

Quella volta ho imparato...

Storie di didattica dalla parte del banco

a cura di Gustavo A. Mejía Gómez

Indice

INTRODUZIONE	2
IMPARARE DALLA VALUTAZIONE.....	3
<i>L'esame che si trasforma in dialogo di gruppo</i>	3
<i>Trasformare l'esperienza di insuccesso in spinta motivazionale</i>	4
<i>L'esame che sollecita a pensare</i>	4
METTERSI IN GIOCO	5
<i>Imparare a buttarsi e a misurarsi con situazioni sfidanti</i>	5
<i>Vincere la paura di parlare in pubblico</i>	6
LAVORARE IN GRUPPO	7
<i>L'esposizione dei cartelloni</i>	7
<i>La consulenza di gruppo</i>	7
RICONOSCERE VALORE ALL'ESPERIENZA	8
<i>Emozioni</i>	8

Introduzione

Nella presente raccolta sono raggruppati racconti di formazione costruiti da futuri/e formatori/trici, alle prese con un percorso di preparazione universitaria alla professione svoltosi alla fine degli anni duemila e guidato dal prof. Giuseppe Tacconi dell'Università di Verona¹.

I/le narratori/trici – futuri formatori/trici iscritti/e a un percorso universitario – raccontano le proprie storie, dopo essere stati sollecitati a identificare e a mettere in parola un episodio particolarmente significativo della loro vicenda formativa personale.

Si trattava insomma di far loro sperimentare la potenza della narrazione, anche per generare una conoscenza didattica, in parte inedita, sulla pratica formativa stessa.

I racconti, stesi dai/le partecipanti al percorso su una consegna del tipo “Quella volta ho imparato che...”, sono stati analizzati dai conduttori del percorso. Si è cercato di identificare innanzitutto la dinamica principale illustrata e descritta nel racconto (da qui le sottolineature o le evidenziazioni delle parti più rilevanti del testo), di attribuire un titolo al racconto stesso, di raggruppare i racconti simili, attribuendo un titolo anche al raggruppamento. In questo modo, dal basso, dai racconti stessi è emersa pian piano una sorta di teoria della formazione che consente ai soggetti in formazione di individuare dinamiche rilevanti della loro professione: valorizzare costantemente il ritorno riflessivo sull'esperienza, mettersi in gioco, lavorare in gruppo, dare valore alla propria esperienza.

Per quanto non esaustivo il testo offre un buon esempio di lavoro orientato alla costruzione di un sapere incarnato nella pratica e può essere preso come modello per lo sviluppo di un sapere didattico proprio a partire dall'esperienza e dal racconto.

I/le lettori/trici, oltre a gustare le singole narrazioni, leggendo queste storie, possono dunque acquisire una modalità di lavoro (raccolta e analisi di narrazioni) che può aiutarli a generare un sapere rilevante sulla pratica anche a partire dalle loro storie personali.

Da qui l'idea di inserire queste narrazioni nello spazio de “Il Cfp si rinnova” dedicato proprio alla raccolta e all'analisi di narrazioni di pratica.

¹ Dei/le partecipanti viene riportata solamente l'iniziale del nome per garantirne l'anonimato.

