

Nadia Raimondi

MI RIENTO

SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO
con Guida per l'insegnante

- Schede di riflessione
- Attività laboratoriali
- Criteri di scelta per il percorso formativo

Redattore responsabile: Rebecca Regli

Redattore: Ohara Sherko

Redazione digitale: Simone Petralia

Tecnico responsabile: Riccardo Massaro

Progetto grafico e impaginazione: Quadri folio

Copertina: Erika Barabino

Art Director: Carla Nadia Maestri

Proprietà letteraria riservata

© 2022 D Scuola SpA – Milano

Dea Scuola, Dea Live, DeArte, Dea Events, Dea Formazione, Dea Link, Deaflix sono marchi registrati e concessi in licenza da De Agostini Editore SpA.
1^a edizione: febbraio 2022

L'illustrazione dello zaino dell'orientamento è cura di Laura Scarpa.

Le fotografie di questo volume sono state fornite da: Shutterstock; Adobe Stock; iStockphoto; Granger Historical Picture Archive/Alamy Stock Photo; RooM/Getty Images; Pictorial Press Ltd/Alamy Stock Photo/IPA; UIP/WebPhoto; Eagle Pictures/WebPhoto; Nick Fielding/Alamy Stock Photo; AF Archive/Alamy Stock Photo; Mondadori Portfolio/Bridgemanart.

L'Editore dichiara la propria disponibilità a regolarizzare eventuali omissioni o errori di attribuzione.

Nel rispetto del DL 74/92 sulla trasparenza nella pubblicità, le immagini escludono ogni e qualsiasi possibile intenzione o effetto promozionale verso i lettori.

Fotocopie del presente manuale sono concesse ai docenti per uso strettamente didattico, fermo restando il pagamento alla SIAE del compenso previsto dall'articolo 68, commi 4 e 5, della legge 22 aprile n. 633. È vietato lo spaccio al pubblico delle copie di cui ai commi precedenti e, in genere, ogni utilizzazione in concorrenza con i diritti di utilizzazione economica spettanti all'autore.

Il software è protetto dalle leggi italiane e internazionali. In base ad esse è quindi vietato decompilare, disassemblare, ricostruire il progetto originario, copiare, manipolare in qualsiasi modo i contenuti di questo software. Analogamente le leggi italiane e internazionali sul diritto d'autore proteggono il contenuto di questo software sia esso testo, suoni e immagini (fisse o in movimento). Ne è quindi espressamente vietata la diffusione, anche parziale, con qualsiasi mezzo. Ogni utilizzo dei contenuti di questo software diverso da quello per uso personale deve essere espressamente autorizzato per iscritto dall'Editore, che non potrà in nessun caso essere ritenuto responsabile per eventuali malfunzionamenti e/o danni di qualunque natura.

Eventuali segnalazioni di errori, refusi, richieste di chiarimento/funzionamento dei supporti multimediali o spiegazioni sulle scelte operate dagli autori e dalla Casa Editrice possono essere inviate all'indirizzo di posta elettronica info@deascuola.it.

Indice

Introduzione - Un nuovo viaggio

6

- **Apprendimento attivo** 7
 - 1. Ricordi di viaggio 7
 - 2. Prepara i bagagli 8

Parte 1 - Che cosa significa scegliere

10

- **Scegliere per te non è una novità** 10
 - **Apprendimento attivo** 11
 - 1. Come si sceglie 11
 - 2. Tu come scegli di solito? 12
 - 3. Le volte che hai scelto 12
 - 4. Le scelte degli altri 14
 - **Un film per riflettere** **Il coraggio di scegliere** 18

Parte 2 - I criteri di scelta

19

- **Orientarsi: seguire la propria natura e non solo** 19
 - **Partire da sé... per dove?** 19
- **Caratteristiche personali** 21
 - **Apprendimento attivo** 22
 - 1. Tu chi sei? 22
 - 2. Qual è la parte migliore di te? 24
 - 3. Il tuo ritratto a tutto tondo 25
- **Punti di forza e debolezza** 26
 - **Apprendimento attivo** 27
 - 1. Quali sono i tuoi punti di forza? 27
 - 2. Quali sono le tue difficoltà? 28
 - 3. "Rendi la tua debolezza il tuo punto di forza" 29
 - 4. Di fronte alle tue difficoltà, quanta fiducia hai nelle tue capacità? 32
 - **Il tuo senso di autoefficacia** 33

Apprendimento attivo	34
• 1. Misura la tua autoefficacia	34
Interessi extrascolastici e scolastici	35
Mi piace, non mi piace	35
Che cos'è un interesse?	35
Apprendimento attivo	36
• 1. Quali sono i tuoi interessi extrascolastici?	36
• 2. Quali sono i tuoi interessi scolastici?	37
• 3. Le dieci <i>miglior cose in assoluto</i>	39
• 4. Non riesci a trovare ciò che ti interessa? Niente paura, non capita solo a te!	40
Attitudini, capacità e competenze trasversali	42
Che cos'è un'attitudine?	42
Apprendimento attivo	43
• 1. Che attitudine/i hai... in generale?	43
• 2. Che attitudine/i hai... a scuola?	43
Il tuo zaino dell'orientamento	47
Che cos'è una capacità?	51
Apprendimento attivo	51
• 1. La storia di Jonathan Livingston: come si acquisisce una capacità	51
• 2. Quali sono le tue capacità?	54
Le competenze trasversali (soft skills)	56
Apprendimento attivo	57
• 1. Quali sono le tue competenze trasversali?	57
Sogni e desideri	59
Apprendimento attivo	60
• 1. I tuoi desideri per il presente	60
• 2. I sogni per il tuo futuro	61
• 3. Cinque passi per progettare	61
Un film per riflettere Sogni e passioni	62
Imparare a imparare	63
Stili di apprendimento	64
Apprendimento attivo	65
• 1. Tu di che stile sei?	65
Metodo di studio	67
La Teoria delle Intelligenze Multiple	67

Apprendimento attivo	68
• 1. <i>Come sei intelligente?</i>	68
Il tuo atteggiamento verso lo studio	71
Apprendimento attivo	71
• 1. Il tuo "modo di essere studente"	71
Le opinioni che contano	74
Che cos'è la percezione?	74
Aumentare i punti di vista, aumentare la conoscenza	76
Apprendimento attivo	76
• 1. Le opinioni dei tuoi genitori	76
• 2. Le opinioni dei tuoi insegnanti	80
• 3. Il punto di vista di chi ti conosce bene	83

Parte 3 - L'offerta formativa 84

Conoscere per progettare	84
Apprendimento attivo	85
• 1. Osserva la "città delle scuole"	85
• La città delle scuole	86
• 2. Consulta i siti ufficiali	88
• 3. Individua le scuole che attirano maggiormente la tua attenzione	88

Parte 4 - Il tuo progetto per il futuro 89

Progettare e scegliere	89
Apprendimento attivo	90
• 1. Uno sguardo nello zaino	90
• 2. Un occhio alle possibilità	90
• 3. Una visita alle scuole	92
Un nuovo punto di partenza	93

Bibliografia, filmografia e sitografia 94

Guida all'uso del fascicolo di orientamento 97

Introduzione

Un nuovo viaggio

È arrivato il momento di prepararsi per **un nuovo viaggio**, quello che **ti condurrà alla scuola superiore**. È un viaggio dentro di te e intorno a te, in cui **sarai tu il protagonista** principale. Un viaggio che ti permetterà di scoprire, di osservare, di incontrare, di riflettere, di scegliere. Come ogni volta che si intraprende un viaggio, **bisogna prepararsi**: aver ben presente dove si vuole andare, trovare i compagni di viaggio, conoscere la mappa per arrivare alla meta, preparare i bagagli con attenzione, scegliere il contesto (luogo) preciso che si vuole raggiungere. Allo stesso modo, la scelta della scuola superiore è una **scelta da fare con cura**. Non si tratta di scegliere la scuola “giusta”, ma quella più “pensata”: quando intraprendi un viaggio, devi sapere cosa portare con te, pensare a ciò che ti serve per scegliere, quali aspetti devi prendere in considerazione per decidere.

La scuola superiore, che è la meta di questo tuo viaggio, **dovrà essere in sintonia con chi sei tu**, con ciò che sai fare, con ciò che ti interessa imparare, con il tuo modo di studiare e di apprendere, con ciò che desideri diventare.

Questo percorso di orientamento sarà **un viaggio di scoperta ed esplorazione di te**, utile per pensare e scegliere la scuola superiore che meglio risponde a ciò che sei e desideri diventare.

Le prossime pagine ti aiuteranno a orientarti attraverso letture, riflessioni e attività, utili a farti conoscere le tue caratteristiche personali, i tuoi interessi, le tue attitudini e capacità, i tuoi sogni e il tuo modo di apprendere.

Quindi preparati a intraprendere questo viaggio...



E non c'è niente di più bello dell'istante che precede il viaggio, l'istante in cui l'orizzonte del domani viene a renderci visita e a raccontarci le sue promesse.

(Milan Kundera, *La vita è altrove*)

Arrivando a ogni nuova città il viaggiatore ritrova un suo passato che non sapeva più d'averne: l'estraneità di ciò che non sei più o non possiedi più t'aspetta al varco nei luoghi estranei e non posseduti.

(Italo Calvino, *Le città invisibili*)



Le nostre valigie erano di nuovo ammucchiate sul marciapiede; avevamo molta strada da fare.

Ma non importava, la strada è la vita.

(Jack Kerouac, *On the road*)

Ogni posto è una miniera. Basta lasciarcisi andare, darsi tempo, stare seduti in una casa da tè ad osservare la gente che passa, mettersi in un angolo del mercato, andare a farsi i capelli e poi seguire il bandolo di una matassa che può cominciare con una parola, con un incontro, con l'amico di un amico di una persona che si è appena incontrata e il posto più scialbo, più insignificante della terra diventa uno specchio del mondo, una finestra sulla vita, un teatro di umanità dinanzi al quale ci si potrebbe fermare senza più il bisogno di andare altrove. La miniera è esattamente là dove si è: basta scavare.

(Tiziano Terzani, *Un indovino mi disse*)

Apprendimento attivo

1. RICORDI DI VIAGGIO

- Pensa a un viaggio che hai fatto. Prova a descriverlo rispondendo alle domande.

1 Qual era la meta del viaggio?

2 Chi ha deciso la meta?

3 Con chi sei partito?

4 Che cosa hai messo nel bagaglio?

5 Che cosa speravi di trovare nel tuo viaggio?

6 Hai trovato ciò che desideravi?

7 Che cosa o chi hai incontrato?

8 Ricordi qualche episodio particolare?

9 Ricordi come ti sentivi, le tue emozioni?

10 Che cosa pensi di aver conosciuto di te o degli altri?



2. PREPARA I BAGAGLI

- Immagina di partire per un nuovo viaggio. Dovrai scegliere di portare con te un bagaglio (valigia, trolley, zainetto, borsette, zaino...) e riempirlo di ciò che ti potrebbe servire.



1 Qual è la tua meta?

2 Che bagaglio hai scelto?

3 Che cosa porti con te?



IL TUO ZAINO

La meta di questo viaggio è la scuola superiore. Per affrontare il cammino che ti porterà alla scelta finale avrai bisogno di un bagaglio speciale: **uno zaino che potrai riempire con quanto imparerai di te**, i tuoi interessi, le tue caratteristiche personali, le tue attitudini, capacità e competenze, i tuoi sogni e desideri, il tuo modo di studiare e di apprendere, le opinioni dei tuoi genitori e dei tuoi insegnanti.



A p. 47 puoi trovare il tuo "zaino dell'orientamento" che riempirai avanzando con la lettura del volume.

Lo puoi staccare dal volume e tenere a portata di mano mentre svolgi le attività e le riflessioni relative ai criteri di scelta.

Alla fine di ciascun Apprendimento attivo, ti verrà chiesto di inserire nell'apposito spazio quello che hai imparato.



Parte 1

Che cosa significa scegliere

Scegliere per te non è una novità

Ogni giorno, quello che scegli, quello che pensi e quello che fai è ciò che diventi. (Eracito)

Tante volte ti sarà capitato di scegliere, di **prendere decisioni**.

In tante situazioni non ti accorgi di farlo, perché spesso scegli in **modo automatico**, soprattutto quando le **decisioni sono semplici** e hanno scarso interesse per te.

Quando invece le decisioni sono importanti, ti senti più coinvolto e anche più preoccupato di fare la scelta giusta. Il **processo di scelta**, in psicologia chiamato anche **decision making**, consiste nello **scegliere tra diverse opzioni possibili, quella considerata più favorevole**, più adeguata. Questo significa che quando scegli, devi essere capace di osservare, di porre attenzione e di valutare le conseguenze di ciascuna opzione di scelta, esprimendo il tuo parere sulle diverse possibilità che si presentano.

Le modalità con cui si affrontano le scelte dipendono anche dall'età: più si cresce più si hanno scelte da fare e si diventa capaci di riflettere e di pensare alle conseguenze delle decisioni che si prendono. Il **modo in cui si sceglie** è influenzato anche dalla **capacità di essere autonomi** o di **lasciarsi influenzare**.

Prova a pensare e a chiederti:

- di solito decidi da solo in modo responsabile?
- ti lasci condizionare dagli altri?
- aspetti che gli altri prendano decisioni al posto tuo?
- prima di decidere rifletti e raccogli le informazioni che ti servono per fare delle scelte più consapevoli?

È arrivato anche per te il momento di prepararti a una scelta importante: la scuola superiore!

Metti in gioco le tue capacità di *decision making*... inizia ad allenarti.



Apprendimento attivo

1. COME SI SCEGLIE

Si può scegliere in **due modi diversi**:

1. in **modo autonomo (A)**: ragionando da soli e senza farsi influenzare dagli altri.
Es. *Sofia per festeggiare il suo compleanno deve scegliere se organizzare un pic-nic all'aperto con alcune sue amiche o invitarle a vedere un film al cinema. Prima di decidere riflette sulle due alternative, valutando i pro e i contro di ciascuna.*
2. in **modo dipendente (D)**: aspettando che gli altri ci dicano qualcosa e seguendo il loro giudizio.
Es. *Matteo deve decidere se continuare a fare nuoto o cambiare sport. Non sa cosa fare e attende che siano i suoi genitori a scegliere per lui.*



- Per ciascuno degli esempi seguenti indica se, secondo te, la modalità di scelta proposta è autonoma (A) o dipendente (D) e spiega brevemente il motivo.

Modalità di scelta	A	D	Perché?
Prima di decidere riflettere sulla situazione.			
Avere sempre le idee chiare e sapere sempre cosa scegliere.			
Avere paura di sbagliare e rimandare la scelta.			
Chiedere agli altri cosa farebbero al posto nostro.			
Prendere in considerazione le varie soluzioni e alternative prima di decidere.			
Aspettare che gli altri decidano al posto nostro.			
Confrontarsi con gli adulti.			
Avere paura e chiedere consiglio ai propri genitori.			
Rimandare la scelta fino all'ultimo.			
Lasciare che le cose accadano.			
Aspettare perché pensiamo che non sia ancora il momento di scegliere.			
Scegliere la prima alternativa che si presenta.			
Sentirsi capace di prendere buone decisioni.			
Affrontare i dubbi cercando informazioni.			

2. TU COME SCEGLI DI SOLITO?

- Per ciascuno degli esempi seguenti indica la modalità di scelta che corrisponde di più a ciò che fai tu, al tuo modo di decidere.

	Mai	A volte	Sempre
Prima di decidere rifletto sulla situazione.			
Ho sempre le idee chiare e so sempre cosa scegliere.			
Temo di sbagliare e rimando la scelta.			
Chiedo agli altri cosa farebbero al posto mio.			
Prendo in considerazione le varie alternative prima di decidere.			
Aspetto che gli altri decidano al posto mio.			
Mi confronto con gli adulti.			
Ho paura e chiedo consiglio ai miei genitori.			
Rimando la scelta fino all'ultimo.			
Lascio che le cose accadano.			
Aspetto perché penso che non sia ancora il momento di scegliere.			
Scelgo la prima alternativa che si presenta.			
Mi sento capace di prendere buone decisioni.			
Affronto i dubbi cercando informazioni.			

3. LE VOLTE CHE HAI SCELTO



- Prova a ripensare all'ultima scelta che hai fatto.

1 Descrivi la situazione.

2 Descrivi le diverse opzioni di scelta, le possibili alternative concrete che avevi.

3 Descrivi le conseguenze, positive e negative, di ogni alternativa.

Alternativa I:

Conseguenze positive	Conseguenze negative
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Alternativa II:

Conseguenze positive	Conseguenze negative
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Alternativa III:

Conseguenze positive	Conseguenze negative
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

4 Descrivi qual è stata la tua decisione tra le diverse alternative e il motivo della tua scelta.

.....

.....

.....

.....

.....

4. LE SCELTE DEGLI ALTRI

- Il racconto di Dino Buzzati *Colombre* narra la storia di Stefano che da bambino, durante un viaggio in mare insieme al padre, vede un mostro marino, il colombre, uno squalo spaventoso che sembra sia visibile solo alla sua vittima. Stefano è stato “scelto” dal mostro, che dovrà inseguirlo finché non riuscirà a divorarlo. Ma anche Stefano si troverà a dover scegliere a sua volta. Leggi il brano e rifletti, rispondendo alle domande.

Il colombre

Quando Stefano Roi compì i dodici anni, chiese in regalo a suo padre, capitano di mare e padrone di un bel veliero, che lo portasse con sé a bordo.

«Quando sarò grande» disse «voglio andar per mare come te. E comanderò delle navi ancora più belle e grandi della tua».

«Che Dio ti benedica, figliolo» rispose il padre. E siccome proprio quel giorno il suo bastimento doveva partire, portò il ragazzo con sé.

Era una giornata splendida di sole e il mare era tranquillo. Stefano, che non era mai stato sulla nave, girava felice in coperta, ammirando le complicate manovre delle vele. E chiedeva di questo e di quello ai marinai che, sorridendo, gli davano tutte le spiegazioni.

Come fu giunto a poppa, il ragazzo si fermò, incuriosito, a osservare una cosa che spuntava a intermittenza in superficie, a distanza di due-trecento metri, in corrispondenza della scia della nave.

Benché il bastimento già volasse, portato da un magnifico vento al giardinetto, quella cosa manteneva sempre la distanza. E, sebbene egli non ne comprendesse la natura, aveva qualcosa di indefinibile, che lo attraeva intensamente.

Il padre, non vedendo Stefano più in giro, dopo averlo chiamato a gran voce invano, scese dalla plancia e andò a cercarlo.

«Stefano, che cosa fai lì impalato?» gli chiese scorgendolo infine a poppa, in piedi, che fissava le onde.

«Papà, vieni qui a vedere.»

Il padre venne e guardò anche lui, nella direzione indicata dal ragazzo, ma non riuscì a vedere niente.

«C'è una cosa scura che spunta ogni tanto dalla scia» disse «e che ci viene dietro».

«Nonostante i miei quarant'anni» disse il padre «credo di avere ancora una vista buona. Ma non vedo assolutamente niente».

Poiché il figlio insisteva, andò a prendere il cannocchiale e scrutò la superficie del mare, in corrispondenza della scia. Stefano lo vide impallidire.



«Cos'è? Perché fai quella faccia?»

«Oh, non ti avessi ascoltato» esclamò il capitano. «Io adesso temo per te. Quella cosa che tu vedi spuntare dalle acque e che ci segue, non è una cosa. Quello è un colombre. È il pesce che i marinai sopra tutti temono, in ogni mare del mondo. È uno squalo tremendo e misterioso, più astuto dell'uomo. Per motivi che forse nessuno saprà mai, sceglie la sua vittima, e quando l'ha scelta la insegue per anni e anni, per una intera vita, finché è riuscito a divorarla. E lo strano è questo: che nessuno riesce a scorgerlo se non la vittima stessa e le persone del suo stesso sangue.»

«Non è una favola?»

«No. Io non l'avevo mai visto. Ma dalle descrizioni che ho sentito fare tante volte, l'ho subito riconosciuto. Quel muso da bisonte, quella bocca che continuamente si apre e chiude, quei denti terribili. Stefano, non c'è dubbio, purtroppo, il colombre ha scelto te e finché tu andrai per mare non ti darà pace. Ascoltami: ora noi torniamo subito a terra, tu sbarcherai e non ti staccherai mai più dalla riva, per nessuna ragione al mondo. Me lo devi promettere. Il mestiere del mare non è per te, figliolo. Devi rassegnarti. Del resto, anche a terra potrai fare fortuna.» Ciò detto, fece immediatamente invertire la rotta, rientrò in porto e, col pretesto di un improvviso malessere, sbarcò il figliolo.

Quindi ripartì senza di lui.

Profondamente turbato, il ragazzo restò sulla riva finché l'ultimo picco dell'alberatura sprofondò dietro l'orizzonte. Di là dal molo che chiudeva il porto, il mare restò completamente deserto. Ma, aguzzando gli sguardi, Stefano riuscì a scorgere un puntino nero che affiorava a intermittenza dalle acque: il "suo" colombre, che incrociava lentamente su e giù, ostinato ad aspettarlo.

Da allora il ragazzo con ogni espediente fu distolto dal desiderio del mare. Il padre lo mandò a studiare in una città dell'interno, lontana centinaia di chilometri. E per qualche tempo, distratto dal nuovo ambiente, Stefano non pensò più al mostro marino. Tuttavia, per le vacanze estive, tornò a casa e per prima cosa, appena ebbe un minuto libero, si affrettò a raggiungere l'estremità del molo, per una specie di controllo, benché in fondo lo ritenesse superfluo. Dopo tanto tempo, il colombre, ammesso anche che tutta la storia narratagli dal padre fosse vera, aveva certo rinunciato all'assedio.

Ma Stefano rimase là, attonito, col cuore che gli batteva. A distanza di due-trecento metri dal molo, nell'aperto mare, il sinistro pesce andava su e giù, lentamente, ogni tanto sollevando il muso dall'acqua e volgendolo a terra, quasi con ansia guardasse se Stefano Roi finalmente veniva.

Così, l'idea di quella creatura nemica che lo aspettava giorno e notte divenne per Stefano una segreta ossessione. E anche nella lontana città gli capitava di svegliarsi in piena notte con inquietudine. Egli era al sicuro, sì, centinaia di chilometri lo separavano dal colombre. Eppure egli sapeva che, di là dalle montagne, di là dai boschi, di là dalle pianure, lo squalo era ad aspettarlo. E, si fosse egli trasferito pure nel più remoto continente, ancora il colombre si sarebbe appostato nello specchio di mare più vicino, con l'inesorabile ostinazione che hanno gli strumenti del fato.

Stefano, ch'era un ragazzo serio e volenteroso, continuò con profitto gli studi e, appena fu uomo, trovò un impiego dignitoso e remunerativo in un emporio di quella città. Intanto il padre venne a morire per malattia, il suo magnifico veliero fu dalla vedova venduto e il figlio si trovò ad essere erede di una discreta fortuna. Il lavoro, le amicizie, gli svaghi, i primi amori: Stefano si era ormai fatto la sua vita,

ciononostante il pensiero del colombre lo assillava come un funesto e insieme affascinante miraggio; e, passando i giorni, anziché svanire, sembrava farsi più insistente.

Grandi sono le soddisfazioni di una vita laboriosa, agiata e tranquilla, ma ancora più grande è l'attrazione dell'abisso. Aveva appena ventidue anni Stefano, quando, salutati gli amici della città e licenziatosi dall'impiego, tornò alla città natale e comunicò alla mamma la ferma intenzione di seguire il mestiere paterno. La donna, a cui Stefano non aveva mai fatto parola del misterioso squalo, accolse con gioia la sua decisione.

L'aver il figlio abbandonato il mare per la città le era sempre sembrato, in cuor suo, un tradimento alle tradizioni di famiglia.

