, 2018

PSICOLOGIA DINAMICA

Agostini e Minelli, 2018



PEDAGOGIE ATTIVE E APPROCCIO ESPERIENZIALE

(Bertolini, 1957, 1993; Dewey, 1925; Freire, 1971; Frobel, 1826; Gardner, 1999; Kolb, 1984; Locke, 1693; Massa, 1989; Montessori, 1909; Morin, 2001, 2015; Rousseau, 1762).

PEDAGOGIA DEL CORPO

(Nicolodi, 1992; Balduzzi, 2002; Mortari, 2003; Zannini 2004; Contini, Fabbri, Manuzzi, 2009; Gamelli, 2011)

PEDAGOGIA «OUTDOOR»

(Bortolotti, 2019; Ceciliani, 2014; Christolini, 2016; Farné e Agostini, 2014; Farné, Bortolotti e Terrusi 2018; Gigli, 2018; Guerra, 2015; Schenetti, Salvaterra e Rossini, 2015)

Benefici del contatto con la natura riconosciuti da evidenze in molti ambiti disciplinari



Salute fisica



**Benessere
psichico**



**Competenze
sociali e
relazionali**



**Autostima e
autoefficacia**



**Sensibilità
ecologica**





Alcune evidenze scientifiche a sostegno delle pratiche nature-based

- I progetti *nature-based* in generale si basano sull'attivazione esperienziale e corporea per **incrementare la salute e il benessere** (Grahn, Tenngart, Stigsdotter, & Bengtsson, 2010).
- L'immersione in ambienti naturali e l'interazione con essi **riducono significativamente il livello di stress** (Van Den Berg, 2011), incidono positivamente **sulla tranquillità e rilassatezza** (Moore, 1989) e **abbassano i livelli di cortisolo** (Lee et al. 2012). Teoria della Riduzione dello Stress (S.R.T., Ulrich, 1983)
- L'interazione con gli ambienti naturali sembra, inoltre, avere un effetto positivo anche **sull'attenzione rinnovando l'attenzione diretta**. (Kaplan, 1995; Berman, Jonides, & Kaplan, 2008).
- *I setting* di apprendimento all'aperto producono reazioni valutative immediate agli stimoli e che sono una **componente vitale nell'apprendimento e nel consolidamento della conoscenza** (Le Doux, 1998; Damasio, 2000).
- Il coinvolgimento corporeo incoraggiato dalla fruizione dell'ambiente esterno è parte integrante degli **effetti positivi in campo cognitivo, senso motorio** (Schilhab & Gerlach, 2008; Corazon Schilab, Stigsdotter, 2011).



Outdoor o «*nature-based*»?

Mancanza accordo su categorizzazioni e terminologie sia a livello nazionale che internazionale

- Il **termine outdoor** (fuori) può avere molti possibili significati (anche non legati alla natura)
- Il termine Outdoor Education, in Italia, indica soprattutto esperienze con finalità didattiche realizzate in ambito scolastico e pre-scolastico (scuole all'aperto, progetti di didattica all'aperto, ecc.)

Nature-based

perché pone l'accento sulle esperienze in natura

Criteri di classificazione dei progetti nature-based:

- **Finalità principali** definite anche dal mandato e dal contesto in cui si attuano (es.: terapeutica o educativa)
- **Organizzazione dei Setting** (tempi-metodologie-strumenti)
- **Grado di formalizzazione progettuale** (indicatori di progetto/valutazione)
- **Soggetti** a cui si rivolgono (target)
- **Tipi/stili di relazione** con i partecipanti e personale impiegato



Categorizzazione dei progetti nature-based

(Gigli, Melotti, Borelli, 2019)