Imparare dalla valutazione

L'esame che si trasforma in dialogo di gruppo

Era un giorno di fine gennaio. Ero prossima alla laurea. Era il giorno del mio ultimo esame, o almeno lo speravo, della triennale. Era mattina ed era inverno, c'era freddo ma non esageratamente. Niente neve, niente vento, una distesa di nuvole grigie copriva il cielo. L'esame che mi spettava quella mattina era un esame orale ed ero particolarmente agitata, data la situazione. Arrivata in università a buon'ora mi affrettai a raggiungere l'aula prevista, spinta più che altro dall'ansia e dalla voglia di mettere un punto alla sfilza di esami prescritti. L'aula era la 1.5, un'aula relativamente piccola e particolarmente calda data l'elevata temperatura interna all'ateneo che persiste ogni inverno. Entrai e subito aprii due finestre per far girare l'aria. Ero sola, così, dopo aver sistemato giaccone, zainetto e ombrello (il meteo diceva possibili precipitazioni quel giorno) ne approfittai per dare un'ultima letta veloce al malloppo di schemi, dispense, libri di testo su cui avevo speso lacrime e sudore i giorni precedenti. Dopo qualche minuto di ripasso, ahimè poco concentrato, entrò Fabio, un ragazzo che avevo già adocchiato da un po'. Un saluto amichevole, una stretta di mano e un breve confronto sull'esame da sostenere a momenti. Entrambi stupiti di veder l'un l'altro lì presenti in quanto l'esame previsto era del primo anno e la maggior parte dei colleghi della nostra annata lo avevano già dato. A seguire entrarono una signora e una ragazza spagnola che ci salutarono educatamente. Quasi in loro contemporanea si presentò all'uscio anche il docente e fu inevitabile notare la sua espressione di sorpresa. Ci disse che gli iscritti previsti per quel giorno erano 12 quando in realtà noi eravamo soltanto in 4 e oramai era giunta l'ora d'inizio prestabilita. Senza esitazione ci propose di tenere una sorta di **esame orale di gruppo** e, dopo qualche scambio di sguardi tra compagni, tutti noi accettammo la proposta. Ero personalmente curiosa di come la cosa si sarebbe svolta. Avvicinammo quattro sedie alla cattedra, una per ciascuno e casualmente tutte di diverso colore, fino a posizionarle a semiluna. Mi sedetti e improvvisamente pensai al maglione che indossavo. Ci pensai perché la fantasia blu richiamava il colore della sedia su cui sedevo. Pensai per un frangente di secondo che non fosse adatto a un colloquio orale in sede universitaria; non era particolarmente vistoso ma neanche sobrio o elegante. Quando sono agitata sono solita pensare in negativo. Fortunatamente mi ripresi pensando che ero comoda e che tale sentirmi a mio agio non mi avrebbe procurato fastidio durante il colloquio. Eravamo tutti in silenzio, in attesa che il docente iniziasse a parlare. Notai che annotò sul suo taccuino i nostri nomi e cognomi a partire dalla sottoscritta che sedevo al lato destro del semicerchio. Cominciò poi con **le domande, da quelle la cui risposta era una soltanto a quelle che richiedevano un certo ragionamento personale**. Il tutto andò avanti circa due ore. La cosa che mi colpì particolarmente fu che si creò tra tutti e cinque (noi quattro e il docente) un dialogo che andò oltre il semplice botta e risposta tipico di un'interrogazione. Spesso **lo stesso docente prendeva spunto dalle nostre risposte per porci ulteriori domande, altre volte chiedeva direttamente a noi se la risposta data dal compagno suscitava in noi qualche sollecitazione o collegamento. Altre volte lui stesso esprimeva la sua opinione personale riguardo all'argomento o metteva in evidenza qualche concetto emerso che meritava maggiore attenzione**. Percepì uno scambio, come si fosse creato un flusso di idee e considerazioni che circolava all'interno del semicerchio seppur non venne mai a mancare la consapevolezza fossimo in sede d'esame. Sebbene gli argomenti fossero gli stessi, essendo di annate differenti, non tutti avevamo studiato gli stessi identici libri di testo, quindi nell'ascoltare le risposte altrui colsi qualche informazione in più o qualche commento a cui non avevo posto sufficiente attenzione. Trattammo tutto il materiale previsto in modo quasi completo incluso il lavoro personale che era d'obbligo inviare telematicamente al docente un paio di settimane prima. A tal proposito non mi venne chiesto nulla e fu un peccato in quanto ero soddisfatta del lavoro realizzato e volentieri lo avrei condiviso in quella circostanza. Quando, verso la fine della seduta, **ci venne chiesto se mai ci saremmo aspettati altre domande** o come, secondo noi, ci fossimo posti individualmente e come gruppo in quella particolare situazione, nata senza un progetto a priori, o la certezza che come idea risultasse funzionale, non esitai a dire che mi sarei aspettata la richiesta di approfondire il report personale. Nonostante ciò quel giorno, oltre alla personale soddisfazione del risultato finale, tornai a casa arricchita e soddisfatta di come si svolse l'esame. Imparai che a volte innovarsi è bene, che non è doveroso seguire rigidamente la prassi (in tal caso un colloquio unidirezionale tra docente-studente), se la situazione suggerisce modalità diverse di affrontarla, che un argomento discusso ed esaminato tra più menti permette di comprenderlo e analizzarlo da molteplici prospettive, che da un'interazione verbale tra più persone pensanti scaturisce per certo un qualcosa di interessante su cui poter riflettere ulteriormente, che ogni situazione è sede di apprendimento, che ascoltare gli altri insegna tanto quanto il parlare, che alla fin