E Stefano cominciò a navigare, dando prova di qualità marinare, di resistenza alle fatiche, di animo intrepido. Navigava, navigava, e sulla scia del suo bastimento, di giorno e di notte, con la bonaccia e con la tempesta, arrancava il colombre. Egli sapeva che quella era la sua maledizione e la sua condanna, ma proprio per questo, forse, non trovava la forza di staccarsene. E nessuno a bordo scorgeva il mostro, tranne lui.

«Non vedete niente da quella parte?» chiedeva di quando in quando ai compagni, indicando la scia.

«No, noi non vediamo proprio niente. Perché?»

«Non so. Mi pareva...»

«Non avrai mica visto per caso un colombre» facevano quelli, ridendo e toccando ferro.

«Perché ridete? Perché toccate ferro?»

«Perché il colombre è una bestia che non perdona. E se si mettesse a seguire questa nave, vorrebbe dire che uno di noi è perduto.»

Ma Stefano non mollava. La ininterrotta minaccia che lo incalzava pareva anzi moltiplicare la sua volontà, la sua passione per il mare, il suo ardimento nelle ore di lotta e di pericolo.

Con la piccola sostanza lasciatagli dal padre, come egli si sentì padrone del mestiere, acquistò con un socio un piccolo piroscampo da carico, quindi ne divenne il solo proprietario e, grazie a una serie di fortunate spedizioni, poté in seguito acquistare un mercantile sul serio, avviandosi a traguardi sempre più ambiziosi. Ma i successi, e i milioni, non servivano a togliergli dall'animo quel continuo assillo; né mai, d'altra parte, egli fu tentato di vendere la nave e di ritirarsi a terra per intraprendere diverse imprese.

Navigare, navigare, era il suo unico pensiero. Non appena, dopo lunghi tragitti, metteva piede a terra in qualche porto, subito lo pungeva l'impazienza di ripartire. Sapeva che fuori c'era il colombre ad aspettarlo, e che il colombre era sinonimo di rovina. Niente.

Un indomabile impulso lo traeva senza requie, da un oceano all'altro.

Finché, all'improvviso, Stefano un giorno si accorse di essere diventato vecchio, vecchissimo; e nessuno intorno a lui sapeva spiegarsi perché, ricco com'era, non lasciasse finalmente la dannata vita del mare. Vecchio, e amaramente infelice, perché l'intera esistenza sua era stata spesa in quella specie di pazzesca fuga attraverso i mari, per sfuggire al nemico. Ma più grande che le gioie di una vita agiata e tranquilla era stata per lui sempre la tentazione dell'abisso.

E una sera, mentre la sua magnifica nave era ancorata al largo dei porto dove era nato, si sentì prossimo a morire. Allora chiamò il secondo ufficiale, di cui aveva grande fiducia, e gli ingiunse di non op-

porsi a ciò che egli stava per fare. L'altro, sull'onore, promise. Avuta questa assicurazione, Stefano, al secondo ufficiale che lo ascoltava sgomento, rivelò la storia del colombre, che aveva continuato a inseguirlo per quasi cinquant'anni, inutilmente. «Mi ha scortato da un capo all'altro del mondo» disse «con una fedeltà che neppure il più nobile amico avrebbe potuto dimostrare. Adesso io sto per morire. Anche lui, ormai, sarà terribilmente vecchio e stanco. Non posso tradirlo».

Ciò detto, prese commiato, fece calare in mare un barchino e vi salì, dopo essersi fatto dare un arpione. «Ora gli vado incontro» annunciò. «È giusto che non lo deluda. Ma lotterò, con le mie ultime forze.» A stanchi colpi di remi, si allontanò da bordo. Ufficiali e marinai lo videro scomparire laggiù, sul placido mare, avvolto dalle ombre della notte.

C'era in cielo una falce di luna.

Non dovette faticare molto. All'improvviso il muso orribile del colombre emerse di fianco alla barca.

«Eccomi a te, finalmente» disse Stefano. «Adesso, a noi due!» E, raccogliendo le superstiti energie, alzò l'arpione per colpire.

«Uh» mugolò con voce supplichevole il colombre «che lunga strada per trovarti. Anch'io sono distrutto dalla fatica. Quanto mi hai fatto nuotare. E tu fuggivi, fuggivi. E non hai mai capito niente.»

«Perché?» fece Stefano, punto sul vivo.

«Perché non ti ho inseguito attraverso il mondo per divorarti, come pensavi. Dal re del mare avevo avuto soltanto l'incarico di consegnarti questo.» E lo squalo trasse fuori la lingua, porgendo al vecchio capitano una piccola sfera fosforescente.

Stefano la prese fra le dita e guardò. Era una perla di grandezza spropositata. E lui riconobbe la famosa Perla del Mare che dà, a chi la possiede, fortuna, potenza, amore, e pace dell'animo. Ma era ormai troppo tardi.

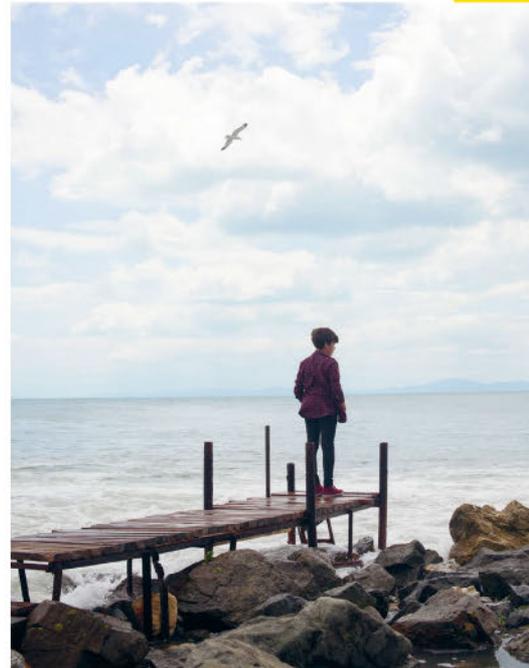
«Ahimè!» disse scuotendo tristemente il capo. «Come è tutto sbagliato. Io sono riuscito a dannare la mia esistenza: e ho rovinato la tua.»

«Addio, pover'uomo» rispose il colombre. E sprofondò nelle acque nere per sempre.

Due mesi dopo, spinto dalla risacca, un barchino approdò a una dirupata scogliera. Fu avvistato da alcuni pescatori che, incuriositi, si avvicinarono. Sul barchino, ancora seduto, stava un bianco scheletro: e fra le ossicine delle dita stringeva un piccolo sasso rotondo.

Il colombre è un pesce di grandi dimensioni, spaventoso a vedersi, estremamente raro.

A seconda dei mari, e delle genti che ne abitano le rive, viene anche chiamato *kolomber*, *kahloubra*, *kalonga*, *kalu-balu*, *chalung-gra*. I naturalisti stranamente lo ignorano. Qualcuno perfino sostiene che non esiste.



(D. Buzzati, *Il colombre e altri cinquanta racconti*, Mondadori, Milano 1992)

1 Descrivi le alternative tra le quali il protagonista ha dovuto scegliere, poi valuta le conseguenze positive e negative di ciascuna.

2 Secondo te, in che modo ha scelto il protagonista?

3 Ti ritrovi nel modo di scegliere del protagonista? È simile al tuo? Per quale motivo?

Il coraggio di scegliere

Scegliere è un'azione **coraggiosa**. Quando scegliamo temiamo di sbagliare, di rischiare troppo, abbiamo paura del giudizio degli altri, a volte ci sentiamo costretti ad adeguarci alle aspettative degli insegnanti, ai desideri dei genitori. A volte però è necessario **andare oltre le convenzioni, le aspettative degli altri e i nostri timori per affermare le nostre scelte** che possono essere anche in contrasto con quello che gli altri si aspettano da noi.

Ti proponiamo la visione di alcune scene iniziali del film *Divergent*, di Neil Burger (2014), che narra le avventure di Beatrice mentre sceglie chi diventare nel futuro, combattuta tra essere ciò che desidera e ciò che invece la società ha programmato per lei. Beatrice deve avere il coraggio di scoprire la propria natura e scegliere in base a essa. Ma seguire la propria natura non è sempre semplice e a volte richiede audacia!

I primi minuti del film raccontano il percorso di scelta di Beatrice, ciò che scopre di sé e della sua natura, le sue paure, i suoi dubbi e infine la sua scelta.

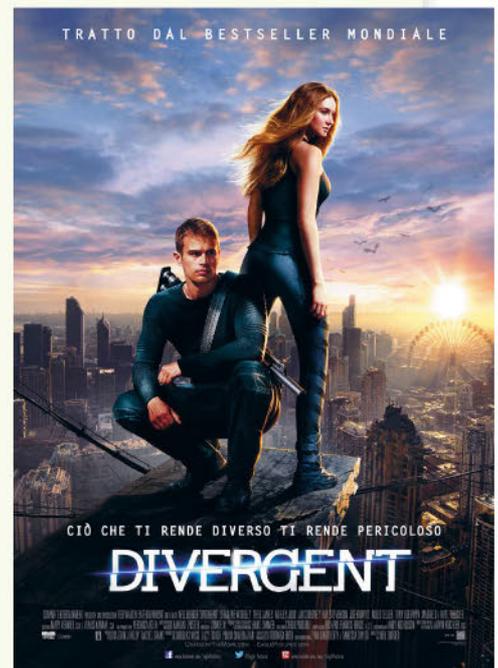
■ Dopo aver guardato le scene iniziali del film rifletti rispondendo alle seguenti domande.

1 Quali sono gli elementi che, secondo te, riguardano il processo di scelta della protagonista?

2 Quale aspetto sarà decisivo per la sua scelta?

3 Nei suoi panni che cosa pensi avresti scelto tu?

UN FILM PER RIFLETTERE



Parte 2

I criteri di scelta

Orientarsi: seguire la propria natura e non solo

Bisogna ritornare sui passi già dati, per ripeterli, e per tracciarvi a fianco nuovi cammini. Bisogna ricominciare il viaggio. Sempre. (J. Saramago)

Orientarsi è in qualche modo seguire la propria natura, **partire da sé per conoscersi**, valorizzare le proprie caratteristiche, i punti di forza e le debolezze, cogliere i propri interessi, attitudini e capacità, per mettere a fuoco i propri desideri e i sogni per il futuro.

Partire da sé significa anche riflettere sul proprio metodo di studio, ovvero sulle strategie che si utilizzano e sui modi con cui si apprende più facilmente.

Partire da sé... per dove?

Dopo aver imparato a conoscerti meglio ti sarà più facile capire come **scegliere in modo più efficace** e con maggiore **consapevolezza** quale **scuola superiore** frequentare.

Pensa, per esempio, a quando devi scegliere un capo d'abbigliamento: se conosci la tua taglia, i colori che preferisci, puoi acquistare un capo su misura che valorizzerà meglio la tua persona. Per scegliere la scuola superiore è importante prendere in considerazione alcuni elementi, chiamati **criteri di scelta**, che ti guideranno e ti aiuteranno a conoscerti meglio.



I **criteri di scelta** sono **gli aspetti che dovrai analizzare per fare una scelta più consapevole**. In ogni scelta che fai utilizzi dei criteri: se per esempio devi preparare il tuo bagaglio e devi decidere cosa portare con te per andare in vacanza dovrai valutare dove andrai (la meta), se al mare o in montagna per esempio, che tempo farà (il periodo), se è estate o inverno, quanto tempo ti fermerai (la durata). In questo caso la meta, il periodo e la durata sono i criteri che potrai utilizzare.

Per **scegliere la scuola superiore** dovrai utilizzare determinati criteri, diversi da quelli che potresti utilizzare per organizzare una vacanza, che sono **importanti affinché la tua scelta sia più adeguata a te**. Sapere quali sono i tuoi criteri di scelta ti aiuterà anche a **capire che cosa invece non dovresti tenere in considerazione** nella scelta della scuola superiore, come per esempio:

~~La scuola è vicina a casa mia.~~

~~È la scuola dove va il mio amico/la mia amica.~~

~~È una scuola nuova, con delle aule grandi e i banchi di ultima generazione.~~

~~È la scuola che ha frequentato anche mio fratello/mia sorella.~~

I criteri di scelta più adeguati nella selezione della scuola superiore riguardano invece la **consoscenza di te**, sia per come ti vedi tu sia per come ti vedono gli altri e sono:

- le tue caratteristiche personali,
- i tuoi punti di forza e debolezza,
- i tuoi interessi,
- le tue attitudini, capacità e competenze,
- i tuoi stili di apprendimento,
- il tuo metodo di studio,
- i tuoi sogni e desideri,
- le opinioni dei tuoi genitori e insegnanti.

L'insieme di questi aspetti ti aiuterà a scegliere.



Caratteristiche personali

«Tu chi sei?» [...] Alice rispose con voce timida: «Io... io non lo so, per il momento, signore... al massimo potrei dire chi ero quando mi sono alzata stamattina, ma da allora ci sono stati parecchi cambiamenti». (L. Carroll)

Stai **crescendo** e quindi stai **cambiando**, sia nell'aspetto fisico sia nel carattere. Il periodo della vita che stai attraversando è ricco di cambiamenti, spesso inaspettati, che potrebbero renderti difficile capire chi sei.

Riflettere sulle tue caratteristiche personali (il tuo carattere, le tue risorse e i tuoi punti deboli) è importante, anche se sei in una fase della vita in cui questi aspetti stanno cambiando.

Le tue **caratteristiche personali sono il punto di partenza** per capire la direzione da prendere. Ogni volta che scegli parti da te, da chi sei. Per capire quale scuola superiore è più adeguata per te **devi sapere chi sei tu**: solo così potrai capire quale tipo di formazione sarà più adatta a te.

Chi sei tu è ciò che viene chiamato **identità**: cioè l'insieme delle tue caratteristiche, dei tuoi desideri e dei tuoi progetti per il futuro. Scoprire chi sei è il compito che ti aspetta ora che stai crescendo, perché crescere significa anche imparare a conoscerti, ad apprezzarti, a migliorarti e ad accettare le parti di te che non ti piacciono.



Apprendimento attivo

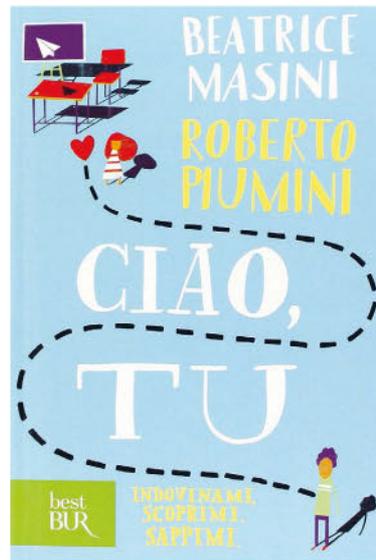
1. TU CHI SEI?

- Viola è una ragazza di quindici anni, protagonista del libro *Ciao, tu* di Beatrice Masini e Roberto Piumini. È una ragazza in cerca della sua identità, con la sensazione che sia difficile capire chi si è, soprattutto mentre si sta crescendo. Anche a te, come a Viola, capita ogni tanto di non sapere chi sei? Di sentire di “non avere neanche i contorni”? Per aiutarti a scoprire chi sei, a trovare i tuoi contorni, come li chiama Viola, leggi il brano e svolgi le seguenti attività.

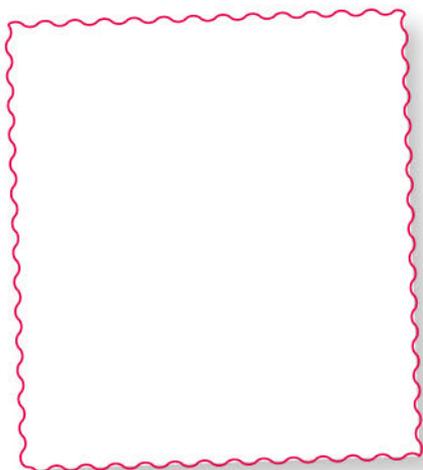
Non avere neanche i contorni

Invece volevo parlarti di un'altra cosa. Voglio dire, sempre di me, ma in un altro modo. A te non capita mai di non sapere chi sei? Voglio dire, se guardo le altre della classe mi sembra di capire che tutte sono qualcuno. Senza far nomi (troppo facile), si può dire che questa è bella (è una specie di mestiere, essere belle, non credi?), quella è una sportiva (e quindi la sua vita ha un senso, almeno in palestra), quella è impegnata (e le riunioni, i rappresentanti di classe, blabla, uffa: ma è un mestiere anche quello). Insomma, sembrano tutte più qualcosa di me. Io a volte ho l'impressione di non avere neanche i contorni. Non so dove vado, non so cosa farò da grande, non so neanche che cosa mi metterò domattina. Almeno quelle che si vestono sempre di nero una certezza ce l'hanno. E invece è proprio questo non sapere che mi sfinisce. Quando ci penso non è che mi venga proprio la depressione, no: però non sto tanto bene, un po' come quando senti che sta arrivando l'influenza. Ma che razza di malattia è?

(B. Masini, R. Piumini, *Ciao, tu*, BUR Rizzoli, Milano 1998)



- 1 Il tuo aspetto fisico determina le tue caratteristiche visibili. Scatta un selfie e incolla la tua fotografia, descrivi ciò che vedi nella foto, individuando le caratteristiche più visibili della tua persona.



.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2 Puoi descrivere come sei anche attraverso gli aspetti che riguardano il tuo carattere. Segna con una crocetta gli aggettivi che ti rappresentano meglio. Se lo desideri, aggiungi negli spazi vuoti altri aggettivi che descrivono le tue caratteristiche personali.

Attivo/a (mi impegno a fare molte cose)	
Socievole (mi piace stare in compagnia)	
Vanitoso/a (metto in mostra le mie qualità)	
Pauroso/a	
Impulsivo/a (agisco senza pensare)	
Paziente	
Disinvolto/a (sono spigliato e non sono timido)	
Curioso/a (mi piace conoscere cose nuove)	
Frettoloso/a (faccio le cose e con poca cura)	
Pigro (poco propenso a muovermi o ad agire)	
Disordinato/a	
Tranquillo/a	
Ordinato/a	
Impacciato/a (sono spesso in imbarazzo)	
Chiacchierone/a	
Emotivo/a (ipersensibile e impressionabile)	
Estroverso/a (mi relaziono facilmente)	
Allegro/a	
Sincero/a	
Orgoglioso/a	
Sognatore/sognatrice	
Furbo/a	

Bugiardo/a	
Ottimista (trovo sempre il lato positivo)	
Attento/a (mi concentro su ciò che faccio)	
Generoso/a (presto o dono volentieri le cose)	
Irascibile/a (mi arrabbio facilmente)	
Educatore/a (uso le buone maniere)	
Timido/a	
Riflessivo/a (penso prima di agire)	
Preciso/a (faccio le cose in modo accurato)	
Scontroso/a (poco socievole)	
Gentile	
Introverso/a (mi chiudo nel mio mondo interiore)	
Empatico/a (comprendo le emozioni altrui)	
Diffidente (fatico a fidarmi degli altri)	
Disponibile	
Riservato/a	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	

2. QUAL È LA PARTE MIGLIORE DI TE?

- Conosci la storia di Anna Frank? Anna Frank era una ragazza ebrea vissuta durante la Seconda guerra mondiale. Con la sua famiglia visse dal 1942 al 1944 in un nascondiglio ad Amsterdam, per sfuggire alle persecuzioni naziste, finché non fu scoperta e portata nel campo di sterminio di Auschwitz e poi in quello di Bergen-Belsen. Mentre era nascosta scrisse un diario, dove raccontò le sue giornate, le sue paure e le sue speranze. Nel brano che segue Anna riflette su di sé, sulla sua anima e sulle sue caratteristiche personali. Dopo aver letto il brano del *Diario*, come fa Anna, rifletti su di te e sulle tue caratteristiche, rispondendo alle domande.

Un'anima divisa in due

Ti ho già più volte spiegato che la mia anima è, per così dire, divisa in due. Una delle due metà accoglie la mia esuberante allegria, la mia gioia di vivere, la mia tendenza a scherzare su tutto e a prendere tutto alla leggera. Con ciò intendo pure il non scandalizzarsi per un flirt, un bacio, un abbraccio, uno scherzo poco pulito. Questa metà è quasi sempre in



agguato e scaccia l'altra, che è più bella, più pura e più profonda. La parte migliore di Anna non è conosciuta da nessuno, – vero? – e perciò sono così pochi quelli che mi possono sopportare.

Certo, sono un pagliaccio abbastanza divertente per un pomeriggio, poi ognuno ne ha abbastanza di me per un mese. Esattamente la stessa cosa che un film d'amore per le persone serie: una semplice distrazione, uno svago per una volta, da dimenticare presto, niente di cattivo ma neppur niente di buono. È brutto per me doverti dir questo, ma perché non dovrei dirlo, quando so che è la verità? La mia parte leggera e superficiale si libererà sempre troppo presto della parte più profonda, e quindi prevarrà sempre. Non ti puoi immaginare quanto spesso ho cercato di spingere via quest'Anna, che è soltanto la metà dell'Anna completa, di prenderla a pugni, di nasconderla; non ci riesco, e so anche perché non ci riesco.

Ho molta paura che tutti coloro che mi conoscono come sono sempre, debbano scoprire che ho anche un altro lato, un lato più bello e migliore. Ho paura che mi beffino, che mi trovino ridicola e sentimentale, che non mi prendano sul serio.

(A. Frank, *Diario*, Einaudi, Torino 1966)

1 Quale pensi sia la parte migliore di te?

.....

.....

.....

Punti di forza e debolezza

Ma se c'è una cosa che so, è che dentro di noi si nascondono molte più risorse di quelle che crediamo di avere. (R. Aldighieri)

In questo viaggio alla scoperta di te, per scegliere con consapevolezza la scuola superiore, è importante conoscere quali sono:

- i tuoi **punti di forza**: le tue **risorse**, le tue **qualità**;
- i tuoi **punti di debolezza**: le tue **fragilità**, le tue **difficoltà**.

Ciascuno di noi ha dei **punti di forza**, ovvero delle **risorse** su cui può contare: possono essere **aspetti del carattere** oppure delle **capacità**. Nella scelta della scuola superiore è importante che tu riconosca i tuoi punti di forza, in modo da valorizzarli e sfruttarli al meglio. Se per esempio sei una persona molto precisa e riflessiva, potresti utilizzare queste caratteristiche in percorsi di scuola superiore dove queste qualità sono utili. È però importante anche conoscere i **punti di debolezza**: tutti possiedono fragilità che possono essere di ostacolo nelle attività scolastiche o nei rapporti con le altre persone. **Non devi nasconderti né trascurarli**: sono aspetti di te che magari non ti piacciono, ma che **si possono migliorare solo conoscendoli bene**.



Sia i punti di forza che quelli di debolezza **non sono stabili**, non resteranno necessariamente sempre così nell'arco della tua vita, soprattutto ora che stai crescendo.

I tuoi punti di forza, le tue risorse, se non sfruttate resteranno sconosciute a te e agli altri. Riconoscerle e saperle utilizzare ti permetterà di essere davvero protagonista della tua vita e delle tue scelte.

I tuoi punti di debolezza potranno essere aspetti migliorabili. Riconoscerli ti permetterà di farli diventare delle risorse. Non tutti, ma quelli che possono essere utili per la tua vita.

Apprendimento attivo

1. QUALI SONO I TUOI PUNTI DI FORZA?

- Segna con una crocetta le frasi che descrivono meglio i tuoi punti di forza.