EDUCAZIONE AVVENTURA N-B

FORMAZIONE ESPERIENZIALE N-B

ATTIVITÀ SPORTIVE E RICREATIVE N-B

TERAPIE/RIABILITAZIONI N-B

**OUTDOOR EDUCATION – SCUOLA/PRE-SCUOLA
ALL'APERTO**

Esempi di categorizzazione attività nature-based

EDUCAZIONE AVVENTURA

- Progetti per la prevenzione del disagio sociale e delle dipendenze
- Progetti per riduzione del danno
- Progetti di riduzione della marginalità sociale, progetti per l'inclusione e la socializzazione
- Progetti per la prevenzione del dropout

TERAPIE/RIABILITAZIONI N/B

- Montagnaterapia
- Progetti terapeutici in barca a vela
- Progetti di green empowerment (es.: orto ospedaliero)

FORMAZIONE N-B

- Action learning in outdoor
- Team building, leadership efficace, sviluppo competenze comunicative, intelligenza emotiva, empowerment
- Coaching individuale

Rivolti a giovani e adulti nei vari ambiti del lavoro socio-educativo:

giustizia riparativa, comunità socio educative, gruppi educativi, educativa individuale, centri di aggregazione giovanile, servizi per la disabilità, centri per le famiglie e sostegno alla genitorialità, prevenzione dropout, educativa di strada

Rivolti a soggetti affetti da patologie o disagi conclamati, soggetti con deficit, pazienti psichiatrici, malati cronici... in vari ambiti socio-sanitari:

ASL, Centri di Igiene Mentale, SerT, Comunità terapeutiche, Aziende ospedaliere, Servizi Socio sanitari, Centri diurni

Rivolti a singoli o gruppi in:

formazione aziendale, formazione o aggiornamento individuali o di gruppo, formazione universitaria...

ESCURSIONISMO, GRUPPI RESIDENZIALI, MOUNTAIN BIKE, ARRAMPICATA, ALPINISMO, PARCHI AVVENTURA, SAILING, TORRENTISMO, CANOA/KAYAK/RAFTING, SURVIVAL, ESCURSIONI SPELEOLOGICHE, ORTICULTURA, GARDENING, CONTATTO CON ANIMALI, AULE VERDI, CEA, ECC.

Quali progetti ?

Rivolti a chi?

Quali attività?



L'EDUCAZIONE E' AVVENTURA

1. **AVVENTURA= INATTESO:** *impresa rischiosa ma attraente e piena di fascino per ciò che vi è in essa d'ignoto o d'inaspettato" (Treccani).* Educare comporta l'uscire e il far uscire dalla "zona di comfort" in un continuo sconfinamento da ciò che è già noto e prevedibile a ciò che, invece, sta nella "zona di rischio".
 - Il rischio e la destabilizzazione sono dispositivi pedagogici: agenti attivatori che mobilitano energie creative, spinte innovative e attiva strategie di fronteggiamento in educatori ed educandi.
2. **AVVENTURA=FUTURO:** *Il significato di *adventura* (dal latino) è "ciò che accadrà" e coincide con la dimensione temporale più significativa del processo educativo: il futuro.*
 - Bertolini afferma che il lavoro dell'educatore consiste nell'affiancare il soggetto nella dimensione quotidiana per «*andare oltre la dimensione del presente verso un futuro possibile e diverso*» (Bertolini, 1988, p. 232).
 - Bertin (1983, p .90) chiarisce che l'educazione , pur radicata nel presente e in continuità con il passato, è intrinsecamente tesa a progettare il futuro inteso come prefigurazione di obiettivi e di percorsi per tendere ad essi: un orizzonte aperto in cui i cambiamenti sono destinati a realizzarsi.
3. **AVVENTURA = DISPOSITIVO METODOLOGICO:** *l'educazione avventura è un approccio che «comprende tutte le attività intenzionalmente connotate che propongono un cambiamento di setting operativo: dal "conosciuto e vissuto come dimensione domestica", a una "avventura" fuori dal quotidiano, che possa provocare cambiamenti significativi in senso psicofisico, cognitivo, relazionale e sociale.» (Gigli 2018)*

L' avventura come dispositivo metodologico che permette di raggiungere le seguenti finalità:

- *acquisire di abilità sociali di base*
- *sperimentare dell'interdipendenza (anche negativa)*
- *comprendere dell'importanza di prendersi cura delle relazioni e di comunicare adeguatamente*
- *sperimentare la cooperazione, l'affiatamento, il sostegno reciproco, l'ascolto, l'umiltà*
- *interrompere la quotidianità fatta di tecnologie, procedure, schemi, che tendenzialmente anestetizzano i sensi e le coscienze*
- *uscire dalla “zona di Confort”, attivano corpo e mente, accendono il desiderio, stimolano l'apertura all'“altro da sé”. (Gigli A., 2018, p. 125).*

Straordinarietà e rischio come dispositivi pedagogici

Il disorientamento che nasce dal **cambiamento di contesto** “costringe” i **soggetti a diventare consapevoli di una nuova possibile prospettiva** sul mondo (Bertolini 1993, p. 154).

Il rischio può essere un dispositivo educativo se inserito in una cornice progettuale adeguata e inteso come un “gioco iniziatico” (Galiazzo 2017) che lascia la possibilità di sperimentare il rischio in una dimensione di sicurezza.

Analogamente alle attività sportive estreme, le esperienze di adventure education sono caratterizzate dall’ “**esposizione al rischio**” ma l’attenzione non è posta sulla performance o sul vincere la sfida fisica: diventano educative perché costringono a imparare, confrontarsi con problemi e concentrarsi sulla soluzione, riflettere e verbalizzare i vissuti. (Gigli 2018)





Le parole chiave dei progetti di Educazione Avventura

Centralità dell'**approccio esperienziale e corporeo**

Destrutturazione dei setting tradizionali/abituali

Lavoro di rete

Dimensione relazionale (interpersonale e gruppale) per attivazione, **resilienza**, **capacità di coping**, **self empowerment**

Approccio maieutico negli stili educativi, attenzione ai processi di rielaborazione dei vissuti

Uso della **metafora**, del «**rischio**» e del senso del **limite** come dispositivi pedagogici

Progettazione come processo: definizione di indicatori di qualità; valutazione, documentazione; professionalità degli operatori

Psicologia dell'adolescenza

(Palmonari 1993; 2011; Molinari, Speltini 2003; Zani, Pombeni 1997)

Metafora del viaggio

Partenza da un «porto sicuro»

Gruppo dei pari

Esplorazione

Sfide

Termine del viaggio



Gruppo dei pari

Laboratorio sociale (Sherif e Sherif, 1964).

Le risorse e le competenze con cui partono sono quelle acquisite fino a quella fase di vita attraverso l'esperienza di vita/crescita in famiglia e/o con adulti significativi



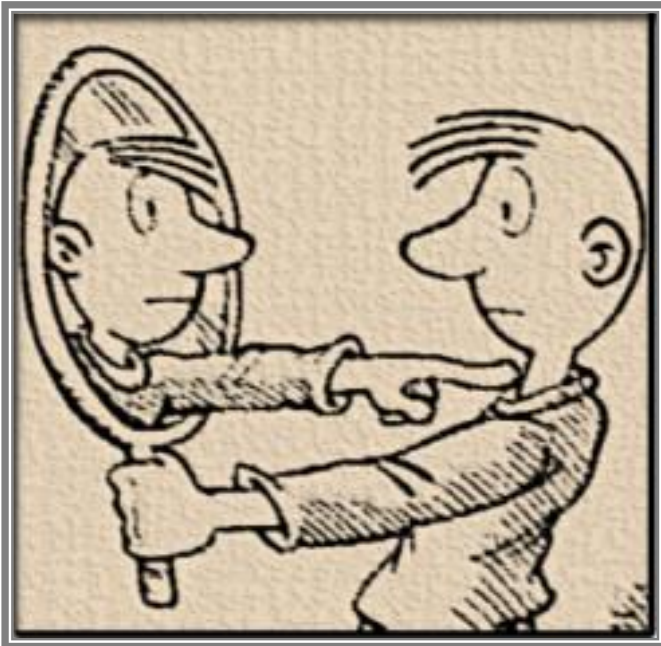
Porto sicuro

Famiglia o caregivers (parenti, comunità, altri adulti significativi ecc.)