fine ho avuto la fortuna di sperimentare e partecipare a un colloquio di gruppo improvvisato al momento durante cui ognuno ha preso parte a suo modo, che ci sono docenti e docenti e al contempo modalità differenti di insegnamento, che vale la pena dedicare tempo sufficiente anche a ciò che a una prima impressione sembra poco stimolante o di difficile comprensione e che il confronto con altri è valorizzante (B.).

Trasformare l'esperienza di insuccesso in spinta motivazionale

Il mio percorso universitario vero e proprio è cominciato in ritardo rispetto all'inizio dell'anno formativo e, a causa di ciò, sono stato costretto a preparare i primi esami senza frequentare le lezioni. Ero piuttosto spaesato all'inizio: nuova città, nuovo sistema universitario e ancora nessun collega conosciuto al quale poter chiedere informazioni circa la didattica che avrei potuto seguire. Dopo essere riuscito a trovare un posto di lavoro, ho iniziato a dedicarmi alla preparazione degli esami universitari in veste di studente non frequentante, in quanto le tempistiche per sistemarmi nella nuova città mi lasciavano pochi spiragli a disposizione per seguire anche in minima parte i corsi. Dopo aver consultato il sito dell'università per visionare i corsi del primo trimestre, ho deciso di concentrarmi, per iniziare, sull'esame "Processi di comunicazione nei contesti formativi". Dopo aver reperito i testi d'esame e aver studiato per più di un mese, dividendomi tra studio e lavoro, arriva la settimana del primo appello: mi sentivo preparato nella materia, anche se un po' spaventato all'idea di affrontare il primo esame in un nuovo ateneo, senza mai aver frequentato una lezione o almeno conosciuto il docente. Arriva il giorno dell'appello, il pomeriggio del 14 Gennaio; l'aula era la T5. Non conoscendo ancora nessuno, non sapevo con chi confrontarmi sull'esame e ho deciso quindi di restare in disparte aspettando con ansia l'inizio della prova. Ricevuto il foglio, leggo quattro domande aperte e, immediatamente, mi rendo conto di non essere in grado di rispondere in maniera completa. Dopo aver riflettuto sul da farsi, ho deciso di ritirarmi. Sono stato subito preso da un grande sconforto, ho pensato che non fosse un bel modo per iniziare il nuovo percorso. Presto, però, ho trasformato queste emozioni negative in forza e determinazione maggiore per provare ad affrontare l'esame il mese successivo. Ho ripreso in mano tutto il materiale d'esame e ho cambiato metodo di studio, focalizzandomi soprattutto sul seguire nuovi schemi per la memorizzazione e la ripetizione. Arriva l'appello successivo: mi sentivo molto più in ansia della volta precedente, sentivo il peso della responsabilità di non poter fallire nuovamente, ma, forte della novità che avevo apportato al metodo di studio, mi sentivo davvero preparato. Questa volta sono riuscito a confrontarmi con alcuni compagni sulle domande d'esame: ho notato che riuscivo a rispondere in maniera corretta e questa cosa mi ha dato una forte spinta motivazionale. Mi ricordo che l'esame doveva essere alle 14.30 ma è stato posticipato alle 16.30, suscitando in me ulteriore agitazione. Questa volta, appena viste le domande, ho provato una sensazione diversa; mi sentivo ben preparato, sapevo argomentare le mie risposte e ho iniziato a scrivere assiduamente, tanto che ho utilizzato l'intero tempo a disposizione (due ore): non mi era mai successo; solitamente uso la metà del tempo lasciato agli studenti perché mi piace scrivere in maniera sintetica, ma quella volta mi sentivo così sicuro che neanche mi ero accorto del passare del tempo. Ho imparato che di fronte a un insuccesso è importante rivedere il proprio metodo di studio e non dare mai niente per scontato. In quell'occasione mi sono sentito cresciuto, con qualcosa di nuovo di appreso che mi ha permesso di affrontare al meglio l'esame successivo, ottenendo un ottimo risultato. Mi ha dato una forte spinta motivazionale (D.).