Punti di forza

	Cerco di essere autonoma/o il più possibile.	
	Non parlo mai male delle altre persone.	
	Cerco di mettermi nei panni degli altri.	
	Mi piace conoscere gente nuova.	
	So ascoltare gli altri.	
	Chiedo aiuto o consiglio quando non riesco a fare una cosa da solo/a.	
	Riesco a essere calma/o di fronte alle situazioni difficili.	
	Affronto le difficoltà trovando da sola/o una soluzione.	
	Non ho paura delle critiche.	
	Cerco sempre di approfondire aspetti o situazioni poco conosciuti.	
	So difendere le mie idee, senza arrabbiarmi.	
	Sono capace di ascoltare compagni e compagne e consigliare loro cosa fare.	
	So difendere le mie idee, senza impormi sugli altri.	
	Se mi accorgo di aver sbagliato riconosco il mio errore e lo dichiaro.	
	Se mi trovo in un gruppo di sconosciuti riesco a fare conoscenza velocemente.	
	Rispetto gli impegni.	
	Presto tranquillamente le mie cose se qualcuno ne ha bisogno.	
	Quando inizio un compito riesco a portarlo a termine nei tempi.	
	Sono costante nello studio.	
	Sono organizzata/o nelle mie attività.	
	Sono capace di condividere le mie emozioni e i miei problemi.	
	Tendo a vedere il lato positivo delle cose.	
	Se non ho capito una spiegazione, chiedo all'insegnante di ripetermela.	
	Non mi faccio scoraggiare dalle difficoltà.	

- Aggiungi tu altri aspetti che ritieni essere i tuoi punti di forza.

2. QUALI SONO LE TUE DIFFICOLTÀ?

- Segna con una crocetta le frasi che descrivono meglio le tue difficoltà.

Punti di debolezza

Ho poca fiducia nelle mie capacità.	
Ho difficoltà a costruire legami di amicizia.	
Nelle situazioni nuove faccio fatica a organizzarmi e adattarmi.	
Di fronte agli imprevisti mi blocco e mi sento in ansia.	
Ho difficoltà a difendere le mie idee	
Temo il giudizio dei compagni e delle compagne.	
Ho difficoltà a chiedere aiuto.	
Ho paura di essere presa/o in giro.	
Temo di uscire da sola/o.	
Ho paura di sbagliare di fronte a una attività scolastica.	
Mi spaventa restare senza amici.	
Non riesco a condividere facilmente con i compagni emozioni, problemi e difficoltà.	
Mi sento in ansia se devo mostrare i miei lavori.	
Faccio fatica a parlare in presenza di persone.	
Ho difficoltà a parlare con gli adulti di emozioni, problemi e difficoltà.	
Non sono autonoma/o nelle attività scolastiche.	
Ho difficoltà a concentrarmi a lungo su un compito.	
Ho difficoltà ad accettare le critiche.	
Faccio fatica a lavorare in gruppo.	
Tendo a imporre le mie idee ai compagni.	
Ho difficoltà a organizzare le mie attività.	
Mi distraigo facilmente.	
Ho difficoltà a mantenere la parola data.	
A volte non sono sincera/o con gli adulti.	
A volte non sono sincera/o con i compagni.	
Ho difficoltà ad ascoltare.	
Quando inizio un compito non riesco a portarlo a termine.	
Faccio fatica a stare nei tempi quando devo svolgere un'attività.	
Mi scoraggio facilmente di fronte alle difficoltà.	
Mi spaventano gli imprevisti.	
Faccio fatica a relazionarmi con persone che non conosco.	
Non mi fido degli altri.	

- Aggiungi tu altri aspetti che ritieni essere tuoi punti di debolezza.

3. "RENDI LA TUA DEBOLEZZA IL TUO PUNTO DI FORZA"

- Leggi il brano tratto da *Genere: felicità* di Riccardo Aldighieri, che racconta la storia vera di Riccardo, un ragazzo di 21 anni con una grande passione per la moda, a cui alla nascita è stata diagnosticata una paralisi cerebrale infantile, malattia dell'apparato motorio che lo ostacola nella sua vita quotidiana. Ciononostante Riccardo è riuscito a coronare il suo sogno di diventare stilista. Nel libro il protagonista si sofferma sulla sua storia, ricca di difficoltà e problemi legati alla sua fragilità, e di come sia riuscito a trasformare le sue debolezze in risorse. Nel brano racconta anche come il padre abbia saputo aiutarlo a superare i suoi limiti e ad avere fiducia nelle sue possibilità, nonostante tutto. Al termine della lettura, prova a ripensare alle tue debolezze e a immaginare che alcune possano trasformarsi e diventare anche il tuo punto di forza, così come hanno fatto Riccardo e suo papà.

Non dare mai troppa retta ai tuoi limiti

Visto il successo del video *Brivido*, un giorno, finite le vacanze di Natale della seconda, ho chiamato Davide e gli ho chiesto di aiutarmi con un altro filmato.

Dopo la scuola, è passato a prendermi in bici, con Red che gli zampettava a fianco, e io sono salito sulla mia, sistemando il borsone nel grosso cestino.

«A che ti serve, quello?» mi ha chiesto Davide.

In effetti, gli avevo taciuto un piccolo particolare: avremmo girato il video in piscina.

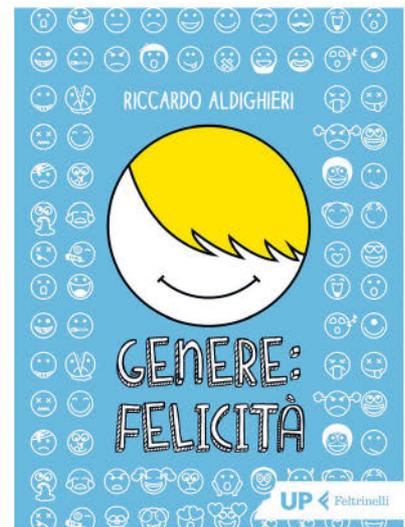
La febbre della piscina mi è salita a quattordici anni.

Hai presente la sensazione di leggerezza che hai in acqua, quando ti sembra di non pesare quasi niente e i movimenti sono sostenuti da una forza che ti tiene a galla? Ecco, immagina lo stesso effetto su uno che sulla terraferma si sente lieve quanto un pachiderma e aggraziato quanto un apatosaur¹.

«Ma come ti viene in mente?» ha protestato Davide. «Me lo potevi dire, che volevi fare il video in acqua, no?»

«Guarda che tu devi solo filmare, mica nuotare, pigrone», ho spiegato. Mentre godevo a dargli del pigrone, ho intravisto qualche problemino. Sul bordo vasca servivano il costume e le ciabatte, per esempio. Ma ormai eravamo partiti, stavamo per girare, e il resto erano dettagli.

Entrando in vasca ho assaporato l'istante in cui l'acqua fresca ti avvolge come una membrana, e sei pronto a lasciarti inghiottire. Sono sceso sul fondo, disteso. Immerso, sotto un metro d'acqua. Due secondi. Un'eternità. Ho guardato le bolle d'aria che salivano, leggere. Poi mi sono tirato su e mi sono messo al centro della corsia. Niente deambulatori né persone intorno a sorreggermi, in piscina. Posso camminare. E tutti gli altri sono così concentrati ad allenarsi, a nuotare, da non fare caso a me.



¹ **apatosauro:** dinosauro erbivoro, quadrupede, dal collo lungo. Tra il XIX e il XX secolo si teorizzò che questa specie di dinosauro vivesse gran parte della vita in acqua (nonostante il suo habitat fosse quello terrestre) per sostenere e gestire più facilmente il proprio peso massiccio.

Davide intanto non era per niente contento mentre in mutande, con ciabatte infradito grandi come zattere (recuperate dall'addetto alle pulizie nel cesto degli oggetti smarriti) e una cuffia comprata al volo filmava i miei passi sul fondo della vasca. Chissà cosa stava facendo Red, legato fuori...

Un po' scocciato ma coinvolto, Davide reggeva la telecamera ai margini del mio campo visivo, e mi ha fatto cenno che era pronto.

Ho fatto un bel respiro e ho iniziato a camminare. Passo, passo, passo.

Sentivo il fruscio delle bracciate poco distanti, le grida degli istruttori con i bambini dei corsi, ma pensavo alla musica che avremmo potuto mettere nel video. Pensavo ai bambini piccoli che imparano a camminare e cadono. Pensavo ai vecchi che inciampano sui bastoni. O forse pensavo solo a fare dei passi. I miei.

Quella prospettiva non ha reso più divertenti le ore di fisioterapia, con gli infiniti esercizi, o più piacevole l'andare avanti e indietro reggendomi ai pali di bambù che i miei ogni tanto tiravano fuori in salotto, tenendoli tesi per farmici camminare in mezzo in una noia senza fine. Ma mi aveva dato una speranza. A volte, quando non ne hai abbastanza di tuo, non è male che qualcuno te ne regali un po'. I miei la vivevano in modo diverso. Prendi mia madre: è delicata e forte, lei, tipo quei fiori di montagna che crescono nei posti più impensati, testardi e bellissimi. Divisa tra affetto e ansia, non ha mai avuto il minimo dubbio: per me si doveva lottare a testa bassa, celebrando ogni più piccolo progresso, ma anche sostenendomi nelle mille delusioni, che fossero immense e brucianti o minuscole e banali, come quelle di ogni giorno. Tra me e mamma scorre da sempre totale complicità.

Papà, invece, insegnante di educazione fisica, tutto azione e movimento, aveva sempre immaginato un figlio più spericolato di lui, uno con cui lanciarsi dalla cima delle montagne con gli sci ai piedi, o da un aereo in volo con il paracadute in spalla. Uno da guardar correre su e giù per il campo da calcio, gridandogli di non mollare.

Ecco, a quel papà lì, è capitata questa tartaruga dai pugni chiusi. Non deve essere stato facile, per lui, svegliarsi dal sogno e adattarsi alla realtà.

Ma se c'è una cosa che so, è che dentro di noi si nascondono molte più risorse di quelle che crediamo di avere.

Guarda, per esempio, papà che ai compleanni dei bambini corre scatenato, con me sulle spalle. Tiene saldamente le mie gambe e mi fa galoppare, scorrazzare, come e più degli altri, quando rischierai di stare seduto in disparte con gli occhi lucidi, o di farmi male imitando i compagni, se non avessi un papà straordinario.

Eccolo di nuovo: io avevo voglia di vedere il mondo dall'alto? Mi metteva seduto in cima alla libreria, e guai se ci vedeva mamma... Piazzare un bimetto in cima a un mobile è già abbastanza azzardato se il pupo ha il senso dell'equilibrio, figuriamoci uno come me, che alla minima disattenzione si trasformerebbe in una gelatina di Riccardo spiacciata sul pavimento.

Ma papà sta attento, e anche quando esagera ce la caviamo: ci vedi scendere giù sulla neve fresca, fuori dalla pista da sci?

Siamo proprio noi... durante una lezione di sci con un'istruttrice esperta di ragazzini con problemi motori.

Terrore puro all'inizio. Paura di andare in pezzi, di non rialzarmi più. Paura di avere gli altri addosso. Poi la maestra, che trasmetteva la stessa serenità energetica della mia fisioterapista Carmen, mi aveva fatto fare una discesa con lei, i miei sci collegati ai suoi da speciali catenelle. Vento, velocità, brivido. E finalmente una gioia sfavillante, come tutta la luce che scintillava sulla pista battuta. Non stavo più nella pelle e volevo scivolare e scivolare sempre più veloce.

A mio padre non pareva vero, era incontenibile, e dopo pranzo mi aveva portato a sperimentare la neve fresca.

Un grande divertimento, l'ebbrezza della libertà all'inizio, ma ecco che incrocio lo sci con quello di papà e lui mi vola addosso, letteralmente, seppellendomi sotto un cumulo di neve con il suo menisco ko.

Per tirarmi fuori c'è voluto l'intervento di un gruppetto di sciatrici tedesche che passavano in quel tratto fuori pista, mentre papà si risistemava da solo il ginocchio e io rischiavo l'assideramento, terrorizzato (lascio a te il compito di immaginare la reazione della mamma al racconto e del perché non siamo più tornati a sciare).

È andata così: papà ha trovato dentro di sé la forza per sostenermi, giorno dopo giorno, e la strada per raggiungermi si è sgombrata da sola.

Senza troppe parole, mi ha trasmesso un insegnamento fondamentale: non dare mai troppa retta ai tuoi limiti.

(R. Aldighieri, *Genere: felicità*, Feltrinelli, Milano 2019)

1 Nel brano hai letto come Riccardo e i suoi genitori hanno affrontato le difficoltà legate alla sua malattia. Come descriveresti queste difficoltà e i diversi modi di affrontarle di Riccardo e dei suoi genitori?

.....

.....

.....

2 E tu? Rileggi le difficoltà che hai indicato nella tabella di p. 28. Scegline tre che potresti migliorare.

- a.
- b.
- c.

3 Che cosa pensi che ti servirebbe per migliorarle? Come potresti fare?

.....

.....

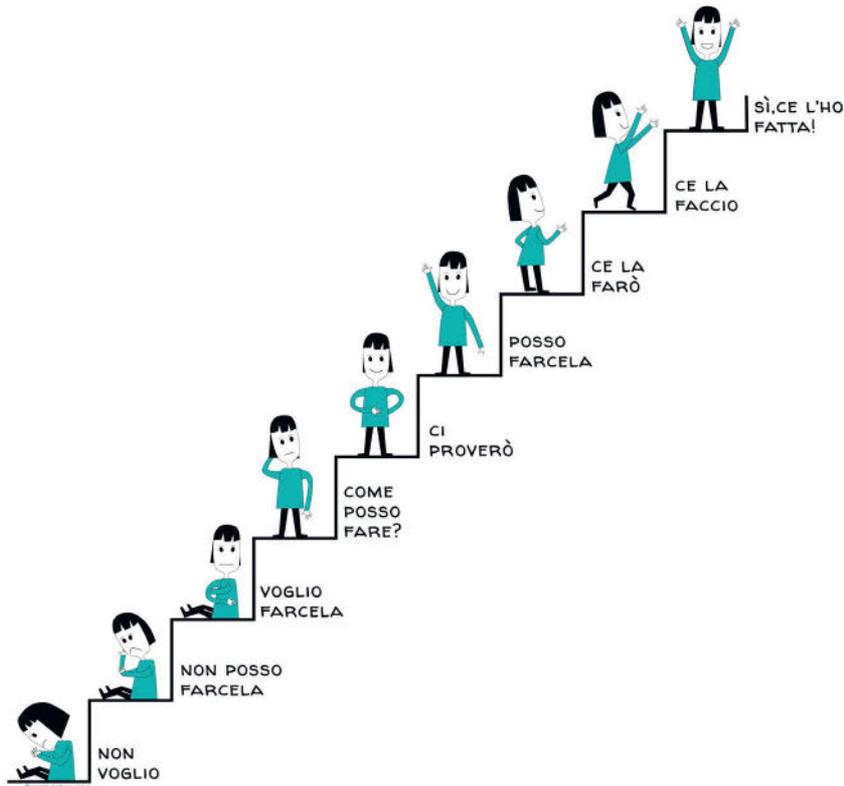
.....

.....

4. DI FRONTE ALLE TUE DIFFICOLTÀ, QUANTA FIDUCIA HAI NELLE TUE CAPACITÀ?

Quando affronti le difficoltà e i tuoi punti di debolezza, per poterli migliorare devi avere fiducia nelle tue risorse. La fiducia e la convinzione di riuscire sono infatti importanti per raggiungere i tuoi obiettivi e per accrescere la tua autostima.

Osserva l'immagine di questa "scala dell'autostima": i diversi gradini di cui è composta riproducono i pensieri che potresti avere di fronte a un compito e un'attività, che senti faticosa, difficile oppure nuova o imprevista.



- Ripensa a una esperienza scolastica o extrascolastica in cui ti sei sentito/a in difficoltà, in cui hai avuto la sensazione di non riuscire a portare a termine un compito o in cui hai dovuto affrontare una situazione nuova e imprevista e non hai saputo cosa fare.

1 Descrivi brevemente la tua esperienza.

2 Osservando la scala, in quale gradino pensi di esserti fermato?

3 Che cosa ti è servito, o pensi ti sarebbe servito, per raggiungere l'ultimo gradino della scala?

Il tuo senso di autoefficacia

La convinzione di poter affrontare le difficoltà grazie alle tue risorse è chiamata **autoefficacia**.

L'autoefficacia è quindi la **fiducia nella propria capacità di raggiungere gli obiettivi** e di **svolgere adeguatamente un compito**: maggiore è la fiducia nelle risorse personali, più facilmente si raggiunge un buon livello di autostima e questo ha degli effetti positivi sull'apprendimento.

La **percezione di autoefficacia influenza** la scelta degli **obiettivi**, lo **sforzo**, l'**impegno da investire**, la **costanza** per raggiungere i risultati: quanto **maggiore è la tua autoefficacia**, tanto **maggiori saranno gli obiettivi che sceglierai** e tanto **più intensi saranno l'impegno e la perseveranza** che ci metterai per portarli a termine.



La scelta della scuola superiore potrebbe sembrarti difficile, potresti pensare che un determinato indirizzo scolastico non sia adatto a te, di non essere in grado di affrontarlo, ma non è detto che sia davvero così. Devi capire se questa sensazione di inadeguatezza nasce in realtà dalla poca fiducia nelle tue risorse.

Per misurare la tua percezione di auto efficacia, ovvero la fiducia nelle tue capacità, svolgi l'attività nella pagina seguente.



Apprendimento attivo

1. MISURA LA TUA AUTOEFFICACIA

- Compila il questionario cercando di rispondere sinceramente scegliendo tra: 1 (mai), 2 (a volte), 3 (spesso), 4 (sempre).

1	Riesco sempre a risolvere problemi difficili se ci provo abbastanza seriamente.	① ② ③ ④
2	Se qualcuno mi contrasta, posso trovare il modo o il sistema per ottenere ciò che voglio.	① ② ③ ④
3	Per me è facile attenermi alle mie intenzioni e raggiungere i miei obiettivi.	① ② ③ ④
4	Ho fiducia di poter affrontare efficacemente eventi inattesi.	① ② ③ ④
5	Grazie alle mie risorse, so come gestire situazioni impreviste.	① ② ③ ④
6	Posso risolvere la maggior parte dei problemi se ci metto il necessario impegno.	① ② ③ ④
7	Rimango calmo nell'affrontare le difficoltà perché posso confidare nelle mie capacità di fronteggiarle.	① ② ③ ④
8	Quando mi trovo di fronte a un problema, di solito trovo parecchie soluzioni.	① ② ③ ④
9	Se sono in "panne", posso sempre pensare a qualcosa da mettere in atto.	① ② ③ ④
10	Non importa quello che mi può capitare, di solito sono in grado di gestirlo.	① ② ③ ④

Fonte: *Italian Adaptation of the General Self-Efficacy Scale*
Self-Efficacy Generalizzata Lucio Sibilta, Ralf Schwarzer & Matthias Jerusalem, 1995

- **Fai ora la somma dei punteggi. Il valore medio è 29! Quindi se il punteggio ottenuto è 29 la tua fiducia è nella media. Più il punteggio è alto, più alta è la tua fiducia; più il punteggio è basso, minore è la tua percezione di autoefficacia.**

Se hai ottenuto un punteggio basso, è importante che provi a pensare alle tue risorse, che sono sicuramente tante e a immaginare come migliorare nelle tue difficoltà.



IL TUO ZAINO

Dopo aver svolto queste attività, avrai sicuramente scoperto altri aspetti di te importanti per la scelta della scuola che dovrai affrontare: le tue risorse, le tue qualità, le caratteristiche di te che non ti piacciono, le tue difficoltà, gli aspetti che potresti migliorare e la fiducia nelle tue risorse.

Inserisci nel tuo zaino ciò che hai imparato di te: i punti di forza e di debolezza che hai indicato nel questionario, gli aspetti che potresti migliorare e il valore che hai ottenuto misurando la percezione della tua autoefficacia.

➤ p. 48

Interessi extrascolastici e scolastici

Pensai a tutte le cose che avrei potuto fare, cercando di separare la decisione giusta da quella sbagliata. (M. Haddon)

Mi piace, non mi piace

Fin da piccolo/a hai imparato a esprimere il tuo **interesse verso il mondo**, dicendo “mi piace” o “non mi piace”. Sapere che cosa ti piace e che cosa non ti piace è molto utile perché **ti aiuta a indirizzare le tue scelte**.

Anche per quanto riguarda gli studi, una scelta, se fatta in sintonia con i propri interessi, favorisce il successo scolastico.



Che cos'è un interesse?



Un **interesse** è un **atteggiamento favorevole verso ciò che si considera importante**, che procura sentimenti positivi, che incuriosisce, stimola l'attenzione e il pensiero.

Chi è interessato a qualcosa:

- pensa con maggiore lucidità,
- approfondisce la comprensione,
- ricorda di più.

Quando ci interessa qualcosa siamo più **attenti, elaboriamo meglio le informazioni**, utilizziamo **migliori strategie di apprendimento**, ci **concentriamo più a lungo** e con più attenzione.

sopportiamo maggiormente lo sforzo che lo studio richiede.

Quando siamo interessati a qualcosa, impariamo meglio e con più facilità. Questo non accade solo a scuola, ma **ogni esperienza che facciamo è fonte di apprendimento**. Impariamo facendo esperienze.

E dove facciamo esperienze? A scuola, a casa, nel nostro tempo libero, durante le attività sportive e/o artistiche, quando andiamo al cinema, a teatro o in un museo, quando usciamo con gli amici o ci confrontiamo con gli adulti... questi sono soltanto esempi, perché in realtà tutto ciò che viviamo nella nostra vita quotidiana è un'occasione per imparare.

È importante capire quali sono i tuoi interessi, scolastici ed extrascolastici, così che tu possa scegliere una scuola superiore che ti permetterà di coltivarli al meglio.

Apprendimento attivo

1. QUALI SONO I TUOI INTERESSI EXTRASCOLASTICI?

- Pensa a quali sono i tuoi interessi extrascolastici, cioè le attività che catturano il tuo interesse e che non riguardano la scuola. Nella colonna di sinistra scrivi i tuoi interessi; in quella di destra scrivi le attività che svolgi per coltivarli. (Ti proponiamo un esempio.)

I miei interessi extrascolastici	Perché li preferisco	Che cosa faccio per coltivarli
I viaggi	Perché mi incuriosisce conoscere nuovi posti e nuove persone	Guardo dei documentari o dei video, leggo delle riviste specializzate, organizzo dei viaggi o delle gite insieme alla mia famiglia e/o agli amici...



2. QUALI SONO I TUOI INTERESSI SCOLASTICI?

- Indica per ogni attività il tuo grado di interesse, usando un punteggio da 0 a 10, dove 0 vuol dire che non ti interessa per nulla e 10 che ti interessa moltissimo.

A scuola, quanto mi interessa...		da 0 a 10
1	Comporre temi e brevi racconti.	
2	Conoscere le varie espressioni artistiche (pittura, scultura, fotografia, grafica ecc.).	
3	Cantare.	
4	Conoscere gli animali.	
5	Partecipare alle discussioni in classe.	
6	Conoscere i popoli, le usanze e le tradizioni dei vari Paesi del mondo.	
7	Leggere.	
8	Conoscere gli avvenimenti storici antichi.	
9	Realizzare disegni tecnici.	
10	Conoscere le aree geografiche e i territori.	
11	Conoscere le piante e gli ecosistemi.	
12	Suonare strumenti musicali.	
13	Disegnare.	
14	Parlare in lingua straniera.	
15	Leggere poesie.	
16	Contare.	
17	Esporre oralmente.	
18	Scrivere per esporre le mie idee o quanto studiato.	
19	Risolvere i problemi.	
20	Fare le operazioni matematiche.	
21	Conoscere le religioni del mondo.	
22	Conoscere la Costituzione italiana.	
23	Fare esperimenti chimici in laboratorio.	
24	Usare il computer.	
25	Studiare la struttura della cellula.	
26	Ascoltare i compagni e le compagne.	
27	Studiare più di una lingua straniera.	
28	Conoscere il corpo umano.	
29	Fare ricerche in gruppo.	
30	Fare attività motoria.	
31	Ascoltare le spiegazioni degli insegnanti.	
32	Comprendere il comportamento degli altri.	
33	Sperimentare le varie tecniche artistiche del disegno.	