Esplorazione di popolazioni e terre selvagge



Esplorazione dell'identità

(Erikson 1950, 1968; Marcia 1966, 1980)

Viaggio tranquillo senza troppe difficoltà
condotto in un mare calmo



Viaggio pieno di sfide e insidie da
superare

Importanza delle caratteristiche dell'equipaggio:

- Si superano le tempeste e si continua il viaggio
- Si ritorna in porto per le riparazioni
- Si naufraga



Alcuni progetti di adventure education realizzati in provincia di Bologna

Con la testa nei piedi (La Carovana Coop.)

Progetto sperimentale di
adv. edu. con studenti/sse
adolescenti a rischio drop out
scolastico o ritiro sociale

Il progetto, avviato nel 2019,
seconda edizione da novembre
2021 a giugno 2022



CamminaMentre (CSAPSA Due Onlus)

Percorsi in natura tra comunità
educative e successo formativo



Il progetto è stato avviato nel 2021

Con la testa nei piedi (Carovana Coop)

Il progetto è rivolto a **14 adolescenti** del **biennio delle scuole secondarie di II° grado** con fragilità nel rapporto con il mondo esterno e con i compiti sociali attesi dall'età

8 uscite in natura + 8 incontri stanziali (o all'interno della scuola o in luoghi significativi del territorio) che si alternano ogni 15 giorni

Possibilità di attivare, in parallelo, 5 incontri con i genitori dei e delle partecipanti

Finalità: riattivazione del desiderio di crescita e di esplorazione della propria vita