L'esame che sollecita a pensare

Nel cercare un'esperienza di apprendimento particolarmente significativa nella mia carriera accademica mi sono dovuta innanzitutto confrontare con la mia propensione alla ricerca della "buona performance", per la quale tendo a concentrarmi eccessivamente sull'aspetto prestazionale, rischiando di perdere il senso profondo del lavoro riflessivo. Fortunatamente l'età e qualche (altro) buon maestro mi hanno insegnato a gestire questa mia naturale tendenza, aiutandomi ad accettare - seppur ancora un po' a malincuore - la possibilità di fallire "nella prova" in favore di risultati magari meno brillanti ma sicuramente più autentici. I primi esami alla facoltà di Giurisprudenza, la mia precedente carriera universitaria, mi avevano portato a esasperare anche nell'ambito dell'apprendimento questa mia generale disposizione: con il passare dei mesi lo studio dei testi si era ridotto a essere quasi esclusivamente il mezzo per il quale arrivare al superamento

dell'esame, in una prospettiva che confondeva la valutazione finale con l'esito del percorso; anche gli insegnamenti tendevano a sostenere un **approccio alle fonti quasi esclusivamente mnemonico**, non aiutando certo a promuovere in una giovane studentessa **la riflessione sul senso** di quanto veniva studiato. Non da ultimo aveva influito il fatto che molte delle materie del corso di studi non incontravano un mio particolare interesse: di fatto lo studio era divenuto per me **esercizio di memorizzazione, quasi totalmente svuotato dalla dimensione originale di ricerca e indagine**. Anche durante la preparazione dell'esame di "Filosofia del diritto" avevo assunto questo atteggiamento di base, nonostante durante l'anno ne avessi seguito le lezioni con vero piacere: **grande appassionato della materia, il docente riusciva a rendere vive attraverso le sue parole le riflessioni degli autori che andava via via presentando**. Inoltre gli argomenti trattati mi interessavano sinceramente, quindi a differenza di altre materie non mi era dispiaciuto dedicare molte ore ai testi, approfondendo anche con le letture suggerite. Malgrado ciò tendevo a scindere quello che ritenevo un mio semplice interesse dai momenti puramente "istruttivi", dedicando quindi grande attenzione all'imparare pedissequamente lunghi estratti dai testi d'esame. Il giorno dell'appello ero particolarmente tesa, estremamente preoccupata dal fatto di non essere riuscita ad apprendere quasi mnemonicamente alcuni capitoli dei libri: questo nella mia prospettiva infatti equivaleva ad aver "studiato bene". Era una calda giornata di luglio e ricordo la tensione che saliva mentre, confrontandomi con i compagni di corso nel chiostro interno della facoltà durante l'attesa dell'orale, mi sembrava fossero mille e più le cose che avrei dovuto ricordare per ottenere un buon voto. Il docente aveva strutturato l'esame in modo tale che **ciascuno studente fosse esaminato prima dall'assistente e poi venisse interrogato da lui, per lo più con una sola domanda**; talvolta però dopo questa prima analisi entrambi ponevano alcune domande al candidato, per poi