34	Fare attività manuali (costruire, decorare, modellare, montare e smontare, riparare).	
35	Studiare le leggi dello Stato.	
36	Fare viaggi di istruzione e uscite didattiche.	
37	Studiare le teorie matematiche e geometriche.	
38	Approfondire le scienze naturali.	
39	Conoscere le regole grammaticali della lingua italiana.	
40	Conoscere la grammatica e la letteratura delle lingue straniere.	
41	Fare ricerche navigando su Internet.	
42	Organizzare le attività a scuola.	
43	Lavorare in gruppo.	
44	Studiare la storia contemporanea.	
45	Discutere in classe su argomenti di attualità.	
46	Gestire l'assemblea di classe.	
47	Parlare per esprimere le mie opinioni.	
48	Aiutare le compagne e i compagni quando non riescono a fare un compito.	
49	Recitare le poesie davanti agli altri.	
50	Studiare il sistema solare e le teorie sull'universo.	

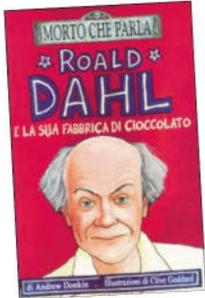
- Scegli 3 tra le attività che hanno ottenuto il punteggio più alto e inseriscile nella seguente tabella, indicando il motivo per cui le preferisci e che cosa fai per coltivare quei tuoi interessi.

	I miei interessi scolastici	Perché li preferisco	Che cosa faccio per coltivarli
1
2
3



3. LE DIECI MEGLIO COSE IN ASSOLUTO

- Ti sarà forse capitato di leggere Roald Dahl, un famoso scrittore di libri per ragazze e ragazzi. Ha scritto libri divertenti e pieni di fantasia, come *La fabbrica di cioccolato*, uno dei suoi testi più famosi. Andrew Donkin, anche lui scrittore di libri e di *graphic novel*, nel testo *Roald Dahl e la sua fabbrica di cioccolato*, ci svela alcuni divertenti aneddoti della vita dello scrittore come per esempio che cosa gli piaceva e lo interessava quando era ragazzo...



“Le dieci meglio cose in assoluto”

1. Giocare a calcio (ovvio).
2. Guardare le partite (sono stato a vedere il Cardiff un milione di volte! Il Cardiff sta in Prima Divisione ed è magico! So a memoria i nomi di tutti i giocatori).
3. La signora O'Connor¹ (ovvio: chiedi a chi vuoi).
4. Giocare a conker². (Quel fetente di Perkins mi ha battuto, ma vedi se non lo ripiglio l'anno prossimo!)
5. Fare collezione di francobolli. (E soprattutto scambiarli. Un giorno mi piacerebbe visitare tutti quei Paesi con quegli strani nomi. E poi, perché i francobolli esteri sono più colorati dei nostri?)
6. Ascoltare la signora O'Connor che parla di libri. (Ovvio: vedi prima.)
7. Leggere fumetti. (Specialmente *Dandy* e *Beano*.)
8. Leggere libri. (Specialmente storie di avventure pericolose, guerra ed esplorazione di posti sconosciuti e pericolosi dove si nasconde il pericolo nei modi più pericolosi.)
9. Ascoltare la signora O'Connor che parla di libri.
10. Ascoltare la signora O'Connor che parla di qualsiasi cosa.

(A. Donkin, *Roald Dahl e la sua fabbrica di cioccolato*, Salani Editore, Milano 2003)

1 La signora O'Connor: l'insegnante di inglese. **2 conker:** gioco per bambini di origine normanna.

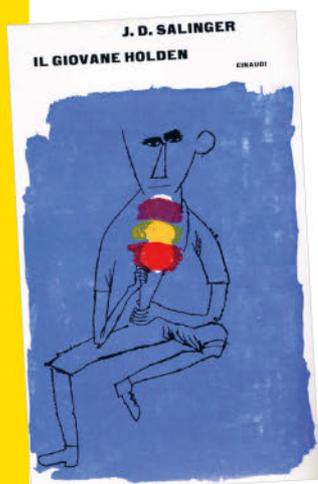
- Come hai potuto leggere, ci sono attività che potremmo chiamare “le meglio cose in assoluto”, a cui non vogliamo rinunciare. Rifletti sui tuoi interessi, noterai che ci sono attività che coltivi più di altre oppure che ti coinvolgono maggiormente.

Tra quelle che hai elencato nelle tabelle precedenti prova a indicare cinque attività di cui non vorresti fare a meno, che ritieni irrinunciabili, e prova a spiegare il motivo.

	I miei interessi scolastici ed extrascolastici irrinunciabili	Perché non voglio farne a meno
1
2
3
4
5

4. NON RIESCI A TROVARE CIÒ CHE TI INTERESSA? NIENTE PAURA, NON CAPITA SOLO A TE!

- Un importante scrittore, J. D. Salinger, nel suo romanzo *Il giovane Holden*, racconta la storia di un ragazzo di New York, Holden Caulfield di diciassette anni, che viene espulso dalla scuola perché non ha molta voglia di studiare. Holden fa anche molta fatica a concentrarsi e spesso si perde nei suoi pensieri. Nel brano che ti proponiamo Holden sta parlando con la sorella Phoebe, la quale cerca di capire che cosa interessa al fratello per aiutarlo a ritrovare la motivazione nello studio.



Una cosa che mi piace

A te non ti piace niente di quello che succede.

Quando disse così mi fece sentire ancora più depresso. – Ma sì che mi piace! Sì che mi piace! Naturale che mi piace. Non dire così. Perché diavolo dici così?

Perché non ti piace. Non ti piace nessuna scuola. Non ti piacciono un milione di cose. Non ti piace.

Invece sì! Qui hai torto, è proprio qui che hai torto! Perché diavolo devi dire così? – dissi. Ragazzi, quanto mi deprimeva.

Perché non ti piace, – disse. – Dinne una.

Una? Una cosa che mi piace? – dissi. – D'accordo.

Il guaio era che non riuscivo a concentrarmi troppo. È difficile concentrarsi, certe volte.

Ma lei non mi rispose. Stava tutta scontorta e capovolta dall'altra parte del letto. A mille miglia di distanza.

– Avanti, rispondimi, – disse.

Una cosa che mi piace molto, o che mi piace soltanto?

Che ti piace molto. [...]

Non riesci a trovare nemmeno una cosa.

Ma sì. Ma sì.

Be', allora dilla.

Mi piace Allie, – dissi. – E mi piace fare quello che sto facendo adesso. Stare seduto qui con te a parlare, e a pensare alle cose, e...

– Allie è morto. Dici sempre la stessa cosa! Se uno è morto eccetera eccetera e sta in cielo, non è veramente...

Lo so che è morto! Credi che non lo sappia? Ma mi può ancora piacere, no? Non è mica che uno non ti piace più solo perché è morto, Dio santo, specie se è mille volte meglio della gente viva che conosci e compagnia bella.

La vecchia Phoebe non disse niente. Quando non trova niente da dire, non dice più mezza dannata parola.

Ad ogni modo, mi piace ora, – dissi. – Proprio adesso, voglio dire. Stare seduto qui con te a fare quattro chiacchiere e a scherzare...

Questa non è una vera cosa!

È una vera cosa eccome! Certo che lo è. Perché diavolo non lo è? La gente non crede mai che una cosa sia una vera cosa. Ne ho arcipiene le maledette tasche. Smettila di bestemmiare. Va bene, dimmi qualcos'altro. **Dimmi che cosa ti piacerebbe essere.** Come uno scienziato. O un avvocato o qualche cosa. Non potrei essere uno scienziato. In scienze sono una schiappa.

Be', un avvocato, come papà e compagnia bella.

Gli avvocati sono in gamba, direi, ma non mi attira, – dissi. Voglio dire, sono in gamba se vanno in giro tutto il tempo a salvare la vita degli innocenti e roba simile, ma se sei avvocato queste cose non le fai. Tutto quello che fai è accumulare soldi giocare a golf giocare a bridge comprare macchine bere martini e aver l'aria dell'alto papavero. E del resto! Anche se te ne vai in giro a salvare la vita della gente e via discorrendo, chi ti dice che lo fai perché vuoi veramente salvare la vita della gente, e non perché in realtà quello che vuoi è soltanto di essere un fenomeno di avvocato, con tutti quanti che ti danno manate sulla schiena e ti fanno le congratulazioni in tribunale quando il maledetto processo è finito e i giornalisti e tutti quanti, come si vede in quegli sporchi film? Chi ti dice che non sei uno sbruffone? Non lo sapresti mai, ecco il guaio.

(J. D. Salinger, *Il giovane Holden*, Einaudi, Torino 2008)



- **Come hai potuto leggere, non sempre è facile capire cosa ci piace fare e che cosa vorremmo diventare. La sorella di Holden tenta di stimolare il fratello a pensare al futuro e lo fa riflettere su che cosa gli piacerebbe essere...**

1 Prova a pensarci anche tu: rispondi alla domanda di Phoebe e rifletti.

“Dimmi che cosa ti piacerebbe essere”

.....

2 Scrivi 3 motivi per cui ti piacerebbe essere

a.

b.

c.



IL TUO ZAINO Se fai tante esperienze, sia a scuola che nella tua vita quotidiana, hai l'occasione di scoprire molti possibili interessi, che ti stimoleranno a imparare. Alcuni di questi interessi, quelli più forti, che resistono ai cambiamenti e allo sforzo che dovrai fare per coltivarli, potranno aiutarti nella scelta della scuola, saranno come una bussola che ti aiuterà a orientarti. **Ora che hai riflettuto su quello che ti piace, inserisci nello zaino i tuoi interessi extrascolastici e i tre interessi scolastici con il punteggio più alto, indicando con un * quelli irrinunciabili. Inserisci nello zaino anche ciò che ti piacerebbe essere.**

► p. 49

Attitudini, capacità e competenze trasversali

In questo era un genio, niente da dire. Sapeva ascoltare. E sapeva leggere. Non i libri, quelli son buoni tutti, sapeva leggere la gente. (A. Baricco)

Come avrai notato, le attività scolastiche o extrascolastiche che svolgi perché ti interessano spesso sono anche attività che riesci a svolgere con facilità e piacere. Altre volte invece ti sarà capitato di non sentire interesse e neppure facilità nello svolgere alcuni compiti, ma con l'esercizio hai raggiunto dei buoni risultati.

Potrebbero esserci anche attività per cui ti senti portata/o ma che non coltivi o che non ti interessano. Così come potresti essere interessata/o a svolgere attività per cui ti senti portata/a, ma che comunque ti procurano sentimenti positivi, ti incuriosiscono, anche se richiedono più sforzo e impegno.

Le **attività**, fisiche o mentali, **che svolgi con facilità sono le tue attitudini** e spesso coincidono anche con i tuoi interessi, ovvero ciò che ti incuriosisce e attira la tua attenzione.

Quelle che **richiedono più sforzo**, ma che **impari a svolgere bene esercitandoti e studiando**, sono le tue **capacità**.

Quando **utilizzi** le tue **capacità e attitudini insieme alle conoscenze che hai appreso** per affrontare bene le diverse situazioni della vita, **metti in gioco** le tue **competenze trasversali**.

Che cos'è un'attitudine?

L'**attitudine** riguarda tutte quelle **attività per le quali ti senti portato/a**, che quindi **svolgi con facilità**: è una **disposizione innata** per certe attività, una **predisposizione**. Per esempio una persona può avere attitudine per la musica, per il disegno, per la costruzione o per la matematica, per l'organizzazione o per la relazione. Avere un'attitudine **non è sufficiente per dire di saper fare una certa attività**; si diventa capaci di fare qualcosa solo attraverso l'esercizio e l'allenamento, ma sapere quali sono le attività per le quali sei più portato/a **ti aiuterà a orientarti** nel momento della scelta della scuola superiore.



Apprendimento attivo

1. CHE ATTITUDINE/I HAI... IN GENERALE?

Una predisposizione per un'attività non è sufficiente per guidarti nella scelta, è invece importante capire quali sono le attitudini che coltivi, in modo da farle diventare tue capacità e per sfruttarle al meglio.



- Prova a indicare le attività per cui ti senti portato/a e che cosa fai per coltivare queste attitudini.

Mi sento portato/a per	Che cosa faccio per coltivare la mia attitudine
Cucinare	Quando ho l'occasione aiuto i miei genitori in cucina oppure cucino io per la famiglia, cercando di sperimentare piatti nuovi e combinazioni di cibi e sapori. Curo i dettagli nel preparare i piatti e servire a tavola. Seguo video in cui vengono descritte le ricette.

2. CHE ATTITUDINE/I HAI... A SCUOLA?

Come abbiamo detto, alcune delle attività che svolgi a scuola, e nelle quali riesci facilmente perché hai una predisposizione, sono anche attività che ti interessano, dato che non dovendo fare sforzi per compierle ti procurano sentimenti positivi e stimolano la tua attenzione.

Può anche capitare che tu sia **interessato/a ad attività per le quali non sei portato**, ma che ti incuriosiscono comunque e verso cui ti senti attratto/a, magari perché ti sorprendono oppure perché l'insegnante è stato capace di stimolare il tuo interesse.

Per esempio puoi essere portato/a per il disegno, ma disegnare non ti interessa e quando a scuola l'insegnante di educazione artistica ti assegna per compito di realizzare dei disegni ti annoi e l'attività non ti procura sentimenti positivi né ti incuriosisce. Al contrario potresti non avere una predisposizione per la musica, ma ti potrebbe piacere molto partecipare alle lezioni di musica perché sono sempre ricche di novità e attività divertenti, che stimolano comunque il tuo interesse.



- Ti riproponiamo la tabella che hai compilato a p. 37 riguardo i tuoi interessi scolastici. Leggi le attività scolastiche proposte e indica per ciascuna un punteggio da 0 a 10 in base a quanto ti senti portato/a per quell'attività.

A scuola, quanto mi sento portato/a per...		da 0 a 10
1	Comporre temi e brevi racconti.	
2	Conoscere le varie espressioni artistiche (pittura, scultura, fotografia, grafica ecc.).	
3	Cantare.	
4	Conoscere gli animali.	
5	Partecipare alle discussioni in classe.	
6	Conoscere i popoli, le usanze e le tradizioni dei vari Paesi del mondo.	
7	Leggere.	
8	Conoscere gli avvenimenti storici antichi.	
9	Realizzare disegni tecnici.	
10	Conoscere le aree geografiche e i territori.	
11	Conoscere le piante e gli ecosistemi.	
12	Suonare strumenti musicali.	
13	Disegnare.	
14	Parlare in lingua straniera.	
15	Leggere poesie.	
16	Contare.	
17	Esporre oralmente.	
18	Scrivere per esporre le mie idee o quanto studiato.	
19	Risolvere i problemi.	
20	Fare le operazioni matematiche.	
21	Conoscere le religioni del mondo.	
22	Conoscere la Costituzione italiana.	
23	Fare esperimenti chimici in laboratorio.	
24	Usare il computer.	
25	Studiare la struttura della cellula.	



26	Ascoltare i compagni e le compagne.	
27	Studiare più di una lingua straniera.	
28	Conoscere il corpo umano.	
29	Fare ricerche in gruppo.	
30	Fare attività motoria.	
31	Ascoltare le spiegazioni degli insegnanti.	
32	Comprendere il comportamento degli altri.	
33	Sperimentare le varie tecniche artistiche del disegno.	
34	Fare attività manuali (costruire, decorare, modellare, montare e smontare, riparare).	
35	Studiare le leggi dello Stato.	
36	Fare viaggi di istruzione e uscite didattiche.	
37	Studiare le teorie matematiche e geometriche.	
38	Approfondire le scienze naturali.	
39	Conoscere le regole grammaticali della lingua italiana.	
40	Conoscere la grammatica e la letteratura delle lingue straniere.	
41	Fare ricerche navigando su Internet.	
42	Organizzare le attività a scuola.	
43	Lavorare in gruppo.	
44	Studiare la storia contemporanea.	
45	Discutere in classe su argomenti di attualità.	
46	Gestire l'assemblea di classe.	
47	Parlare per esprimere le mie opinioni.	
48	Aiutare le compagne e i compagni quando non riescono a fare un compito.	
49	Recitare le poesie davanti agli altri.	
50	Studiare il sistema solare e le teorie sull'universo.	

- Scegli 3 tra le attività che hanno ottenuto il punteggio più alto e inseriscile nella tabella qui sotto, indicando che cosa fai per coltivare queste tue attitudini

	Le mie attitudini a scuola	Che cosa faccio per coltivarle
1
2
3

- Confronta la tabella con quella che hai compilato a p. 37 relativa ai tuoi interessi scolastici.

1 Le attività che hanno ottenuto il punteggio più alto nella tabella degli interessi corrispondono alle tre attività con punteggio più alto nella tabella delle attitudini?

.....
.....

2 Secondo te perché?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....



Il tuo zaino dell'orientamento

Questo zaino appartiene a



Interessi extrascolastici

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Interessi scolastici

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Mi piacerebbe essere... ..

.....

.....

Attitudini

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Capacità

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Competenze trasversali

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Desideri per il presente

1.
2.
3.

Sogni per il futuro

1.
2.
3.

Che cos'è una capacità?

La **capacità** riguarda il tuo **saper fare**, le **attività che hai imparato a svolgere bene** perché ti sei applicato/a, hai studiato, **hai fatto esercizio**. Questo vuol dire che, **anche se non sei portato/a per certe attività, puoi sempre imparare a farle bene**. Potresti avere un'attitudine per l'attività motoria, che in palestra ti fa saltare in alto e fare canestro, ma non puoi dire di essere capace di giocare a pallacanestro se non hai studiato le regole del gioco e non ti sei allenato al lavoro di squadra.

Ciascuno di noi può imparare e diventare capace studiando ed esercitandosi. Nello sport per essere capaci bisogna allenarsi regolarmente, per padroneggiare uno strumento musicale bisogna suonare con costanza tutti i giorni, per ottenere buoni risultati nella scrittura di testi a scuola bisogna fare esercizio leggendo e scrivendo molto. Se si vuole imparare a svolgere bene un compito ovvero **essere capaci, bisogna impegnarsi, dedicarsi ed esercitarsi**.



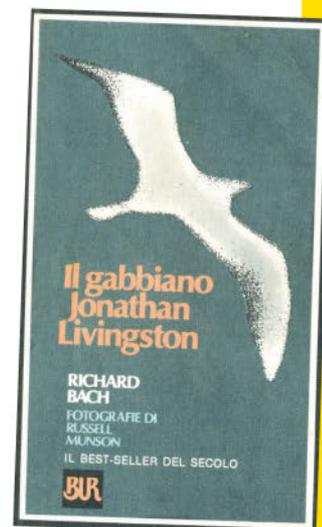
Apprendimento attivo

1. LA STORIA DI JONATHAN LIVINGSTON: COME SI ACQUISISCE UNA CAPACITÀ

- *Il gabbiano Jonathan Livingston* è un racconto di Richard Bach che narra la storia di Jonathan, un giovane gabbiano diverso da tutti gli altri. I gabbiani volano per procurarsi il cibo e in questo sono molto bravi. Ma Jonathan vuole imparare a volare in alto, libero nel cielo e si allena per diventare sempre più capace; si esercita costantemente e in modo metodico. Per questo suo desiderio di imparare viene rimproverato spesso dai suoi genitori e a un certo punto, allontanato dal gruppo. Jonathan vivrà lontano dal suo stormo, finché inizierà a insegnare ad altri gabbiani l'arte del volo.

Imparare a volare

Ma lontano di là soletto, lontano dalla costa e dalla barca, un gabbiano si stava allenando per suo conto: era il gabbiano Jonathan Livingston. Si trovava a una trentina di metri d'altezza: distese le zampe palmate, aprì il



becco, si tese in uno sforzo doloroso per imprimere alle ali una torsione tale da consentirgli di volare lento. E infatti rallentò tanto che il vento divenne un fruscio lieve intorno a lui, tanto che il mare ristava immoto sotto le sue ali. Strinse gli occhi, si concentrò intensamente, trattenne il fiato, compì ancora uno sforzo per accrescere solo... d'un paio... di centimetri... quella... penosa torsione e... D'un tratto gli si arruffano le penne, entra in stallo e precipita giù.

I gabbiani, lo sapete anche voi, non vacillano, non stallano mai. Stallare, scomporsi in volo, per loro è una vergogna, è un disonore.

Ma il gabbiano Jonathan Livingston – che faccia tosta, eccolo là che ci riprova ancora, tende e torce le ali per aumentarne la superficie, vibra tutto nello sforzo e patapunf stalla di nuovo – no, non era un uccello come tanti.

La maggior parte dei gabbiani non si danno la pena di apprendere, del volo, altro che le nozioni elementari: gli basta arrivare dalla costa a dov'è il cibo e poi tornare a casa. Per la maggior parte dei gabbiani, volare non conta, conta mangiare.

A quel gabbiano lì, invece, non importava tanto procurarsi il cibo, quanto volare. Più d'ogni altra cosa al mondo, a Jonathan Livingston piaceva librarsi nel cielo.

Ma a sue spese scoprì che, a pensarla in quel modo, non è facile poi trovare amici, fra gli altri uccelli. E anche i suoi genitori erano afflitti a vederlo così: che passava giornate intere tutto solo, dietro i suoi esperimenti, quei suoi voli planati a bassa quota, provando e riprovando.

Non sapeva spiegarsi perché, ad esempio, quando volava basso sull'acqua, a un'altezza inferiore alla metà della sua apertura alare, riusciva a sostenersi più a lungo nell'aria e con meno fatica. Concludeva la planata, lui, mica con quel solito tuffo a zampe in giù nel mare, bensì con una lunga scivolata liscia liscia, sfiorando la superficie con le gambe raccolte contro il corpo, in un tutto aerodinamico. Quando poi si diede a eseguire planate con atterraggio a zampe retratte anche sulla spiaggia (e a misurare quindi, coi suoi passi, la lunghezza di ogni planata) i suoi genitori si mostrarono molto ma molto sconsolati.

«Ma perché, Jon, perché?» gli domandò sua madre. «Perché non devi essere un gabbiano come gli altri, Jon? Ci vuole tanto poco! Ma perché non lo lasci ai pellicani il volo radente? agli albatrici? E perché non mangi niente? Figlio mio, sei ridotto penne e ossa!»

«Non m'importa se sono penne e ossa, mamma. A me importa soltanto imparare che cosa si può fare su per aria, e cosa no: ecco tutto. A me preme soltanto di sapere.»



«Sta' un po' a sentire, Jonathan» gli disse suo padre, con le buone. «Manca poco all'inverno. E le barche saranno pochine, e i pesci nuoteranno più profondi, sotto il pelo dell'acqua. Se proprio vuoi studiare, studia la pappatoria e il modo di procurartela! 'Sta faccenda del volo è bella e buona, ma mica puoi sfamarti con la planata, dico bene? Non scordarti, figliolo, che si vola per mangiare.»

Jonathan assentì, obbediente. Nei giorni successivi cercò quindi di comportarsi come gli altri gabbiani. Ci si mise di buona volontà. E, gettando strida, giostrava, torneava anche lui con lo Stormo intorno ai moli, intorno ai pescherecci, tuffandosi a gara per acchiappare un pezzo di pane, un pesciolino, qualche avanzo. Ma a un certo punto non ne poté più.

Tutto questo non ha senso, si disse: e lasciò cadere, apposta, un'acciuga duramente conquistata, se la pappasse quel vecchio gabbiano affamato che lo seguiva. Qui perdo tempo, quando potrei impiegarlo invece a esercitarmi! Ci sono tante cose da imparare! Non andò molto, infatti, che Jonathan piantò lo Stormo e tornò solo, sull'alto mare, a esercitarsi, affamato e felice.

Adesso studiava velocità e, in capo a una settimana di allenamenti, ne sapeva di più, su questa materia, del più veloce gabbiano che c'era al mondo.