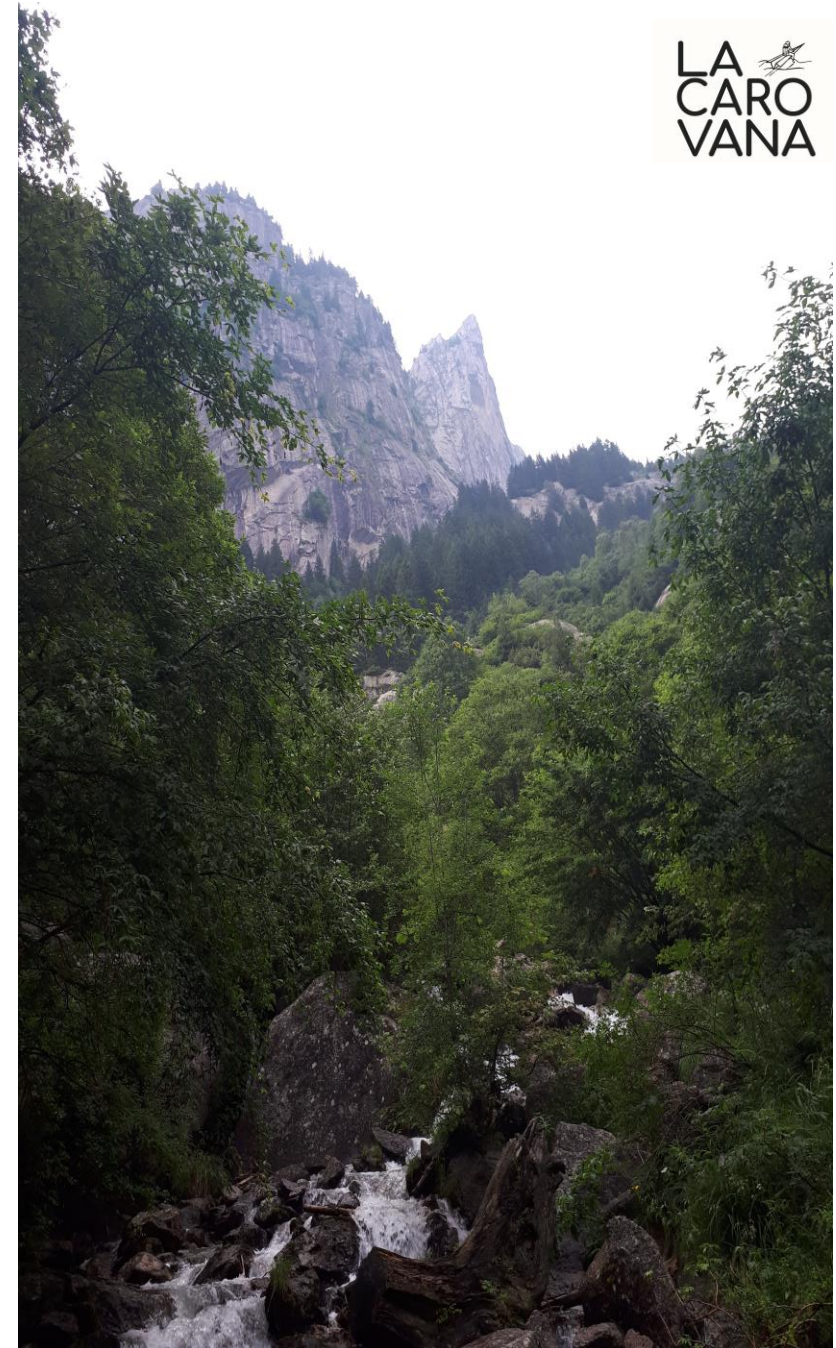
AVVENTURA COME
LUOGO IN CUI TROVANO
SPAZIO LE SPINTE
DELL'ADOLESCENZA



EMOZIONE COME
VISSUTO PERSONALE E DI
GRUPPO CHE TROVA
PAROLE E MEMORIA
NELLA CONDIVISIONE



SCOPERTA DI SÉ NON
CONOSCIUTI, DI CAPACITÀ E
COMPETENZE, DI LEGAMI POSITIVI
TRA PARI E CON GLI ADULTI



Obiettivi

- riaprire il rapporto corpo/emozioni/mente;
- implementare le strategie di regolazione emotiva;
- incrementare la capacità di gestire le proprie risorse;
- facilitare il recupero dei bioritmi naturali;
- (ri)scoprire e utilizzare competenze socio-relazionali;
- incentivare la creazione del racconto di vita, l'auto-mutuo-aiuto, la valorizzazione delle esperienze gruppali;
- rafforzare la motivazione e la perseveranza;
- acquisire competenze tecniche basilari per l'Outdoor

Con la testa nei piedi (Carovana Coop)



CamminaMentre

Orientamento formativo ed educazione in natura (CSAPSA due Onlus)

- Rivolto a **7 minori**, in carico al Servizio Sociale, per i quali è attivo un intervento di contrasto alla dispersione scolastica.
- I ragazzi e le ragazze vengono coinvolti e camminano assieme ad una coppia educativa in 5 uscite e un soggiorno.





Obiettivi - CamminaMentre (CSAPSA due Onlus)

- ✓ **ridurre comportamenti a rischio** (uso di sostanze, autolesionismo, ritiro sociale, rabbia, aggressività...) veicolate anche dal confronto con il gruppo
 - ✓ proporre esperienze in montagna/natura che possano attivare **strategie positive significative che promuovano il successo formativo**
 - ✓ sollecitare la **passione per la montagna/** attività in natura
- ✓ sviluppo di **identità di gruppo** attraverso:
 - la condivisione delle regole funzionali al gruppo stesso;
 - sviluppo di strategie di problem solving;
 - sviluppo di capacità di relazione sana tra pari e con adulti di riferimento;
 - capacità di ascolto tra pari e verso gli adulti di riferimento
 - esplorare e riconoscere situazioni di benessere legate alla condivisione e allo stare assieme