confrontarsi in merito alla valutazione. Ogni esame durava una media di trenta minuti, ma alcuni si protravevano per oltre un'ora; per noi studenti, preoccupati solamente da quante cose potevano essere chieste in un lasso di tempo così ampio, questa cosa rappresentava una vera seccatura. Ciò che nessuno di noi aveva capito, io per prima, è che **solo la prima parte dell'esame, quella seguita individualmente dall'assistente, valutava le conoscenze acquisite dallo studio dei testi**. Così, dopo più di trenta minuti di domande riferibili di libri, mi trovai in difficoltà quando il professore si sedette accanto all'assistente e iniziò a pormi domande alle quali faticavo a rispondere riportandomi direttamente a quanto avevo memorizzato. Ricordo in particolare un momento; avevo iniziato a citare una fonte e il professore, fermandomi con un lieve cenno della mano, mi disse semplicemente: **"So cosa riporta il testo, ed è evidente ormai che lo sa anche Lei. Ciò che mi interesserebbe sapere ora è cosa ne pensa lei, e perché"**. Questa frase mi spiazzò completamente; non mi era mai capitato prima a un esame universitario **che un docente mi chiedesse di pensare**. E incredibilmente mi resi conto che, nonostante non ne fossi consapevole mentre stava succedendo, **mi ero costruita mentalmente una mappa mentale di quanto avevo imparato e sapevo collegare le informazioni attraverso i testi**, che avevo chiaro in me perché il docente aveva strutturato in quel modo l'insegnamento. Insomma, mi accorsi che sapevo qualcosa in più rispetto alle mie adorato citazioni, ma soprattutto che quelle riflessioni a cui mi ero abbandonata nei momenti di pausa dallo "studio serio" - riflessioni che ritenevo del tutto inutili ai fini della preparazione all'esame - ne rappresentavano invece un momento essenziale, importante almeno quanto (se non di più) l'apprendimento degli argomenti. **Il mio esame durò oltre novanta minuti ed è stata una delle esperienze più ricche che io ricordi da un punto di vista non solo scolastico ma anche personale**; il brillante esito della prova (l'unico trenta e lode che ottenni a giurisprudenza) fu per me ancora più significativo per il fatto di non rappresentare la mia abilità a ricordare le cose, ma a riflettervi. Da quel giorno il mio approccio allo studio è cambiato in modo sostanziale: **ho bisogno di cogliere il senso di ciò che sto imparando, lo devo "sentire"**; poco male se qualcosa viene dimenticato; in fondo poco importa anche il voto. Perché qualcosa ti appartiene solo nel momento in cui la vivi (e perché superati i trenta la memoria non è più quella di una volta) (V.).

Mettersi in gioco

Imparare a buttarsi e a misurarsi con situazioni sfidanti

A una delle prime lezioni del corso di "Psicologia della formazione continua", ci è stato chiesto di svolgere **un compito** per casa. Tale compito consisteva nel **produrre un breve testo personale che rispondesse al seguente quesito: "Che tipo di formatore voglio essere?"**. La lezione successiva avremmo dovuto leggerlo di **fronte alla classe**. Però, per rispondere a questa domanda, prima mi sono dovuto chiedere se vorrò