(R. Bach, *Il gabbiano Jonathan Livingston*, BUR Rizzoli, 1977)

- **Jonathan, come tutti i gabbiani, è portato per il volo a bassa quota per procurarsi il cibo, ma desidera sviluppare la capacità di volare in alto, librarsi nel cielo e fare acrobazie. Dato che è un gabbiano non ha l'attitudine a volare in alto e all'inizio i suoi tentativi sono disastrosi e demoralizzanti. Ma non si arrende e continua a provare, tanto è forte il suo desiderio. Dopo tanto esercizio e allenamento riesce a sviluppare la capacità di volare in alto e anche di perfezionarla al punto da poterla insegnare ad altri gabbiani.**

1 Sottolinea nel testo, con tre colori diversi, i passaggi in cui l'autore mette in evidenza le attitudini di Jonathan, il modo in cui sviluppa le sue capacità e i risultati che ottiene.

2 Che cosa pensi dell'atteggiamento dei genitori e dello stormo nei confronti di Jonathan?

.....

.....

.....

.....

.....

3 Condividi la scelta di Jonathan di esercitarsi con fatica in un'attività per cui non è portato? Perché?

.....

.....

.....

.....

.....

2. QUALI SONO LE TUE CAPACITÀ?

- E tu che cosa hai imparato a svolgere bene esercitandoti? Quali sono le tue capacità? Per facilitare la tua riflessione, possiamo dividere le capacità in sette aree. Prova a capire in quale area senti di avere maggiori capacità, completando l'esercizio.

In che cosa mi sento capace

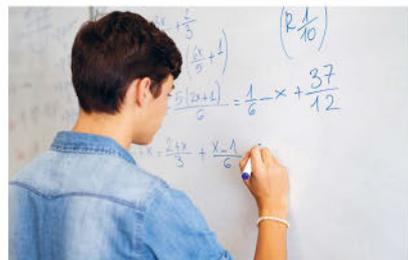
da 0 a 5



Capacità relazionale-comunicativa: sono capace di ascoltare gli altri, comunicare, stabilire relazioni interpersonali, lavorare in gruppo, collaborare, mediare in situazioni di conflitto.



Capacità linguistica: sono capace di utilizzare il linguaggio, scritto e orale, di esprimermi correttamente e in modo fluido, di scrivere dei testi e di comunicare.



Capacità numerica: sono capace di svolgere giochi di logica ed esercizi di matematica, fare calcoli, risolvere problemi.



Capacità manuale-cinestetica: sono capace di creare, modellare, assemblare, riparare, costruire con precisione, utilizzare il corpo, praticare uno sport.



Capacità spaziale-artistica: sono capace di disegnare, usare e accostare colori e forme, cogliere i dettagli visivi, inventare e creare cose nuove e originali, realizzare oggetti con materiali di scarto.

	<p>Capacità organizzativa: sono capace di organizzare e pianificare il mio lavoro e quello degli altri, programmare con metodo e precisione le attività, gestire i tempi e le scadenze.</p>	
	<p>Capacità analitica: sono capace di esaminare e scomporre i fatti, di analizzare i dati, risolvere i problemi analizzandone tutti gli aspetti e valutando le diverse soluzioni.</p>	

1 Quali sono le 3 capacità che hanno il punteggio più alto?

Sapere quali sono le tue capacità ti aiuta a orientarti tra i vari settori di indirizzo scolastico. Non è sufficiente scegliere in base alle sole capacità, ma di certo conoscerle è utile perché le diverse scuole superiori approfondiscono specifiche aree di formazione, anche in prospettiva dei diversi settori lavorativi e di studio dopo il diploma o la qualifica.

- **Ogni capacità quindi è importante per i percorsi di studio e di lavoro di determinate aree e settori, come mostra lo schema seguente, in cui alle diverse capacità sono associate alcune delle possibili aree di studio, sia delle scuole superiori sia della formazione dopo il diploma o la qualifica.**

Capacità	Aree di studio
Capacità relazionale-comunicativa	Psicologia, educazione, sociologia, gestione delle risorse umane, servizi sociali, diritto e politica.
Capacità linguistica	Editoria, giornalismo, comunicazione, social media, pubbliche relazioni, teatro, lingue straniere, turismo, biblioteconomia.
Capacità numerica	Economia, matematica, ingegneria, costruzioni, statistica, informatica.
Capacità manuale-cinestetica	Artigianato, meccanica, elettronica, falegnameria, design industriale, produzione, sport.
Capacità spaziale-artistica	Arti visive, architettura, musica, design, fotografia.
Capacità organizzativa	Gestione d'impresa, amministrazione, commercio, organizzazione di eventi, marketing, logistica.
Capacità analitica	Scienza, ingegneria, informatica, economia.

Le competenze trasversali (*soft skills*)

Per scegliere la scuola superiore è utile non solo conoscere le tue capacità, ma **anche il modo in cui sfrutti queste capacità** per affrontare le situazioni della vita e le richieste dell'ambiente intorno a te: le tue **competenze**. Ma che cosa sono le competenze? **Le competenze sono l'insieme delle conoscenze** (ciò che hai appreso) **e delle capacità** (ciò che sai fare), **con cui gestire e affrontare le diverse situazioni**, scolastiche e non.



Puoi **sviluppare** le tue **competenze** in tutte le **esperienze** che fai a scuola, in famiglia, nelle attività del tempo libero, con gli amici, quando viaggi, leggi un libro, guardi un film, fai delle passeggiate nella natura... Ogni esperienza è un'occasione importante per applicare le conoscenze e le capacità, quindi per sperimentare e sviluppare più competenze possibili. Quando sarai più grande e inizierai a lavorare non sarà importante solo il percorso di studi che hai fatto, ma anche le **competenze che hai sviluppato in modo trasversale**, ovvero **nelle diverse esperienze**.

Le **competenze trasversali** sono chiamate anche **soft skills** e corrispondono alle **conoscenze**, alle **capacità** e **caratteristiche personali** che riguardano il modo di essere di ogni persona rispetto allo **studio**, al **lavoro** e alla **vita quotidiana**.

Si differenziano dalle **hard skills**, **competenze tecniche**, perché non riguardano conoscenze o ambiti specifici necessari per svolgere una certa attività, ma si riferiscono al modo in cui una persona utilizza le sue conoscenze e capacità nei vari contesti della sua vita di ogni giorno. Per esempio le **competenze trasversali** riguardano le modalità con cui **si prendono decisioni**, si **risolvono problemi**, si **lavora in gruppo**, si **sopporta la fatica** e lo stress, **si comunica con gli altri** rispettando i loro ruoli, si riesce ad **adattarsi ai cambiamenti** e agli **imprevisti**.

Dato che le competenze trasversali riguardano ciò che sei e che sai fare nelle diverse situazioni che ti si presentano nella vita, conoscerle è utile per orientarti e per capire cosa devi migliorare, quale competenza puoi ancora sviluppare.



Apprendimento attivo

1. QUALI SONO LE TUE COMPETENZE TRAVERSALI?

- Leggi con attenzione le definizioni di ogni competenza e assegna un punteggio da 0 a 10 in base a quanto pensi di aver sviluppato ciascuna competenza.

Competenza trasversale	da 0 a 10
<p>Fiducia in me stesso/a Sono consapevole delle mie risorse, delle mie capacità, della mia possibilità di raggiungere obiettivi, delle mie idee indipendentemente delle opinioni degli altri.</p>	
<p>Autonomia Sono capace di svolgere i compiti assegnati, gli impegni presi, senza il bisogno di una costante supervisione di un adulto, ma utilizzando solo le mie risorse.</p>	
<p>Apprendere in maniera continuativa Sono in grado di riconoscere le mie lacune e gli aspetti da migliorare attivandomi per migliorare sempre più le mie conoscenze e capacità.</p>	
<p>Precisione Sono capace di svolgere le attività con cura, serietà, attenzione ai dettagli e a ciò che faccio.</p>	
<p>Raggiungere obiettivi Sono capace di perseguire gli obiettivi assegnati con determinazione e impegno.</p>	
<p>Organizzare e pianificare Sono capace di realizzare progetti, decidendo gli obiettivi e le priorità, il tempo a disposizione, le risorse e programmando le attività.</p>	
<p>Spirito d'iniziativa Sono intraprendente, ho idee che so realizzare; sono capace di progettare e creare.</p>	
<p>Resistenza allo stress Sono capace di reagire in modo positivo alla pressione degli impegni e delle richieste della scuola mantenendo il controllo e gestendo la tensione.</p>	
<p>Flessibilità/Adattabilità So adattarmi a diverse situazioni scolastiche e non, alle novità e agli imprevisti; sono disponibile a collaborare con persone che hanno idee diverse dalle mie.</p>	
<p>Comunicazione Sono in grado di trasmettere e condividere in modo chiaro le mie idee e le informazioni, di ascoltare e confrontarmi con gli altri.</p>	
<p>Team work Sono capace di lavorare in gruppo e collaborare con gli altri, di mediare in situazioni di conflitto al fine di svolgere il compito assegnato.</p>	

<p>Leadership So condurre, motivare e stimolare gli altri a raggiungere mete e obiettivi condivisi, so essere persuasivo/a e sviluppare negli altri fiducia nei miei confronti.</p>	
<p>Digitale Sono capace di utilizzare le tecnologie informatiche per svolgere compiti scolastici e non, per creare contenuti e navigare in Internet.</p>	

1 Quali sono le 3 competenze che hanno il punteggio più alto?

.....

.....

.....

2 Quali sono le competenze che pensi di dover migliorare?

.....

.....

.....

3 Come pensi di poter fare per migliorarle?

.....

.....

.....



IL TUO ZAINO Finora hai riflettuto sulle tue caratteristiche personali, i tuoi punti di forza e debolezza, i tuoi interessi. Hai inserito ciò che hai imparato nel tuo zaino, come equipaggiamento importante per continuare il tuo viaggio. A questo punto aggiungi ciò che ancora hai imparato di te: le tue attitudini, capacità e competenze, che sono una guida molto utile per orientarti nella scelta della scuola superiore.

Inserisci nel tuo zaino le attitudini che hai scoperto di avere, sia quelle generali sia quelle relative alla tua esperienza scolastica, le capacità che hai raggiunto con lo studio e l'esercizio e le competenze che hai sviluppato attraverso le tue esperienze.

➤ p. 49

Sogni e desideri

Non dire mai che i sogni sono inutili perché inutile è la vita di chi non sa sognare.
(J. Morrison)

“I sogni son desideri di felicità”, così cantava la giovane protagonista della fiaba di Cenerentola nella versione Disney. Ed è proprio così, i sogni sono desideri che ci rendono felici. I **sogni** ci permettono di vivere avventure altrimenti impossibili da realizzare, di rifugiarsi in un mondo fantastico, di perdere la cognizione del tempo e dello spazio, di fantasticare e **immaginare il nostro futuro**. Quando eri bambino/a per esempio avrai sognato il tuo futuro pensando “da grande vorrei fare...”

il maestro

il pilota d'aereo

il dottore

il ballerino

la scienziata

il calciatore

la giornalista

la musicista

I **sogni nascono dai nostri desideri** e dalle **nostre aspettative** e ci rendono felici perché immaginiamo che prima o poi si realizzeranno. Non tutti i sogni però possono realizzarsi: quando non sono collegati alla realtà sono irrealizzabili e restano solo frutto della nostra immaginazione.

Ora che stai pensando al tuo futuro, è importante che provi a immaginartelo lasciandoti guidare dai tuoi sogni, purché siano collegati alla realtà.

Lascia allora spazio ai tuoi “desideri di felicità”.

E i **desideri** cosa sono? Prova a pensarci... quando desideri qualcosa è perché ti manca; quindi il desiderio è sempre

legato a una mancanza che vuoi colmare che riguarda il tuo presente. Puoi desiderare un

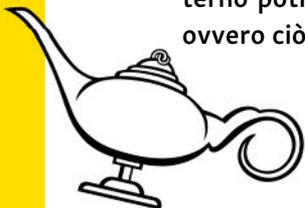
oggetto, un'emozione (per esempio quando sei preoccupata/o potresti desiderare di essere serena/o), una relazione (per esempio diventare amico/a con una persona che ti interessa), un'esperienza (per esempio fare un viaggio, imparare a suonare uno strumento). Alcuni desideri possono essere soddisfatti velocemente, altri richiedono tempi più lunghi. Nonostante queste differenze, **desiderare** significa **tendere verso qualcosa che ci fa stare bene**.



Apprendimento attivo

1. I TUOI DESIDERI PER IL PRESENTE

- Immagina di avere tra le mani la lampada di Aladino. Strofinandola, il genio contenuto all'interno potrà esaudire i tuoi desideri. Anche tu, come Aladino, puoi esprimere i tuoi desideri ovvero ciò che desideri nel presente, in questo periodo. Ma ricorda... solo tre desideri! Quali?



1

2

3

- Pensa bene alle tue caratteristiche personali e ai vari aspetti della tua vita quotidiana e prova a immaginare che cosa ti piacerebbe cambiare, che cosa vorresti fare di nuovo. Compila la scheda e indica per ogni aspetto un tuo desiderio (troverai inserito un esempio per ogni ambito).

Mi piacerebbe...

<p>Caratteristiche personali</p>	<p>Mi piacerebbe essere più paziente.</p>
<p>Vita scolastica (Il modo di studiare e di seguire le lezioni, il rapporto con gli insegnanti, il rapporto con i compagni...)</p>	<p>Mi piacerebbe saper organizzare meglio il mio studio.</p>
<p>Vita familiare (I rapporti in famiglia, il comportamento con i genitori, i fratelli e le sorelle...)</p>	<p>Mi piacerebbe non arrabbiarmi quando un familiare mi fa un'osservazione su come mi sono comportato/a.</p>
<p>Vita sociale (I rapporti con gli amici, attività sportive, hobby...)</p>	<p>Mi piacerebbe fidarmi di più degli amici. Mi piacerebbe iscrivermi a un corso di equitazione.</p>

I desideri devono sempre essere "davanti ai tuoi occhi": capire ciò che desideri è importante, perché i desideri ti guidano e ti aiutano, soprattutto nel momento delle scelte, come quella della scuola superiore.

Quando pensi al tuo futuro, come stai facendo in questo momento della tua vita, i desideri che ti rendono felice diventano sogni.

2. I SOGNI PER IL TUO FUTURO

- Immagina di avere a tua disposizione una bacchetta magica come quella della fata Smemorina di Cenerentola o come quella di Harry Potter e di poter realizzare solo tre sogni per il tuo futuro, che possono riguardare la scuola, il lavoro, la famiglia, gli affetti, le tue passioni, i tuoi interessi....



1

2

3

Questi sogni ti aiuteranno a **progettare il tuo futuro**. Se per esempio il tuo sogno è viaggiare e conoscere nuove culture e ti piacciono le lingue straniere, potrai cominciare a esplorare le scuole superiori che ti permettono di imparare le lingue straniere. Se invece sogni di costruire case ed edifici e nel disegno tecnico sei piuttosto capace, potrai cercare i percorsi in cui approfondire il disegno, la geometria e la matematica. Un **progetto nasce** sempre **da un desiderio**, qualcosa che ci manca e vogliamo realizzare e **da un sogno**, con cui immaginiamo il nostro futuro.



3. CINQUE PASSI PER PROGETTARE

- Per realizzare un sogno è utile pensare al percorso che ci può condurre alla meta, ma per non sentirlo troppo lontano è utile dividere il cammino tra noi e il nostro sogno in piccoli passi da affrontare uno alla volta. Scegli allora uno dei sogni precedentemente elencati e prova a descrivere in cinque passi che cosa pensi che ti servirebbe per poterlo realizzare.

1° passo

2° passo

3° passo

4° passo

5° passo

Sogni e passioni

A volte sogniamo il nostro futuro mossi dalle nostre passioni, cioè da interessi molto forti, come i protagonisti dei due film che ti proponiamo di guardare.

Billy Elliot, di Stephen Daldry (Regno Unito, 2000)

Billy Elliot è un ragazzo di 11 anni, che vive insieme al padre, un minatore, e al fratello maggiore, un attivista sindacale. La situazione economica della famiglia è molto difficile. Inoltre Billy, per soddisfare le aspettative del padre, è costretto a frequentare un corso di boxe, che in realtà non è proprio nelle sue attitudini, infatti finisce sempre per prendere più pugni dai compagni. Quando il proprietario della palestra affitta una parte del locale a una scuola di danza, Billy scopre la sua passione e il suo talento, iniziando a frequentare il corso di danza. Il padre all'inizio non accetta questa passione del figlio, convinto che la danza sia un'attività solo femminile. Ma Billy non rinuncia al suo sogno di diventare ballerino, lavora sodo per coltivare il suo talento e lottare per ciò che lo rende felice. Di fronte alla bravura e alla caparbità del figlio, il padre non può che accettare la sua scelta e sostenerla.



Sognando Beckham, di Gurinder Chada (USA, Regno Unito, Germania, 2002)

Jess è una ragazza indo-britannica che vive in una famiglia molto legata alle tradizioni culturali. Jess è appassionata di calcio e sogna di diventare una campionessa come il suo idolo David Beckham. Una sua amica, Jules, la invita a giocare con la squadra di calcio locale. Fin da subito Jess dimostra di avere molto talento. I genitori di Jess sono contrari alla scelta della figlia, perché considerano il calcio uno sport maschile e non adatto a una ragazza. Ma Jess continua a giocare e la sua passione la porta alla finale di campionato e alla borsa di studio sportiva per l'università americana di Santa Clara. La famiglia si convince del suo talento e la sostiene nel suo viaggio verso la sua nuova carriera.

■ Dopo aver guardato i film, rifletti rispondendo alle seguenti domande.

- 1 Che cosa ha permesso a Billy e Jess di seguire il loro sogno?
- 2 Chi li ha aiutati?
- 3 Nei loro panni che cosa avresti fatto tu?



IL TUO ZAINO Scegliere la scuola superiore significa pensare al futuro e quindi immaginare ciò che potrebbe accadere anche dopo gli studi. Per questo motivo è importante lasciare spazio ai tuoi desideri e ai tuoi sogni, che si aggiungono a quanto hai imparato finora.

Inserisci nel tuo zaino ciò che hai scoperto di te: i tuoi desideri per il presente e i sogni per il tuo futuro.

> p. 49

Imparare a imparare

La gioia di imparare è indispensabile agli studi come la respirazione ai corridori.
(S. Weil)

Finora hai riflettuto su tanti aspetti che riguardano la tua persona: le tue caratteristiche, i tuoi punti di forza e di debolezza, i tuoi interessi, attitudini, capacità e competenze. È arrivato adesso il momento di **capire** qual è **il tuo modo di imparare**, perché tu possa scegliere una scuola superiore dove si insegna in un modo simile a come tu impari. “Imparare a imparare” significa essere consapevoli del proprio modo di pensare e conoscere, riflettendo sulle modalità e sulle strategie utilizzate per apprendere.

Riflettere sui modi attraverso cui apprendi ti permette anche di controllarli, cioè di **capire** le **difficoltà** che ti si presentano, le **abilità** che puoi applicare, le **strategie** più efficaci e gli sforzi necessari per raggiungere il tuo obiettivo. Questa riflessione non è istintiva: spesso non sei consapevole di come funziona la tua mente quando apprende, ma puoi provare a scoprirlo.

- Cerca di **capire quali sono le tue risorse e i tuoi punti di debolezza** (per esempio se hai delle lacune in determinate discipline, se soffri di ansia da prestazione, se fai fatica a dedicare tempo allo studio...).
- Prova a **superare alcune convinzioni che bloccano l'apprendimento** (per esempio l'idea di non farcela, la convinzione che per alcune materie non sei portato/a...).
- **Tieni sempre ben presente il tuo stile di apprendimento**, cioè il modo con cui impari meglio (per esempio le strategie con cui memorizzi e applichi le tue conoscenze).
- **Rifletti sulle modalità in cui si manifesta la tua intelligenza**, cioè il modo in cui comprendi il mondo in cui vivi e risolvi i problemi che puoi incontrare in ogni momento della tua vita.
- **Capisci quali sono le tecniche e le strategie che utilizzi abitualmente per studiare**, provando a modificare quelle che non sono efficaci.



Stili di apprendimento

Una buona consapevolezza del tuo **stile di apprendimento** (il tuo modo preferito di imparare) ti permette di trovare più facilmente le strategie che ti possono servire per migliorarlo. Non tutti apprendiamo allo stesso modo! Lo scrittore Daniel Pennac, per esempio, descrive la classe come un'orchestra, dove ognuno suona il suo strumento, ovvero ognuno impara a modo suo, con le sue strategie e il suo stile di apprendimento.

«Ogni studente suona il suo strumento, non c'è niente da fare. La cosa difficile è conoscere bene i nostri musicisti e trovare l'armonia. Una buona classe non è un reggimento che marcia al passo, è un'orchestra che prova la stessa sinfonia. E se hanno ereditato il piccolo triangolo che sa fare solo *tin tin*, o lo scacciapensieri che fa soltanto *bloing bloing*, la cosa importante è che lo facciano al momento giusto, il meglio possibile, che diventino un ottimo triangolo, un impeccabile scacciapensieri, e che siano fieri della qualità che il loro contributo conferisce all'insieme. Siccome il piacere dell'armonia li fa progredire tutti, alla fine anche il piccolo triangolo conoscerà la musica, forse non in maniera brillante come il primo violino, ma conoscerà la stessa musica.»

(D. Pennac, *Diario di scuola*, Feltrinelli, Milano 2008)



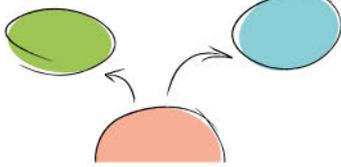
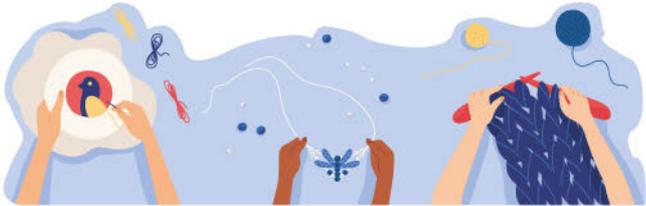
Nel suo romanzo, Pennac narra la sua vita, prima come studente e poi come insegnante, e racconta delle difficoltà che ha incontrato a scuola, perché non sempre il suo modo di imparare era capito dai suoi maestri, che lo consideravano spesso un "somaro", incapace di studiare. Diventato lui stesso insegnante, capisce che **ogni studente impara in modo diverso**, ha un suo stile di apprendimento preferito: capire lo stile di apprendimento è importante per lo studente, ma anche per l'insegnante che può trovare un modo di insegnare adatto ai diversi alunni. In una classe ogni studente ha il suo stile, come in un'orchestra ogni musicista suona il suo strumento, e tutti possono imparare. Anche nella scuola superiore la classe è composta da studenti con stili di apprendimento diversi, ma **le differenti scuole possono favorire uno stile di apprendimento piuttosto che un altro**: per esempio gli istituti professionali affrontano gli argomenti delle diverse materie soprattutto attraverso l'esperienza pratica, il *learning by doing* (imparare facendo) e questa modalità potrebbe favorire gli studenti che hanno uno stile di apprendimento cinestesico, cioè che imparano meglio facendo.



Apprendimento attivo

1. TU DI CHE STILE SEI?

- È importante sapere qual è il tuo modo preferito di apprendere, poiché le diverse scuole superiori possono favorire uno stile di apprendimento piuttosto che un altro e sapere qual è il tuo ti può aiutare nella scelta. Leggi la seguente tabella e attribuisce a ciascuno stile di apprendimento un punteggio da 1 a 5 (dove 1 è molto lontano da come studi tu e 5 è molto in sintonia con te).