effettivamente diventare un formatore; era un quesito che non mi ero mai posto così seriamente. Dopo una lunga e difficile riflessione, mi ero reso conto che la risposta a quest'ultima domanda, era "no". Le motivazioni che mi avevano portato a questa conclusione erano di tipo caratteriale, perché sono una persona introversa, una caratteristica che non vedevo molto adatta a una professione di questo tipo. Per questo motivo mi vedevo più adatto all'aspetto progettuale della formazione, che avevo vissuto durante la mia esperienza di tirocinio, al contrario della formazione in aula. Un'altra motivazione che mi aveva spinto a pensare questo era la mia difficoltà a parlare in pubblico, difficoltà che avrei potuto dover affrontare alla lezione successiva, nel caso in cui il professore mi avesse chiesto di leggere il mio elaborato. Nonostante tutti questi miei pensieri negativi, decisi di scrivere tutto quello che avevo pensato, decisi di "mettermi a nudo" e soprattutto, decisi di andare alla lezione rischiando quindi di dover leggere quanto scritto. Quel giovedì mattina **decisi di buttarmi** e mi offrì volontario nel leggere il testo richiesto, perché tanti altri come me non volevano rischiare; stanco di questo mio limite, decisi di superarlo. Trovarmi di fronte a tutta la classe, e per la prima volta, dall'altro lato della cattedra, fu molto imbarazzante, almeno inizialmente. La prima lettura del testo fu veloce; avevo un nodo alla gola. Nella seconda lettura invece mi sentivo molto a mio agio; ero tranquillo e quasi mi piaceva essere lì in quel momento. Analizzando il testo assieme al Professore e alla classe capii che tutti quei miei pensieri erano dovuti alla mia insicurezza e che in realtà, una volta superata, proprio come in quell'occasione, mi vedevo un giorno come formatore d'aula, **anche se comunque quella non era la mia prima scelta**. Quindi credo che quel giorno, grazie a quell'attività, **ho imparato molto su me stesso**, un aspetto che considero fondamentale per qualsiasi professione e che soprattutto nessuno può insegnare. Inoltre ho affrontato una mia importante difficoltà, ho superato un mio limite, quello di parlare in pubblico il quale mi allontanava dalla professione di formatore d'aula, ma che con questo passo, invece, mi ci ha avvicinato (M.).

Vincere la paura di parlare in pubblico

Sono sempre stata espansiva e loquace quanto un monaco eremita tibetano che ha fatto voto di silenzio. In un certo senso, quando devo parlare, mi sento messa alla prova e sono sintetica perfino con le persone che mi sono più familiari. Sembra che il mio cervello abbia delle disconnessioni a doppio senso tra pensiero e parola: da un lato non riesco a pensare una cosa e ad esprimerla in tempo reale (cosa che ad altri invece riesce anche troppo bene; forse qualche filtro potrebbero metterlo pure loro: il famoso "conta fino a dieci e poi parla"), dall'altro mentre parlo mi sembra di non riuscire a pensare; appena apro bocca tutte le mie connessioni di neuroni vanno in blackout, galleggiano nel vuoto e non mi mandano più alcun input. In sostanza dico quello che ho da dire e poi non mi viene in mente altro. È chiaro che non farò mai l'avvocato. È strano, perché **nello scrivere invece sono logorroica**. L'università mette alla prova in questo senso, tra esami orali e presentazioni. Dopo anni passati a sentirmi inadeguata e a disagio, un giorno ho deciso di accettare il mio carattere introverso. Credo che ammettere a se stessi "io sono fatta così, anche se non mi piace" sia il primo passo per provare a migliorare. Il giorno in cui ho deciso di accettare il mio odiato difetto, dovevo **presentare un lavoro di gruppo**. Avrei dovuto parlare e poi rispondere alle domande degli altri studenti e del professore. Ricordo di aver scherzato con un compagno di corso, dicendo: "Ti offro un caffè, se alla fine della presentazione tu e i tuoi amici non mi fate nessuna domanda". Inutile spiegare l'ansia; mentre aspettavo il mio turno la mia faccia ha assunto ogni fascia cromatica, dal verdognolo al violaceo. Ero in iperventilazione come la ventolina di un pc impallato. Per affrontare la situazione ho passato in rassegna tutte le strategie della PNL, dall'immaginare il professore seduto sul wc, al pensare ai miei compagni come a personaggi dei cartoni animati. Ho pensato che forse dovevo ridimensionare il problema: era solo una presentazione e io ero solo una studentessa nella vastità del mondo. Ero così in ansia che alla fine l'ansia deve aver raggiunto livelli talmente alti per cui non l'ho più sentita, come quando hai così tanto sonno e per effetto contrario non riesci ad addormentarti. Sono salita in cattedra, perché ormai era arrivato il mio turno e mi sono detta: "Va bene, sono un po' impacciata a parlare... ma sono preparata sull'argomento e ora provo non solo a parlare ma a comunicare." **Ho cercato di concentrarmi meno su me stessa ed essere più presente nella situazione, osservando il comportamento delle altre persone nella stanza e provando a coinvolgerli**. Non sono di certo diventata Cicerone in tre minuti, ma diciamo che dopo un po' mi sono rilassata (ho paura a dire "divertita"). Con una punta di orgoglio però posso dire che tutti hanno gradito la presentazione e che è stata molto meno monotona di altre. Quel giorno ho imparato varie cose: 1) essere coscienti dei propri difetti è un primo passo; 2) il secondo passo è riuscire ad accettarli; 3) si può riuscire a migliorare - anche con

ampio margine - aspetti della personalità che sembrano pervasivi; 4) l'ansia può essere positiva; 5) non farò l'avvocato (però magari la formatrice sì) (A.).

Lavorare in gruppo

L'esposizione dei cartelloni

Era sabato e faceva caldo; quella mattina mi ero svegliata prima del solito, la sveglia del telefono non aveva neanche suonato. Sono arrivata in aula in anticipo, assonnata e un po' stanca, il semestre era stato impegnativo e le lezioni stavano finendo. L'aula iniziò a riempirsi poco a poco, le facce del sabato mattina non erano molto belle da vedere ma un po' alla volta abbiamo iniziato a guardarci e a fare qualche sorriso. Era in programma un lavoro di gruppo ma nessuno sapeva bene di cosa si sarebbe trattato e così, mentre tutti cercavano di capire qualcosa, le voci iniziarono a farsi più decise e insistenti; chi faceva delle ipotesi chi restava tranquillo in attesa, senza porsi troppe domande. Arriva il professore, dà la consegna e i gruppi iniziano a formarsi e a sistemarsi, ma muoversi nella grande aula T5 era un po' complicato; gli spazi esterni alle file di banchi e sedie somigliavano molto alle corsie di un'autostrada nelle ore di punta. Per la prima volta ho potuto guardare in viso persone che non sapevo frequentassero il mio stesso corso. Dovevamo fare un cartellone e il professore ci ha fornito molto materiale come penne, colori, grandi fogli di carta riciclata e tanti colori. Come molti colleghi anche noi abbiamo deciso di stendere il foglio per terra ma lo spazio era veramente ridotto e i piedi spesso si toccavano con quelli di altri, facendo scattare un sorriso o una battuta. Ricordo che per poter scrivere mi sono appoggiata alla schiena di una collega che stava in ginocchio con la testa china sul grande foglio, che iniziava ad avere una personalità, delle frasi scritte a colori, non era più il grande foglio vuoto che inizialmente ci intimoriva, ci faceva paura; ora era il nostro cartellone, la nostra opera, il nostro lavoro. Ci scambiavamo i colori, le penne e ogni tanto si sbirciava il lavoro dei vicini e sottovoce si sussurrava: "il nostro è più bello", con dei grandi sorrisi di gratificazione, anche se il parere del professore ancora non era stato espresso. A lavoro ultimato tutti abbiamo appeso il nostro capolavoro alle pareti che davano all'aula un'aria nuova; non era più la solita T5 grigia, senz'anima, ma sembrava una galleria d'arte moderna; ad ogni cartellone appeso i colori aumentavano, le forme cambiavano. In aula faceva molto caldo, eravamo lì tanti ma questo sembrava non dare fastidio a nessuno; la nostra attenzione era rivolta a tutti i cambiamenti che stavano avvenendo intorno a noi. A ogni cartellone appeso si sentivano i chiacchiericci di chi stava seduto, ma mai in senso negativo; a un certo punto il professore ci invita ad alzarci e ad andare a vedere da vicino i vari lavori; ecco, in quel momento mi sono sentita dentro un museo; le voci diminuirono fino a non sentire più nulla. Tutti guardavano in silenzio senza giudicare cercando di dare una propria interpretazione del lavoro degli altri, perché l'arte è libertà di esprimersi, non ha confini, l'arte riempie spazi infinitamente vuoti, illumina stanze buie, apre cancelli che altrimenti resterebbero chiusi. Non c'era la paura del giudizio degli altri ma la consapevolezza di aver dato il meglio e di aver imparato e sperimentato cosa significa lavorare in gruppo, condividere idee, anche se con età ed esperienze diverse ognuno ha messo sul tavolo di lavoro quello che poteva; in questo modo tutti siamo cresciuti un po' di più. Questo ha fatto il lavoro in aula con me, mi ha dato la possibilità di apprendere qualcosa di molto profondo che va al di là della semplice lezione finalizzata all'esame (M.).