Stile di apprendimento	da 0 a 5
<p>Stile visivo-verbale</p> <p>Preferenza per la letto-scrittura: tu impari meglio leggendo?</p> 	
<p>Stile visivo non verbale</p> <p>Memorizzi di più le cose se lavori con immagini, disegni, fotografie, simboli, mappe concettuali, grafici e diagrammi?</p> 	
<p>Stile uditivo</p> <p>Preferenza per l'ascolto: impari meglio ascoltando una lezione, partecipando a discussioni, attraverso il lavoro con un compagno o una compagna o a gruppi?</p> 	
<p>Stile cinestesico</p> <p>Preferenza per attività pratiche: impari meglio facendo?</p> 	

- Calcola il punteggio: lo stile in cui hai il punteggio più alto è il tuo stile di apprendimento.

1 Qual è il tuo stile di apprendimento preferito?

2 Ora, in base al tuo stile preferito, cerca nella tabella le strategie migliori per studiare.

<p>Stile visivo-verbale</p> <p>Preferenza per la lettura-scrittura: si impara leggendo.</p>	<p>Strategie</p> <ul style="list-style-type: none"> • Prendere appunti in classe e rileggerli a casa. • Prendere nota delle indicazioni per i compiti. • Elencare per iscritto ciò che si deve ricordare. • Riassumere per iscritto quello che si legge. • Avere istruzioni o spiegazioni scritte. • Utilizzare grafici e diagrammi accompagnati da spiegazioni scritte.
<p>Stile visivo non verbale</p> <p>Preferenza per immagini, disegni, fotografie, simboli, mappe concettuali, grafici e diagrammi.</p>	<p>Strategie</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare disegni, immagini, grafici, schemi, mappe, anche multimediali, con parole-chiave per memorizzare i termini e per visualizzare il materiale da studiare. • Usare il colore per evidenziare le parole-chiave e per differenziare i diversi contenuti, anche in modo gerarchico (dal più importante al meno importante). • Utilizzare gli indici testuali prima di leggere il capitolo di un libro. • Durante lo studio o l'ascolto di una lezione creare immagini mentali di ciò che viene letto o ascoltato, utili per il recupero dei contenuti.
<p>Stile uditivo</p> <p>Preferenza per l'ascolto: si impara meglio ascoltando una lezione, partecipando a discussioni, attraverso il lavoro con un compagno o una compagna o a gruppi.</p>	<p>Strategie</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ascoltare con attenzione le spiegazioni in classe. • Registrare le lezioni a scuola, registrare la propria voce mentre si ripete a voce alta la lezione. • Richiedere spiegazioni orali agli insegnanti. • Usare la sintesi vocale per la lettura. • Utilizzare audiolibri per leggere i libri. • Lavorare in coppia con un compagno o una compagna o in gruppo.
<p>Stile cinestesico</p> <p>Preferenza per attività pratiche: si impara facendo.</p>	<p>Strategie</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sperimentare i contenuti di una lezione e fare delle prove nelle materie in cui è possibile trasformare in pratica ciò che si deve studiare. • Alternare momenti in cui si sta seduti a momenti in cui ci si alza. • Organizzare in maniera adeguata i momenti di studio e quelli di pausa.

Metodo di studio

Nel corso degli anni, dalla scuola primaria in poi, avrai sentito parlare del “**metodo di studio**”, cioè dell’insieme di tecniche, strategie, atteggiamenti, convinzioni con cui ciascuno studia e apprende.

Il tuo metodo di studio **dipende dal tuo stile di apprendimento**, su cui hai già riflettuto, ma anche **dalla tua intelligenza e dal tuo modo di essere studente**.

Prova a capire com’è la tua intelligenza e quali sono le tecniche e le strategie che utilizzi abitualmente per studiare, sapendo che quelle poco efficaci e che ti impediscono di raggiungere risultati positivi possono essere cambiate.

La Teoria delle Intelligenze Multiple

Un importante psicologo statunitense, **Howard Gardner**, studiando il funzionamento della mente, ha compreso che **gli esseri umani possiedono diversi tipi di intelligenze**, cioè diverse **modalità di comprendere**, analizzare, risolvere i problemi... e ha così elaborato la **Teoria delle Intelligenze Multiple**, che si basa sull’idea che **ogni persona possiede nove diverse intelligenze**, ma in ciascuna persona alcune sono più spiccate, mentre altre sono meno evidenti.

Non esistono due persone che abbiano esattamente la stessa combinazione di intelligenze. Qualcuno è più forte nell’intelligenza linguistica e spaziale, qualcuno in quella matematica e interpersonale. Ma ognuno può imparare, sfruttando al meglio quelle che sono le sue intelligenze migliori e più sviluppate. Non sempre abbiamo consapevolezza delle nostre intelligenze più sviluppate e forti e del modo in cui le utilizziamo per imparare. Nella **scelta della scuola superiore** invece è importante conoscere **quale tipo di intelligenza** è più marcata in una persona, dato che i percorsi sono tanti e perché propongono modalità diverse di comprendere il mondo, di analizzarlo e di risolvere i problemi.



Apprendimento attivo

1. COME SEI INTELLIGENTE?

Alcune persone possiedono livelli molto alti in tutte o quasi tutte le intelligenze, mentre altre persone hanno sviluppato in modo più spiccato solo alcune di esse. Tuttavia è bene sapere che **tutti possono sviluppare le diverse intelligenze**, attraverso lo **studio** e l'**esercizio**. Se sei consapevole delle tue intelligenze più forti e di quelle più deboli, puoi usare le più forti per sviluppare o compensare quelle più deboli.

- Leggi la seguente tabella e attribuisce a ciascun tipo di intelligenza un punteggio da 1 a 9 in base a quanto pensi sia spiccata/presente in te (dove 1 indica che è poco marcata e 9 è invece molto presente).

Tipo di intelligenza	da 1 a 9
<p>Intelligenza linguistica</p>  <p><i>“Pensare con le parole”</i></p> <p>È l'intelligenza legata alla capacità di utilizzare in modo chiaro ed efficace le parole.</p> <p>Chi la possiede solitamente:</p> <ul style="list-style-type: none"> • è in grado di variare il suo registro linguistico (scelta delle parole, modo di esprimersi per convincere, trasmettere informazioni, comunicare emozioni) in base alle necessità; • ha la tendenza a riflettere sul linguaggio. 	
<p>Intelligenza logico-matematica</p>  <p><i>“Pensare con i numeri e riflettere sulle loro relazioni”</i></p> <p>È l'intelligenza legata alla capacità di ricordare i simboli matematici.</p> <p>Chi la possiede ha la capacità di:</p> <ul style="list-style-type: none"> • comprendere le proprietà di base dei numeri, aggiungendo o sottraendo; • capire i principi di causa ed effetto; • lavorare con simboli astratti (per esempio numeri, figure geometriche ecc.); • cogliere le relazioni o trovare i nessi tra informazioni separate e distinte. 	
<p>Intelligenza corporeo-cinestesica</p>  <p><i>“Pensare con il corpo e i suoi movimenti”</i></p> <p>È l'intelligenza legata a una preferenza per attività pratiche.</p> <p>Chi la possiede:</p> <ul style="list-style-type: none"> • impara meglio facendo, attraverso esperienze concrete che interessano tutto il corpo; • ha un'elevata sensibilità tattile e coordinazione e armonia motoria. 	

Tipo di intelligenza

da 1 a 9

Intelligenza visuo-spaziale



“Pensare con le immagini”

È l'intelligenza legata alla capacità di percepire forme e oggetti nello spazio.

Chi la possiede:

- ricorda bene i dettagli ambientali e le caratteristiche esteriori delle figure;
- ha un buon senso dell'orientamento;
- realizza con facilità mappe, diagrammi, carte geografiche, modellini;
- ha una memoria visiva: si ricorda un testo o una parola per la sua collocazione nella pagina del libro;
- ama scarabocchiare, creare, disegnare, combinare i colori e gli oggetti;
- privilegia puzzle, giochi di costruzione e di composizione.

Intelligenza musicale



“Pensare con la musica”

È l'intelligenza legata alla capacità di riconoscere, ricostruire e comporre brani musicali sulla base del tono, del ritmo e del timbro.

Chi la possiede:

- apprende in modo privilegiato attraverso il canto e la musica;
- trasforma, spesso, ciò che sente in una cantilena o in un ritmo;
- riconosce e usa schemi ritmici e tonici;
- sa usare la voce e gli strumenti musicali;
- ha una spiccata sensibilità per i suoni dell'ambiente.

Intelligenza interpersonale



“Pensare attraverso le relazioni con gli altri”

È l'intelligenza legata alla capacità di comprendere gli altri, le loro esigenze, le loro emozioni, le paure e i desideri, di creare situazioni sociali.

Chi la possiede:

- ha una spiccata empatia (capacità di mettersi nei panni dell'altro e di comprenderne le emozioni);
- è abile nel costruire relazioni;
- è capace di mediare in situazioni di conflitto;
- coltiva molte amicizie;
- socializza con facilità;
- predilige lavori e giochi di gruppo.

Tipo di intelligenza

da 1 a 9

Intelligenza intrapersonale



“Pensare attraverso i propri sentimenti e stati mentali”

È l'intelligenza legata alla capacità di comprendere la propria individualità e di saperla inserire nel contesto sociale.

Chi la possiede:

- è capace di conoscere le proprie emozioni e i propri sentimenti;
- mostra un senso d'indipendenza;
- tende a esprimere le sue opinioni in modo categorico e sicuro di sé;
- ha una buona autostima;
- coltiva hobby personali e individuali;
- tende a non seguire le mode;
- preferisce il lavoro individuale.

Intelligenza naturalistica



“Pensare alla natura e al mondo che ci circonda”

È l'intelligenza legata alla capacità di individuare determinati oggetti naturali, classificarli in un ordine preciso e cogliere le relazioni tra di essi.

Chi la possiede:

- si diverte ad analizzare, studiare e curare piante, animali e ambienti naturali;
- è sensibile agli aspetti ecologici di piante e animali e ai temi ambientalisti.

Intelligenza esistenziale



“Pensare alle questioni etiche ed esistenziali”

È l'intelligenza legata alla capacità di riflettere sui grandi temi della vita e dell'universo come la coscienza umana, la natura dell'universo, l'origine del mondo, l'esistenza del bene e del male nel mondo.

Chi la possiede:

- si pone domande sull'esistenza umana come “da dove viene l'uomo? Dove va?”;
- riflette sul perché esiste il mondo, su che cosa sia il tempo, la morale ecc.;
- tende a mettere in dubbio le conoscenze e a riflettere sul “perché” di ciò che esiste.

1 Quali sono le intelligenze più forti in te?

.....

.....

2 Quali sono le più deboli?

.....

.....

Il tuo atteggiamento verso lo studio

Forse qualche volta avrai pensato al motivo per cui devi andare a scuola e devi studiare.

La legge italiana garantisce a tutti il diritto di andare a scuola, ovvero l'accesso alla cultura, all'apprendimento, allo studio; nello stesso tempo riconosce come **obbligatoria l'istruzione** per almeno dieci anni, **dai 6 fino ai 16 anni**, per questo motivo è necessario frequentare il biennio dopo la scuola secondaria di primo grado. Questo si chiama "**diritto e dovere all'istruzione**".

Quindi hai il diritto di andare a scuola e di imparare e nello stesso tempo, per almeno altri due anni e fino ai 16 anni, sei anche obbligata/o a farlo. Tu puoi scegliere quale scuola superiore frequentare. In questa scelta ti può essere utile riflettere sul tuo "**modo di essere studente**", che deriva dal significato che ha per te la scuola (perché studi) e dal modo con cui l'affronti ogni giorno (come studi).



Apprendimento attivo

1. IL TUO "MODO DI ESSERE STUDENTE"

- Prova a riflettere rispondendo alle domande. Puoi scegliere una sola risposta per ogni domanda. Cerca di rispondere nel modo più sincero possibile, solo così potrai capire qual è il tuo atteggiamento rispetto allo studio.

1 Perché studi?

- Per imparare cose nuove e sviluppare le mie competenze.
- Per poter avere più opportunità nel mio futuro.
- Perché è un mio dovere.
- Non lo so.
- Per non deludere i miei genitori.
- Vado a scuola, ma non studio.

2 A scuola, sei attento/a alle lezioni?

- Sono sempre attento/a e partecipo a tutte le lezioni.
- Sono sempre attento/a, ma non con la stessa partecipazione in tutte le lezioni.
- Quasi sempre.
- A volte, seguo solo le lezioni che mi interessano.
- A volte, solo se sollecitato/a dagli insegnanti.
- Non riesco a essere attento/a e mi distraigo sempre.



3 A scuola, porti l'occorrente e hai cura dei materiali?

- Sì sempre.
- Sì, quasi sempre.
- Non sempre, a volte mi dimentico di controllare l'orario scolastico e il diario.
- A volte, dipende per quali materie.
- A volte, tanto ci sono i compagni che mi prestano i materiali.
- Solo se i miei genitori mi hanno aiutato a preparare la cartella.

4 A casa, quando e quanto studi e svolgi i compiti?

- Tutti i giorni con regolarità e costante impegno.
- Tutti i giorni, ma non sempre con lo stesso impegno.
- Alcuni giorni sì, altri no.
- Solo quando ho interrogazioni o verifiche.
- Solo le materie o gli argomenti che mi incuriosiscono e mi interessano.
- Non studio e non svolgo i compiti.

5 A casa, come organizzi lo studio e lo svolgimento dei compiti?

- Faccio un programma pomeridiano della settimana organizzando lo studio e le attività del tempo libero.
- Verifico di giorno in giorno quali compiti devo svolgere.
- Controllo ogni volta il diario e/o il registro e poi inizio a svolgere i compiti meno difficili.
- Decido in modo casuale quali compiti svolgere.
- Studio e svolgo i compiti solo delle materie che mi piacciono.
- Non studio e non svolgo i compiti.

6 A casa, se incontri difficoltà nello svolgere i compiti, che cosa fai?

- Non incontro generalmente difficoltà e sono sempre in grado di svolgere i compiti.
- Chiedo aiuto a un compagno o a una compagna.
- Chiedo aiuto ai genitori.
- Non svolgo il compito e a scuola chiedo spiegazione all'insegnante.
- Chiedo ai genitori di giustificarmi.
- Non svolgo i compiti e a scuola li copio dai compagni.

7 A casa, mentre studi e fai i compiti ti capita di distrarti? Che cosa fai?

- Non capita, perché sono sempre concentrato/a e mentre studio elimino le cose che possono distrarmi (cellulare, computer...).
- Capita raramente, perché organizzo le attività in modo da alternare concentrazione e pause.
- Capita a volte e faccio delle pause o trovo un luogo in casa dove non ci siano distrazioni.
- Chiedo ai miei genitori un aiuto per concentrarmi.
- Mi distraigo spesso e svolgo solo una parte dei compiti.
- Mi distraigo sempre e non svolgo i compiti.



8 A casa, quando hai tanti compiti e ti accorgi di non avere tempo sufficiente per svolgerli, che cosa fai?

- Non succede, programmo lo studio e i compiti in modo da avere sempre tempo per svolgerli.
- Recupero il tempo non svolgendo altre attività del tempo libero.
- Recupero il tempo studiando la sera.
- Svolgo solo alcuni compiti e per quelli che non sono riuscita/o a fare chiedo ai genitori di giustificarmi.
- Non svolgo tutti i compiti e vado a scuola impreparata/o.
- Non svolgo tutti i compiti e a scuola li copio dai compagni.

■ Rileggi le risposte che hai dato e trascrivile in una descrizione che ti aiuterà a sintetizzare il tuo “modo di essere studente”. Ti proponiamo un esempio.

Il mio “modo di essere studente”

Studio per imparare cose nuove e sviluppare le mie competenze. A scuola sono quasi sempre attento alle lezioni, ma a volte mi dimentico di controllare l'orario scolastico e il diario e non porto l'occorrente.

A casa studio e svolgo i compiti tutti i giorni, ma non sempre con lo stesso impegno. Decido in modo casuale quali compiti svolgere, se incontro difficoltà chiedo aiuto a un compagno o a una compagna. A volte mi capita di distrarmi, ma faccio delle pause e cerco di trovare un luogo in casa dove non ci siano molte distrazioni. Se ho tanti compiti e mi accorgo di non avere tempo sufficiente per svolgerli, recupero il tempo studiando la sera.

1 Confrontati con un tuo compagno o compagna su quanto avete descritto del vostro modo di essere studenti, provando a darvi dei suggerimenti utili a migliorare le vostre strategie e motivazioni.

2 Confrontati ora con i tuoi insegnanti e i tuoi genitori sugli aspetti del tuo modo di essere studente che potresti migliorare: chiedi a loro dei suggerimenti!



IL TUO ZAINO Ora che hai riflettuto sul tuo stile di apprendimento, sulle caratteristiche della tua intelligenza, sul tuo modo di essere studente, hai conosciuto aspetti importanti di te che ti saranno utili per capire quale percorso potrebbe essere più simile al tuo modo di imparare.

Inserisci nel tuo zaino ciò che hai imparato di te: il tuo stile di apprendimento, le tipologie di intelligenza più marcate in te, la descrizione del tuo modo di essere studente. ➤ p. 50

Le opinioni che contano

La credenza che la realtà che ognuno vede sia l'unica realtà è la più pericolosa di tutte le illusioni. (P. Watzlawick)

Finora hai riempito il tuo zaino di tanti aspetti che hai scoperto di te a partire dal **tuo punto di vista**, da quello che pensi e senti di te, ovvero dalla **tua opinione di te**.

Il tuo è sicuramente il punto di vista più importante, ma non l'unico. Per imparare a conoscerti sempre meglio è importante anche **l'opinione degli altri**; i punti di vista delle persone che ti conoscono possono infatti arricchire la conoscenza che hai di te e di conseguenza **aiutarti a riflettere e a orientarti**.

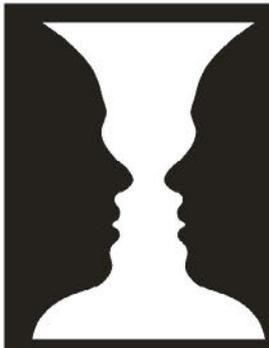
Non esiste un unico punto di vista, noi conosciamo noi stessi e il mondo per come li percepiamo, ma possiamo imparare a conoscerci anche per come gli altri ci vedono, attraverso i loro occhi.

Per te, che finora hai imparato a conoscerti attraverso il tuo punto di vista, adesso **è utile scoprire come ti vedono gli altri**, perché potrebbero **mostrarti degli aspetti di te che tu non hai colto** e solo attraverso i loro occhi sono visibili. Provare a guardarti attraverso i loro occhi è possibile: il tuo cervello è infatti naturalmente dotato della capacità di cambiare il punto di vista sulle cose e di scoprirne nuovi aspetti.

Che cos'è la percezione?

Il **cervello** è capace di *percepire* aspetti diversi della realtà: **per conoscere rielabora le informazioni** che derivano dai **sensi**, le riorganizza. Questa azione di riorganizzazione si chiama **percezione**.

La percezione non è quindi la riproduzione fedele della realtà: vediamo le cose in un certo modo non perché siano così, ma perché il nostro cervello le vede così. Quindi **la realtà non è solo come la vediamo** noi. Facciamo qualche esempio.



Vaso di Rubin.

Che cosa vedi in questa illustrazione?

.....

.....

.....

.....

.....

.....



La moglie e la suocera di William Ely Hill.

E che cosa vedi in quest'altra illustrazione?

.....

.....

.....

.....

Ogni foto contiene due immagini, a seconda del punto di vista da cui le guardi: in base a dove punti il tuo sguardo la percezione cambia e puoi vedere immagini diverse. Non è una magia! Ma il modo di funzionare del nostro cervello.

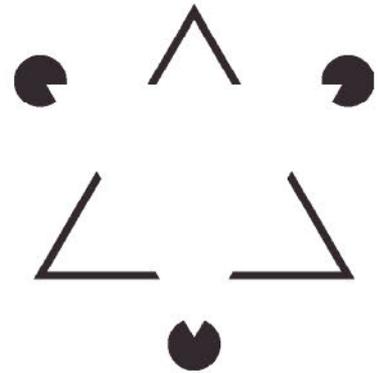
Che cosa vedi in questa illustrazione?

.....

.....

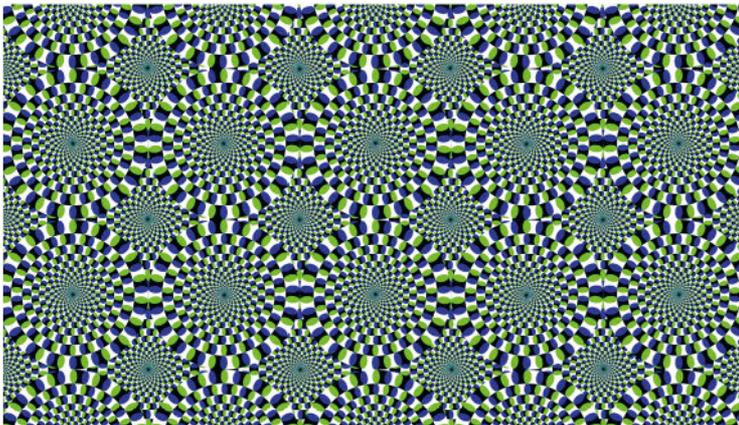
.....

Il tuo cervello si è "illuso" di vedere un triangolo bianco, che in realtà non esiste, ma è frutto di un modo di comporre l'immagine con linee e cerchi. Si tratta di un'illusione: a volte, infatti, pensiamo di vedere delle cose che non esistono.



Triangolo di Kanizsa.

Facciamo un altro esempio di illusione percettiva: che cosa vedi?



Illusione creata da Akiyoshi Kitaoka.

.....

.....

.....

.....

Ti sembrerà che le immagini si muovano, che girino. Ma non è così! È il tuo cervello che le percepisce in movimento.

Aumentare i punti di vista, aumentare la conoscenza

La **realtà** è più complessa di come la vedi e diversa da come la percepisci. Per averne una **conoscenza più completa**, può essere utile avere **più punti di vista da cui osservarla**. Essere al corrente del punto di vista degli altri e confrontarti con le loro opinioni è quindi un modo **per aumentare la tua conoscenza** della realtà. Anche la conoscenza che hai di te può essere arricchita dai punti di vista degli altri: **conoscere ciò che altre persone pensano di te può aiutarti ad avere una visione più completa della tua persona**, inoltre può essere un'importante occasione di confronto e arricchimento, soprattutto nel momento in cui ti stai preparando alla scelta della scuola e al tuo nuovo progetto per il futuro.

Mentre ti stai orientando ci sono punti di vista e opinioni che contano più di altre, quelle dei **tuoi genitori** e **dei tuoi insegnanti**, che hanno imparato a conoscerti in modo diverso e **possono darti delle informazioni utili** su aspetti di te, che magari tu non cogli: tenerle in considerazione è molto importante.

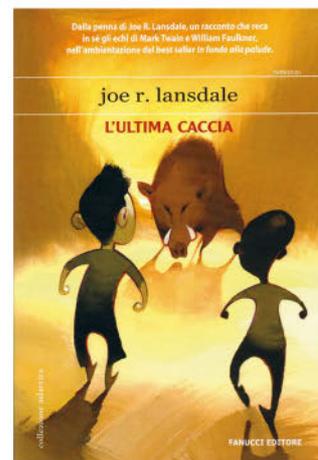


Apprendimento attivo

1. LE OPINIONI DEI TUOI GENITORI

I tuoi **genitori** sono una fonte importante di informazioni su di te e sul mondo, inoltre tante volte hanno **dovuto fare delle scelte** e quindi **possono accompagnarci nell'imparare a scegliere**. Possono infatti aiutarti a riflettere, a trovare altri punti di vista e qualche volta riescono anche a riportarti con i piedi per terra se i tuoi pensieri sono poco in contatto con la realtà.

- A questo proposito ti suggeriamo di leggere il brano seguente, tratto da un romanzo di Joe R. Lansdale *L'ultima caccia*, ambientato nel 1933 in Texas. Il protagonista è il quindicenne Richard, che vive con la sua famiglia in una fattoria vicino a un fiume nel Texas orientale. Il padre spesso si assenta per fare combattimenti di lotta libera nelle fiere itineranti, ma quando è a casa è un padre attento e capace di dialogare con Richard. Nel brano Richard e suo padre stanno lavorando nella fattoria e improvvisamente il padre fa una domanda inaspettata al figlio che permetterà a entrambi di riflettere sul futuro e sul desiderio di Richard di diventare scrittore.