La consulenza di gruppo

Questa storia è successa mentre studiavo psicologia in un'università dell'Ucraina. È stata una lezione relativa alla consulenza psicologica. Eravamo circa trenta, quaranta studenti. La professoressa ha offerto che qualcuno degli studenti raccontasse il suo problema reale che avrebbe voluto risolvere ma non presentava vie d'uscita. Il compito del resto degli studenti è stato di ascoltare attentamente e cogliere, dalle parole dello studente-protagonista, solo quelle opportunità d'uscita che egli indicava nel suo racconto. Si è trovato un volontario. È stato uno studente Y. che ha raccontato il suo problema che riguardava i rapporti difficili con la figlia adolescente della sua seconda moglie; in quel tempo, non trattava bene i genitori; ha avuto degli amici tossicodipendenti, un fidanzato ex carcerato, cosa che ha provocato anche una preoccupazione dei genitori. È stato notato che lui si è sentito in disaggio a raccontare dei suoi fallimenti in interazioni con la figlia. **Mente Y. procedeva nel racconto sono state notate diverse possibilità per provare a risolvere il suo**

problema. Alla fine gli studenti hanno comunicato con le stesse parole dello studente-protagonista le varianti possibili da provare per migliorare la situazione problematica. L'ultimo è rimasto molto sorpreso di tutte le opportunità citate. È sembrato come se lui le avesse sentite per la prima volta, nonostante il fatto che le aveva indicate qualche minuto prima. Quella volta ho imparato che spesso l'individuo già sa come risolvere certe difficoltà ma non è attento alle proprie riflessioni e alle proprie idee. Applicando questa affermazione a me, mi chiedo se io sono sempre attenta a me stessa? A quello che so? A quello che davvero è il valore per me in modo globale ed a lungo termine e non solo per una situazione momentanea? In questo aspetto considero molto interessante e utile approfondire l'argomento del "Cosa" ostacoli noi a sentire noi stessi (L.).

Riconoscere valore all'esperienza

Emozioni

L'esperienza di apprendimento che vi narrerò risale al periodo di studi della mia laurea triennale in psicologia. Durante il mio percorso di studi ho avuto la fortuna di frequentare un laboratorio di psicologia clinica. Era una giornata primaverile e come al solito l'aula era stracolma di studenti. La professoressa che teneva il corso era molto giovane ma, nonostante la giovane età, riusciva a coinvolgerci e a suscitare in noi momenti di interesse e riflessione. La lezione iniziò con l'ascolto della canzone di Lucio Battisti, "Tu chiamale se vuoi emozioni". Quando la canzone si concluse la professoressa ci spiegò che era molto legata a quel celebre brano perché un suo paziente glielo fece ascoltare durante un loro incontro terapeutico. Il suo paziente attraverso la canzone voleva spiegarle cosa provava, in particolare la confusione e la prepotenza che le emozioni avevano su di lui. Da lì iniziò un momento di condivisione e di dibattito tra noi studenti e la professoressa. Parlammo di come le emozioni vengono espresse attraverso il linguaggio non verbale e di come invece è meno spontaneo esprimerle attraverso il linguaggio verbale. Discutemmo di come sia importante durante un colloquio entrare in empatia con le emozioni del paziente ma anche riuscire a percepire le proprie emozioni separate da quelle del cliente. Quella fu una delle lezioni che mi è rimasta più impressa nella mente perché la professoressa, raccontandoci una sua esperienza personale, ha condiviso con noi aspetti pratici che non si trovano nei libri di testo. Ha condiviso in parte la sua conoscenza pratica e non soltanto quella teorica (A.)