Cosa ti piacerebbe fare da grande?

“Cosa ti piacerebbe fare da grande, figliolo?”

Venni colto alla sprovvista. Non avevo mai avuto dubbi su cosa avrei fatto. Avrei continuato a fare il contadino. Avrei coltivato quello che era possibile e me la sarei cavata nel migliore dei modi, proprio come aveva fatto papà. Mi resi conto che forse avevo la possibilità di scegliere e, di fronte a quella domanda, mi accorsi anche di avere una risposta.

“Mi piacerebbe scrivere delle storie” dissi. Quelle parole mi saltarono fuori dalla bocca con grande naturalezza. Probabilmente era un po’ che covavo quell’idea dentro di me, ma ora che Doc Travis mi aveva portato quelle riviste e che papà mi aveva fatto quella domanda in maniera tanto diretta, era venuto il momento di prendere una decisione.

Papà gridò: “Fermati!” a Clancy¹, poi si voltò dalla mia parte e mi guardò. Ebbi la terribile, pesante sensazione di aver dato la risposta sbagliata. “E allora?” chiese. Per un istante, considerai l’ipotesi di cambiare risposta, ma temevo che mi avesse sentito bene e che stesse solo assicurandosene.

“Mi piacerebbe scrivere delle storie” dissi nuovamente. “Come quelle delle riviste che mi ha portato Doc Travis.”

“Delle storie?” chiese papà.

“Sissignore.”

“Vuoi dire, inventare e scrivere delle storie?”

“Sissignore.” Papà restò in silenzio per un momento, riflettendo. Iniziai a sentirmi a disagio a proposito della carriera che avevo appena scoperto di voler intraprendere. Dal tono di voce di papà, intuì che per me aveva pensato a diverse attività, ma tra queste non figurava certo scrivere storie per riviste.

Dopo un po’, chiese: “Pagano qualcuno per farlo? Per inventarsi delle storie?” A dir la verità, a quell’aspetto della mia carriera non ci avevo pensato. E se non ti pagavano per scrivere storie? E se quelle storie le scrivevano dei tizi ricchi per puro divertimento? Se quei tizi non avevano nient’altro da fare che bighellonare e scrivere storie e leggere libri? Voglio dire, chi ti paga per permetterti di spassartela? L’unico tipo di lavoro che avessi mai conosciuto non era affatto uno spasso. E la paga non era certo granché, appena sufficiente per continuare a mettere qualcosa sotto i denti. Però fui abbastanza temerario da dire: “Penso di sì, papà”.



¹ Clancy: è il nome di uno dei due muli che appartengono alla famiglia di Richard.

Lui annuì. “E perché lo vorresti fare, figliolo? Perché vorresti scrivere storie?”

“Perché sì” risposi. “Sento che devo farlo.” Ed era vero. Più ci pensavo e ne parlavo, e più ero determinato a diventare scrittore. Era un’idea che mi faceva stare bene, come bere una bella tazza di caffè caldo in una mattinata fredda e lasciarlo arrivare nello stomaco. Mi aspettavo che papà mi facesse un bel discorsetto sul senso pratico, ma invece mi sorprese. “Bene, figliolo, se è questa la tua aspirazione, penso che debba imparare come si fa. Dovrai andare a scuola più spesso, considerato che hai saltato un bel po’ di lezioni”.

Non stava parlando a vanvera. Avevo saltato molti giorni di scuola.

Abitando dove abitavamo, non disponendo di un’automobile e considerato che papà aveva bisogno del mio aiuto in casa, non avevo molte opportunità per raggiungere il paese e andare a scuola. A volte, ultimato il raccolto o, quando c’era poco da fare, salivo sul mulo e mi recavo in paese per frequentare il maggior numero di ore di lezione possibile. Ma, alla fine dell’anno, non è che fossero poi molte.

“Non so come riusciremo a farlo, papà. Tu e mamma avete bisogno di me qui.”

Non replicò. “E non ti serve una di quelle macchine da scrivere che mettono le parole sulla carta?”

Non ci avevo pensato. “Sissignore. Penso di sì.”

“Dovresti imparare a usarla, se ne avessi una, giusto?” “Sissignore.”

“Ovviamente, dovresti procurarti la carta e tutto il necessario per una macchina da scrivere.” “Sissignore” dissi.

“E poi dovresti scoprire dove si può vendere quello che hai scritto.”

“Sissignore, immagino di sì.” Stavo iniziando a pensare che papà volesse evidenziare i punti deboli del mio piano, cercando di farmi tenere i piedi per terra, ma continuò a parlare e capii che mi sbagliavo.

“Ora che ci penso, potresti trovare gli indirizzi utili a cui mandare le tue storie controllando sulle riviste che leggi.” [...]

“Bene, se davvero è questo che vuoi fare... Se vuoi scrivere quelle storie, allora la decisione spetta a te. Ma io la tua possibilità, in un modo o nell’altro, te la concederò. Capito?”

“Sissignore.”

(J. R. Lansdale, *L’ultima caccia*, Fanucci, Roma 2006)

1 Dopo aver letto il brano, sottolinea i passaggi in cui il padre di Richard, secondo te, lo aiuta a riflettere.

2 Pensando alla tua esperienza, hai avuto occasioni per riflettere anche tu con i tuoi genitori? Che cosa ti hanno detto?

- Se ancora non hai parlato con i tuoi genitori della tua scelta rispetto alla scuola superiore, prova a proporre a loro una piccola scheda che li può aiutare a riflettere sui diversi criteri di scelta che ti riguardano.

L'opinione dei miei genitori su di me rispetto a...

Caratteristiche personali:

.....

.....

.....

Punti di forza e debolezza:

.....

.....

.....

Interessi scolastici e extrascolastici:

.....

.....

.....

Attitudini:

.....

.....

.....

Capacità e competenze:

.....

.....

.....

Sogni e desideri:

.....

.....

.....

Stili di apprendimento:

.....

.....

.....

Metodo di studio:

.....

.....

.....

2. LE OPINIONI DEI TUOI INSEGNANTI

Anche i tuoi **insegnanti** possono aiutarti a scegliere, perché **conoscono il tuo modo di essere studente**: ti hanno osservato lavorare in classe, collaborare con i compagni e le compagne, svolgere compiti scolastici, imparare cose nuove, allenarti ed esercitarti, studiare, sviluppare le competenze, accrescere le conoscenze e applicare le attitudini, ma anche fare fatica, scoraggiarti di fronte a compiti difficili, discutere con gli amici e le amiche, perdere la pazienza, distrarti e perdere la motivazione allo studio.

Inoltre **ogni insegnante è esperto riguardo a ciò che insegna** e quindi è in grado di **capire quanto tu possa essere portato per la sua disciplina** (materia). Se per esempio ti piace molto l'arte, vai spesso a vedere delle mostre e durante l'ora di educazione artistica a scuola sei sempre molto attenta/o, l'insegnante di arte potrebbe aiutarti a capire se questo tuo interesse è anche accompagnato da un'attitudine al disegno sufficiente per iscriverti a un percorso di studi di area artistica.

- È importante quindi confrontarti anche con i tuoi insegnanti, tenere in considerazione le loro opinioni che possono arricchire la tua conoscenza di te.

1 Potresti cominciare con un'intervista da fare a loro, chiedendo in particolare:

- come ti vedono: le tue caratteristiche personali, i tuoi punti di forza e debolezza, le tue attitudini;
- che cosa pensano delle tue capacità.

2 Per facilitare l'intervista, sottoponi anche a loro lo stesso schema che hai utilizzato a p. 54. Scegli cinque insegnanti da intervistare, in modo da avere più punti di vista. Quando hai raccolto le interviste prova a confrontarle con lo schema che tu hai compilato precedentemente in cui emerge la percezione che hai di te stesso.

(NOME)	è capace di...	da 0 a 5
	Capacità relazionale-comunicativa: è capace di ascoltare gli altri, comunicare, stabilire relazioni interpersonali, lavorare in gruppo, collaborare, mediare in situazioni di conflitto.	prof. <input type="radio"/> 0 <input type="radio"/> 1 <input type="radio"/> 2 <input type="radio"/> 3 <input type="radio"/> 4 <input type="radio"/> 5
		prof. <input type="radio"/> 0 <input type="radio"/> 1 <input type="radio"/> 2 <input type="radio"/> 3 <input type="radio"/> 4 <input type="radio"/> 5
		prof. <input type="radio"/> 0 <input type="radio"/> 1 <input type="radio"/> 2 <input type="radio"/> 3 <input type="radio"/> 4 <input type="radio"/> 5
		prof. <input type="radio"/> 0 <input type="radio"/> 1 <input type="radio"/> 2 <input type="radio"/> 3 <input type="radio"/> 4 <input type="radio"/> 5
		prof. <input type="radio"/> 0 <input type="radio"/> 1 <input type="radio"/> 2 <input type="radio"/> 3 <input type="radio"/> 4 <input type="radio"/> 5

(NOME) è capace di...

da 0 a 5

Capacità linguistica: è capace di utilizzare il linguaggio, scritto e orale, di esprimersi correttamente e in modo fluido, di scrivere dei testi e di comunicare.



prof.

0 1 2 3 4 5

Capacità numerica: è capace di svolgere giochi di logica ed esercizi di matematica, fare calcoli, risolvere problemi.



prof.

0 1 2 3 4 5

Capacità manuale-cinestetica: è capace di creare, modellare, assemblare, riparare, costruire con precisione, utilizzare il corpo, praticare uno sport.



prof.

0 1 2 3 4 5

(NOME) è capace di...

da 0 a 5

Capacità spaziale-artistica: è capace di disegnare, usare e accostare colori e forme, cogliere i dettagli visivi, inventare e creare cose nuove e originali, realizzare oggetti con materiali di scarto.



prof.

0 1 2 3 4 5

Capacità organizzativa: è capace di organizzare e pianificare il proprio lavoro e quello degli altri, programmare con metodo e precisione le attività, gestire i tempi e le scadenze.



prof.

0 1 2 3 4 5

Capacità analitica: è capace di esaminare e scomporre i fatti, di analizzare i dati, risolvere i problemi analizzandone tutti gli aspetti e valutando le diverse soluzioni.



prof.

0 1 2 3 4 5

3. IL PUNTO DI VISTA DI CHI TI CONOSCE BENE

- Rileggi ora le risposte che ti hanno dato i tuoi genitori e i tuoi insegnanti e trascrivile in due descrizioni.

Le opinioni dei miei genitori

Secondo i miei genitori io sono

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Le opinioni dei miei insegnanti

Secondo i miei insegnanti io sono

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



IL TUO ZAINO Dal confronto con i tuoi genitori e i tuoi insegnanti avrai raccolto tante informazioni su di te, alcune saranno in sintonia con ciò che pensi tu, altre magari un po' discordanti: ciascuno ha visto di te aspetti diversi, da punti di vista differenti. Fai tesoro di quanto hai scoperto per la tua futura scelta scolastica. **Inserisci nel tuo zaino ciò che hai imparato di nuovo di te a partire dal punto di vista degli altri: le opinioni dei tuoi genitori e dei tuoi insegnanti.** ➤ p. 50

Parte 3

L'offerta formativa

Conoscere per progettare

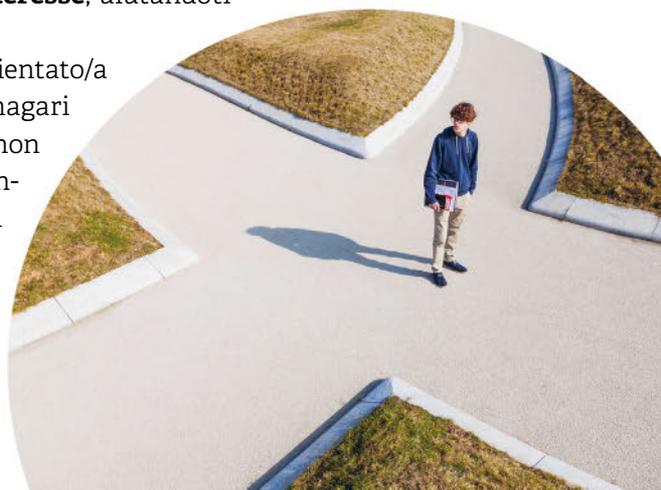
È delle città come dei sogni: tutto l'immaginabile può essere sognato [...].
Le città come i sogni sono costruite di desideri e di paure. (I. Calvino)

Hai ormai imparato a conoscerti e il tuo zaino dell'orientamento è pieno di informazioni su di te. È arrivato allora il momento di scoprire in che cosa consiste l'**offerta formativa**, ovvero i diversi tipi di **scuole secondarie di secondo grado** che il nostro **sistema scolastico** propone. Con il tuo zaino in spalla puoi entrare nella "**città delle scuole**" (> pp. 86-87): una mappa in cui troverai illustrati i diversi tipi di indirizzi di studio. Ti accorgerai che l'offerta è **molto ampia**, ci sono molti percorsi di studio, che si differenziano per tanti aspetti: la durata dei percorsi, un tipo di studio più teorico o più pratico, le materie di studio. Alcuni percorsi sono finalizzati a una **formazione in funzione del mondo del lavoro**, come tutto il settore professionale (Istituti Professionali e Istituti di istruzione e formazione professionale), altri sono pensati per poter **continuare la formazione dopo il diploma** (Istituti tecnici e Licei).

Esplorare con cura l'offerta formativa è importante: è utile andare oltre il "sentito dire" e informarsi con attenzione, raccogliendo dettagli e caratteristiche delle scuole, dei diversi indirizzi, delle materie, per capire quali possono essere più adatte a te.

In ogni "zona" della "città delle scuole" ci sono diversi indirizzi e allora dovrai capire quali sono le **aree di tuo maggiore interesse**, aiutandoti con quanto hai inserito nel tuo zaino.

Mentre esplori la mappa potresti sentirti più disorientato/a di prima, perché hai scoperto tante scuole che magari non conoscevi, raccolto tante informazioni che non prevedevi di trovare e tutto questo può anche confonderti. Se fosse così, sarebbe normale, ma non farti sopraffare dall'ansia e apri il tuo zaino dell'orientamento, dove troverai tutte le risorse che ti aiuteranno a scegliere.



Apprendimento attivo

1. OSSERVA LA "CITTÀ DELLE SCUOLE"

- Osservando la mappa, ti accorgerai che è divisa in zone. All'interno di ciascuna zona ci sono diversi tipi di scuole:
 - ZONA DEGLI ISTITUTI DI ISTRUZIONE E FORMAZIONE PROFESSIONALE (IeFP)
 - ZONA DEGLI ISTITUTI PROFESSIONALI
 - ZONA DEGLI ISTITUTI TECNICI
 - ZONA DEI LICEI
- Nelle diverse zone puoi trovare percorsi che hanno durata differente:



- Gli Istituti professionali, gli Istituti tecnici e i Licei che troverai nella mappa sono quelli proposti dal sistema scolastico nazionale. Nella zona degli Istituti di istruzione e formazione professionale (IeFP) troverai invece solo alcuni esempi perché si tratta di percorsi organizzati dalle Regioni e quindi, in base alla Regione in cui vivi, potresti trovare scuole differenti.

Per esempio se abiti in Regione Piemonte puoi consultare il sito:
www.regione.piemonte.it/orientamento



Troverai una guida con i diversi percorsi presenti sul territorio regionale:

Orientamento

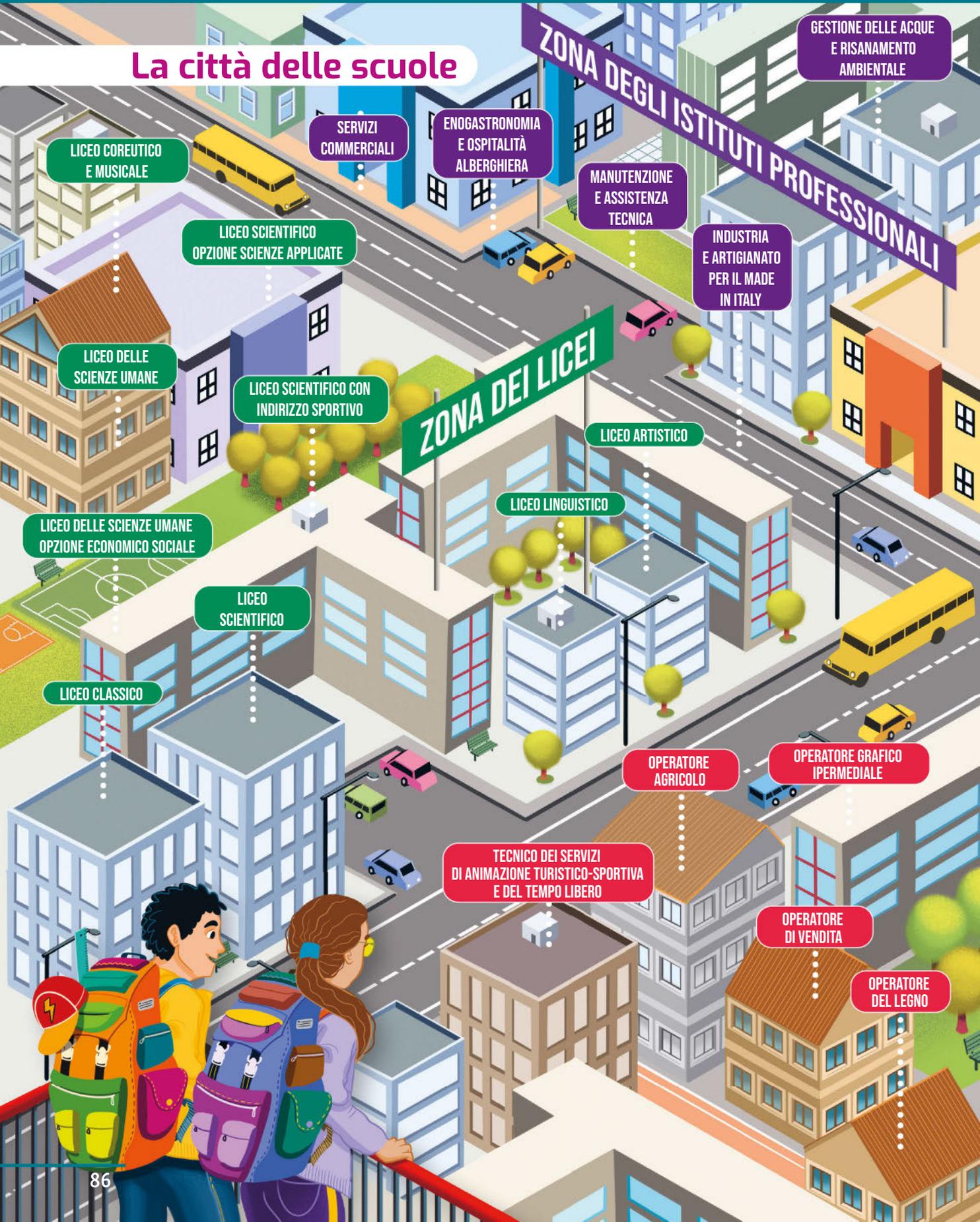
Obiettivo Orientamento Piemonte (OOP) è il sistema regionale di orientamento che mette a disposizione di studenti, famiglie, insegnanti, operatori e in generale di tutti i cittadini, informazioni, strumenti e risorse per orientarsi rispetto a percorsi scolastici/alternativi, tendenze del mercato del lavoro, opportunità per lo sviluppo di competenze. L'obiettivo è aiutare i ragazzi a scegliere consapevolmente i percorsi più adatti a loro stessi nei vari cicli di studio e nelle prime fasi della vita professionale.

Contenuti in evidenza

Scegliere il percorso di studi dopo la terza media: la nuova guida

Iscrizioni scolastiche a.s. 2022/2023 - scadenza al 28 gennaio 2022

La città delle scuole



GESTIONE DELLE ACQUE
E RISANAMENTO
AMBIENTALE

ZONA DEGLI ISTITUTI PROFESSIONALI

INDUSTRIA
E ARTIGIANATO
PER IL MADE
IN ITALY

MANUTENZIONE
E ASSISTENZA
TECNICA

ENOGASTRONOMIA
E OSPITALITÀ
ALBERGHIERA

SERVIZI
COMMERCIALI

LICEO SCIENTIFICO
OPZIONE SCIENZE APPLICATE

LICEO COREUTICO
E MUSICALE

ZONA DEI LICEI

LICEO ARTISTICO

LICEO SCIENTIFICO CON
INDIRIZZO SPORTIVO

LICEO DELLE
SCIENZE UMANE

LICEO LINGUISTICO

LICEO DELLE SCIENZE UMANE
OPZIONE ECONOMICO SOCIALE

LICEO
SCIENTIFICO

LICEO CLASSICO

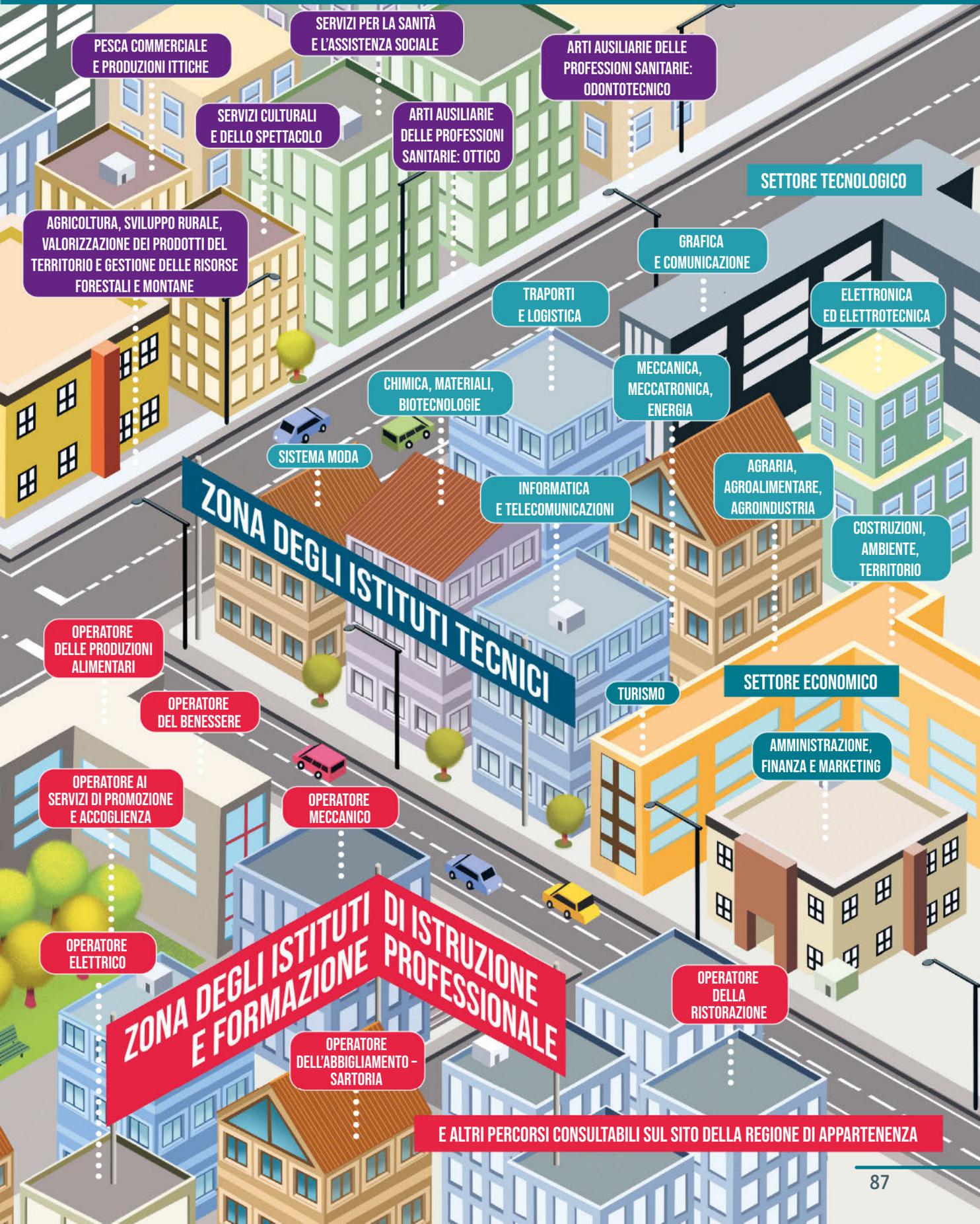
OPERATORE
AGRICOLA

OPERATORE GRAFICO
IPERMEDIALE

TECNICO DEI SERVIZI
DI ANIMAZIONE TURISTICO-SPORTIVA
E DEL TEMPO LIBERO

OPERATORE
DI VENDITA

OPERATORE
DEL LEGNO



PESCA COMMERCIALE
E PRODUZIONI ITTICHE

SERVIZI PER LA SANITÀ
E L'ASSISTENZA SOCIALE

ARTI AUSILIARIE DELLE
PROFESSIONI SANITARIE:
ODONTOTECNICO

SERVIZI CULTURALI
E DELLO SPETTACOLO

ARTI AUSILIARIE
DELLE PROFESSIONI
SANITARIE: OTTICO

AGRICOLTURA, SVILUPPO RURALE,
VALORIZZAZIONE DEI PRODOTTI DEL
TERRITORIO E GESTIONE DELLE RISORSE
FORESTALI E MONTANE

SETTORE TECNOLOGICO

GRAFICA
E COMUNICAZIONE

ELETTRONICA
ED ELETTROTECNICA

TRASPORTI
E LOGISTICA

MECCANICA,
MECCATRONICA,
ENERGIA

CHIMICA, MATERIALI,
BIOTECNOLOGIE

AGRARIA,
AGROALIMENTARE,
AGROINDUSTRIA

SISTEMA MODA

INFORMATICA
E TELECOMUNICAZIONI

COSTRUZIONI,
AMBIENTE,
TERRITORIO

ZONA DEGLI ISTITUTI TECNICI

OPERATORE
DELLE PRODUZIONI
ALIMENTARI

OPERATORE
DEL BENESSERE

TURISMO

SETTORE ECONOMICO

AMMINISTRAZIONE,
FINANZA E MARKETING

OPERATORE AI
SERVIZI DI PROMOZIONE
E ACCOGLIENZA

OPERATORE
MECCANICO

OPERATORE
ELETTRICO

ZONA DEGLI ISTITUTI
DI ISTRUZIONE
E FORMAZIONE
PROFESSIONALE

OPERATORE
DELLA
RISTORAZIONE

OPERATORE
DELL'ABBIGLIAMENTO -
SARTORIA

E ALTRI PERCORSI CONSULTABILI SUL SITO DELLA REGIONE DI APPARTENENZA

2. CONSULTA I SITI UFFICIALI

- Mentre stai esplorando la mappa della città prova a capire quale zona o quale scuola attira di più la tua attenzione. Puoi cercare maggiori informazioni sulle scuole che ti incuriosiscono e conoscere la loro proposta formativa, consultando il sito www.orientamentoistruzione.it/. Si tratta del sito predisposto dal MIUR, (Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca) per facilitare la conoscenza dei vari indirizzi di studi.



- Se sei interessato/a agli Istituti di istruzione e formazione professionale, devi fare un'ulteriore ricerca sul sito della tua Regione.

3. INDIVIDUA LE SCUOLE CHE ATTIRANO MAGGIORMENTE LA TUA ATTENZIONE

- Dopo aver esplorato la “città delle scuole” e aver consultato i siti ufficiali, prova a capire quali scuole o percorsi ti interessano maggiormente. Scegli non più di 5 percorsi, indicali nello schema, e scrivi quali sono gli aspetti che ti incuriosiscono o ti interessano di più.

	Percorso	Aspetti che mi incuriosiscono/interessano
1		
2		
3		
4		
5		

Parte 4

Il tuo progetto per il futuro

Progettare e scegliere

L'uomo non è altro che ciò che si fa [...] sarà innanzitutto quello che avrà progettato di essere. (J.P. Sartre)

Sei arrivato al capitolo conclusivo di questo fascicolo sull'orientamento. Giunto a questo punto:

- hai imparato a **conoscere** bene alcuni **aspetti di te**,
- sai **riflettere** più attentamente sulla **tua individualità**,
- sai **accogliere le opinioni** delle persone che ti conoscono.

Le nuove conoscenze che hai acquisito rappresentano i **criteri che ti guideranno nella tua scelta**.

Dopo aver indagato il tuo mondo interiore, hai esplorato la "città delle scuole". Conoscere l'**offerta formativa** del sistema scolastico nazionale ti ha:

- permesso di avere una **panoramica** completa dei **percorsi di scuola secondaria di secondo grado** esistenti sul territorio nazionale e regionale,
- incuriosito e incoraggiato a **raccogliere informazioni utili** sui percorsi che hanno attirato di più la tua attenzione.

Il passo successivo è quello di mettere insieme le conoscenze su di te e le informazioni raccolte per selezionare, tra quelli che hanno attirato la tua attenzione, **3 percorsi formativi che pensi possano essere i più adeguati per te**. In questo modo potrai cominciare a scegliere tra diverse possibilità e alternative, a partire da te e da ciò che pensi possa essere più in sintonia con te e le tue caratteristiche. In questo momento è importante poterti confrontare con i tuoi genitori e i tuoi insegnanti che ti aiuteranno a riflettere. Ti proponiamo alcuni passaggi da seguire per aiutarti a fare chiarezza tra le tue **possibilità di scelta**.



Apprendimento attivo

1. UNO SGUARDO NELLO ZAINO

- Per prima cosa prendi il tuo zaino dell'orientamento e rileggi quanto hai scritto finora. Costruisci una descrizione riassuntiva di te utilizzando tutte le informazioni che hai inserito (caratteristiche personali, punti di forza e debolezza, interessi scolastici ed extrascolastici, attitudini, capacità, competenze, stili di apprendimento, metodo di studio, opinioni dei genitori e degli insegnanti).

Area di scrittura con linee puntate per la descrizione riassuntiva di te.

2. UN OCCHIO ALLE POSSIBILITÀ

- Quando hai esplorato l'offerta formativa, hai scelto 5 percorsi che ti incuriosivano più degli altri. Ora, a partire dalla tua descrizione, prova a individuare tra i 5 percorsi che hai scelto a p. 88, 3 possibili percorsi di studio che pensi possano andare bene per te e scrivi in ordine di interesse.

1

2

3

- Rifletti sulle tue scelte rispondendo alle domande per ciascun percorso individuato.
 - Se non sei riuscito/a a individuare dei percorsi di studio, prova a indicare delle **aree di interesse** (per esempio area linguistica, area scientifica, area economica, area dei servizi alla persona...) e rispondi alle domande.
 - Se già avevi delle idee di percorso di studi e ti sembra di aver già deciso, prova a verificare se la descrizione di te ti conduce verso la scuola che hai già scelto; rispondi comunque alle domande per valutare se quanto hai scelto è in sintonia con la descrizione di te.

1

1. Quali sono le caratteristiche del percorso di studio che ti sembrano interessanti e utili per la tua formazione?

.....

.....

2. Perché pensi possa essere un percorso adeguato a te?

.....

.....

.....

3. Che cosa ne pensano i tuoi genitori?

.....

4. Che cosa ne pensano i tuoi insegnanti?

.....

.....

2

1. Quali sono le caratteristiche del percorso di studio che ti sembrano interessanti e utili per la tua formazione?

.....

.....

2. Perché pensi possa essere un percorso adeguato a te?

.....

.....

.....

3. Che cosa ne pensano i tuoi genitori?

.....

4. Che cosa ne pensano i tuoi insegnanti?

.....

.....

3

1. Quali sono le caratteristiche del percorso di studio che ti sembrano interessanti e utili per la tua formazione?

2. Perché pensi possa essere un percorso adeguato a te?

3. Che cosa ne pensano i tuoi genitori?

4. Che cosa ne pensano i tuoi insegnanti?

3. UNA VISITA ALLE SCUOLE

- Una volta che hai individuato i tuoi possibili percorsi di studio, è utile iniziare ad approfondire la conoscenza delle scuole. Uno stesso percorso di studio, infatti, si svolge in modo differente in base alle scuole in cui è presente. I programmi in generale sono gli stessi, così come il piano orario, ma il modo di affrontarli e il contesto in cui vengono affrontati è specifico di ogni scuola. Come puoi approfondire quindi la conoscenza delle scuole?

1 Partecipando agli *Open day* dei diversi istituti scolastici: si tratta di eventi organizzati dalle scuole superiori e rivolti agli studenti delle scuole secondarie di primo grado e ai loro genitori con l'obiettivo di far conoscere l'offerta formativa della scuola (programmi, spazi, progetti specifici che la scuola propone). Per le scuole, sono importanti occasioni con cui raccontarsi e presentarsi attraverso diverse iniziative: visite guidate, lezioni aperte, incontri online ecc.

2 Esplorando il sito Internet della scuola.

Un nuovo punto di partenza

Al termine di questo percorso di esplorazione e di conoscenza di te e dell'offerta formativa sei arrivato/a a individuare alcuni percorsi di studio che ritieni possibili per te.

Tra questi ora dovrai sceglierne uno, perché potrai iscriverti a una sola scuola superiore, che sarà il tuo nuovo punto di partenza per un altro viaggio.

Non ti preoccupare se non sei sicuro/a al cento per cento della scuola che sceglierai, se rimane **un po' di incertezza è normale**, perché la scelta è sempre un passaggio tra "non più" e "non ancora" di cui non possiamo mai avere conoscenza certa. Se hai riflettuto e hai scelto con cura, di certo potrai iniziare il nuovo cammino con maggiore fiducia e serenità.

L'importante è che tu abbia imparato a scegliere.

«Non dimenticare che tu hai le ali e chi ha le ali non ha paura dell'altezza o di qualunque ostacolo possa incontrare. Se hai le ali, non c'è niente che può fermarti.»¹

Buona scelta!

¹ L. Sepúlveda, *Storia di una gabbianella e del gatto che le insegnò a volare*, Salani Editore, Milano 1996.



Bibliografia, filmografia e sitografia

Bibliografia

- A. Donkin, *Roald Dahl e la sua fabbrica di cioccolato*, Salani Editore, Milano 2003
- A. Frank, *Diario*, Einaudi, Torino 1966
- B. Masini, R. Piumini, *Ciao, tu*, BUR Rizzoli, Milano 1998
- D. Buzzati, *Il colombre e altri cinquanta racconti*, Mondadori, Milano 1966
- D. Pennac, *Diario di scuola*, Feltrinelli, Milano 2008
- E. E. Schmitt, *Il lottatore di sumo che non diventava grosso*, Edizioni E/O, Roma 2009
- E. Favilli, F. Cavallo, *Storie della buonanotte per bambine ribelli*, Mondadori, Milano 2017
- I. McEwan, *L'inventore di sogni*, Einaudi, Torino 1994
- J. D. Salinger, *Il giovane Holden*, Einaudi, Torino 2008
- J.R. Lansdale, *L'ultima caccia*, Fanucci Editore, Roma 2006
- L. Cima, *La voce di carta*, Mondadori, Milano 2020
- L. Garlando, *Il mestiere più bello del mondo. Faccio il giornalista*, Rizzoli, Milano 2018
- L. Garlando, *Prestami un sogno*, Harper Collins Italia, Milano 2021
- R. Aldighieri, *Genere felicità*, Feltrinelli, Milano 2019
- R. Bach, *Il gabbiano Jonathan Livingston*, BUR Rizzoli, Milano 1977
- R. Levi Montalcini, *Elogio dell'imperfezione*, Baldini+Castoldi, Milano 2013
- V. De Marchi, R. Fulci, *Ragazze con i numeri*, Editoriale Scienza, Trieste 2018

Filmografia

Banana, di Andrea Jublin (Italia 2015)

Billy Elliot, di Stephen Daldry (Regno Unito, 2000)

Caterina va in città, di Paolo Virzì (Italia, 2003)

Divergent, di Neil Burger (USA, 2014)

Microbo & Gasolina di Michel Gondry (Francia, 2015)

Sognando Beckham, di Gurinder Chada (USA, Regno Unito, Germania, 2002)

The Giver – Il mondo di Jonas, di Philip Noyce (USA, 2014)

Sitografia

Per esplorare i tuoi interessi attraverso un questionario:

http://orientamento.regione.fvg.it/Questionario_inf/Login.aspx

Per conoscere l'offerta formativa:

<https://www.orientamentoistruzione.it>

Per trovare informazioni e suggerimenti utili per te, per i tuoi genitori e per i tuoi insegnanti:

www.informagiovani.comune.bergamo.it

Guida all'uso del fascicolo di orientamento

Il progetto MIOriento di DEA Scuola

A partire dalla riforma della scuola superiore del 2008, la scuola italiana, in accordo con quanto avviene in Europa, ha posto tra i suoi obiettivi principali lo sviluppo, in ragazze e ragazzi, di **competenze trasversali** e la messa a punto di strumenti formativi in grado di **favorire i passaggi principali del percorso di crescita umana e professionale**.

La riforma, perciò, mira ad agevolare l'**orientamento alla scuola superiore** e a dare risposte ai ragazzi e alle famiglie, tramite **percorsi e competenze** spendibili per la prosecuzione ai livelli superiori di istruzione e formazione e per l'accesso al mondo del lavoro.

All'interno della scuola l'orientamento può essere considerato un vero e proprio **progetto di formazione della persona** trasversalmente connesso alle discipline di studio e parte integrante del curriculum. In questo senso si esprimono sia **l'Atto di indirizzo politico-istituzionale per l'anno 2022** del MIUR, prospettando l'introduzione di «moduli di orientamento – di durata non inferiore alle trenta ore annuali – nelle scuole secondarie di I e II grado» – sia le **nuove Linee Guida per l'orientamento scolastico permanente** previste dal Piano Nazionale di Ripresa e Resilienza (PNRR), che hanno come obiettivi il rafforzamento del raccordo tra primo e secondo ciclo di istruzione e formazione, la valorizzazione dei talenti e delle potenzialità delle studentesse e degli studenti; il contrasto alla dispersione scolastica.

Il **progetto MIOriento di DEA Scuola** nasce per rispondere a queste esigenze, mettendo a disposizione degli insegnanti una serie di contenuti pensati per una didattica orientativa. Studentesse e studenti hanno così uno strumento agile, inclusivo ed efficace per lavorare sulla consapevolezza di sé, dei propri talenti e delle proprie predisposizioni, nonché per trasformare le consapevolezze acquisite nella scelta di una formazione e una professione consone, che le assecondi e valorizzi.

Il progetto MIOriento per la scuola secondaria di primo grado: uno zaino per scegliere

L'orientamento a scuola

Inteso come processo personale, l'orientamento appartiene a tutti i contesti di vita di un individuo, ma la **scuola rappresenta un luogo privilegiato** per accompagnare gli studenti e le studentesse verso l'**acquisizione di competenze orientative fondamentali** per affrontare i processi di scelta. Ogni esperienza di apprendimento diviene orientativa: la scuola è orientativa, non tanto e non solo per i contenuti che trasmette, ma per il modo in cui li fa apprendere. La scuola è anche **luogo di scoperta e sviluppo di interessi, attitudini, capacità, risorse e caratteristiche individuali**.

Durante il percorso della scuola secondaria di primo grado gli studenti e le studentesse devono approfondire la conoscenza che hanno di sé e acquisiscono le competenze trasversali che saranno alla base della loro capacità di auto-orientarsi e di compiere scelte sostenibili e soddisfacenti per il loro futuro. Accompagnarli in questo processo di apprendimento di sé è responsabilità di tutti gli adulti che ne condividono l'esperienza educativa.

Come si legge nelle **Linee guida nazionali per l'orientamento permanente** del **MIUR**: «l'orientamento non è più solo lo strumento per gestire la transizione tra scuola, formazione e lavoro, ma assume un **valore permanente nella vita di ogni persona**, garantendone lo sviluppo e il sostegno nei processi di scelta e di decisione con l'obiettivo di promuovere l'occupazione attiva, la crescita economica e l'inclusione sociale».

Inoltre le nuove *Linee Guida per l'orientamento scolastico permanente* previste dal PNRR prevedono una serie di azioni che riconoscono alla scuola un **ruolo centrale nel realizzare attività di orientamento** finalizzate allo sviluppo di specifiche competenze orientative, attraverso:

- **didattica orientativa/orientante**, per lo sviluppo delle competenze orientative di base;
- **accompagnamento e consulenza orientativa**, a supporto della progettualità individuale.

Dall'anno scolastico 2023/2024 le *Linee Guida* prevedono per le Scuole secondarie di I grado 30 ore curricolari per ogni anno scolastico, finalizzate allo sviluppo di apprendimenti personalizzati, competenze e conoscenze, registrati in un Portfolio. Ogni istituzione scolastica e formativa inoltre dovrebbe



individuare dei docenti con funzione di “tutor” che supportano lo studente/la studentessa nei momenti di scelta e stimolano il confronto costante tra la sua famiglia e la scuola.

In quest’ottica gli insegnanti rappresentano quindi risorse fondamentali a supporto delle scelte delle ragazze e dei ragazzi e del loro percorso di crescita, ricco di cambiamenti, scoperte di sé e del mondo: il loro compito è quello di aiutarli a scegliere e a immaginare il proprio futuro.

La nostra proposta: lo zaino dell'orientamento

Il volume **Lo zaino dell'orientamento**, disponibile in pdf nel sito <https://deascuola.it/mioriento/> in versione sia docente sia studente, offre un **percorso completo di accompagnamento alla scelta**, articolato in **approfondimenti, apprendimenti attivi, stimoli narrativi**, per facilitare la consapevolezza di sé e l'analisi dei criteri di scelta utili a elaborare il proprio progetto formativo.

È articolato in sezioni dedicate ai vari criteri e fattori che condizionano le scelte: la consapevolezza delle proprie caratteristiche personali, i propri punti di forza e debolezza, gli interessi, le attitudini, le capacità e le competenze trasversali, i propri sogni e desideri e il proprio modo di essere studente. Ciascuna sezione si conclude con riflessioni da inserire nelle apposite “tasche” dello **Zaino dell'orientamento**, presente all'interno del volume. Lo zaino rappresenta il bagaglio che ciascun studente e ciascuna studentessa deve imparare a riempire con ciò che è importante e utile per scegliere e progettare il proprio futuro.



Per elaborare la loro scelta formativa, infatti, le ragazze e i ragazzi devono **partire da sé**, dalla consapevolezza dei loro desideri e bisogni, dalle risorse personali su cui possono contare, per muoversi verso l'esplorazione delle opportunità formative esistenti.

Il percorso orientativo li accompagna nell'esplorazione di sé, nella conoscenza dell'offerta formativa e nell'**individuazione di percorsi possibili** per la scelta della scuola secondaria di secondo grado.

L'obiettivo è quello di **aiutarli ad auto-orientarsi**, attraverso un percorso di apprendimento di sé accompagnato e arricchito dal docente che rappresenta una risorsa importante in quanto «adulto competente che li può aiutare a crescere» (Charmet, 2016)¹. In questo senso è molto utile la guida all'uso del fascicolo proposta per i/le docenti sempre all'interno del sito MIOriento.

Struttura del volume

Le attività guidano gli studenti e le studentesse nella preparazione del loro **viaggio** verso l'esperienza della scuola secondaria di secondo grado. Come in ogni viaggio dovranno preparare il loro bagaglio,

¹ G.P. Charmet, *Adulti e adolescenti, dove incontrarsi?*, in «Animazione Sociale», maggio-giugno 2016.

uno **zaino**, riempiendolo di ciò che è utile per affrontare la scelta, tra cui anche le opinioni che contano, quelle dei genitori e dei docenti.

Alla fine del percorso di esplorazione di sé, avranno uno zaino ricco di aspetti e di informazioni su di sé, con cui potranno andare a esplorare l'offerta formativa e cominciare a lasciarsi incuriosire dai diversi percorsi di studio, valutare quelli che sentono più in sintonia con le loro caratteristiche personali e il loro modo di essere studenti. È questo il momento per avviare il progetto personale, individuando possibili percorsi di studio, tra i quali poi faranno la loro scelta.

Il percorso non ha come obiettivo il COSA scegliere, ma il COME scegliere e in questa direzione sono stati concepiti gli stimoli di riflessione e gli apprendimenti attivi. Questo deve essere anche l'obiettivo del docente che supporta gli studenti e le studentesse nel farsi coinvolgere attivamente nel percorso. Quindi è importante controllare (tenere a freno) i propri giudizi o pregiudizi e aprire invece un **dialogo continuo e facilitante con ciascuno/e** affinché si sviluppi un vero e proprio **percorso di educazione alla scelta**.

Il docente può accompagnare gradualmente gli studenti e le studentesse a svolgere le varie attività presenti nel volume, da concepirsi come un percorso che attraversa varie tematiche utili alla riflessione e allo sviluppo di competenze orientative.

Ogni tematica è introdotta da una **descrizione del suo significato in funzione orientativa**, a cui seguono diverse **proposte di attività** ("Apprendimento attivo") e **momenti di sintesi e riflessione finale** ("Il tuo zaino").

Contenuti del volume

Il volume è articolato in quattro parti ed è preceduto da un'introduzione.

INTRODUZIONE - UN NUOVO VIAGGIO

ATTIVITÀ Hanno lo scopo di introdurre gli studenti e le studentesse al **tema del viaggio** e all'importanza, ogni volta che si intraprende un viaggio, di preparare con attenzione il proprio bagaglio: aver ben presente dove si vuole andare, trovare i compagni di viaggio, conoscere la mappa per arrivare alla meta, decidere che cosa sarà utile portare con sé.

La **scuola superiore è la meta di questo nuovo viaggio** di esplorazione di sé e per raggiungerla bisogna sapere che cosa portare, pensare a ciò che serve per scegliere.

TEMPI È possibile iniziare a proporre una riflessione sul viaggio durante la seconda parte dell'anno della classe seconda.

Apprendimento attivo

1. RICORDI DI VIAGGIO...

- Si chiede ai ragazzi e alle ragazze di pensare a un viaggio che hanno fatto e di provare a descriverlo rispondendo alle domande.

2. PREPARA I BAGAGLI

- Si chiede di immaginare di partire per un nuovo viaggio, scegliere un bagaglio (valigia, trolley, zainetto, borsone, zaino...) e riempirlo di ciò che potrebbe servire.



IL TUO ZAINO

Viene presentato lo “zaino”, che è collocato a metà fascicolo e che andrà man mano “riempito” dai ragazzi e dalle ragazze con ciò che avranno imparato su loro stessi.



PARTE 1 - CHE COSA SIGNIFICA SCEGLIERE

ATTIVITÀ Hanno lo scopo di far riflettere gli studenti e le studentesse attorno al **tema della scelta** e al **processo di decision making**, a partire dalla loro esperienza nel prendere decisioni. Analizzare le modalità con cui di solito si sceglie è utile per capire quanto si è autonomi nella scelta e quanto invece ci si lascia influenzare dalle opinioni degli altri o quanto si è dipendenti dagli altri. Le ragazze e i ragazzi probabilmente si trovano per la prima volta di fronte a una scelta in cui sono davvero protagoniste/i attive/i, durante la quale condividono la responsabilità con i propri genitori. Per loro è quindi importante sviluppare le competenze di *decision making*, iniziando a comprendere come scelgono solitamente e come possono imparare a scegliere in modo autonomo ed efficace.

TEMPI È possibile iniziare a proporre una riflessione sul tema della scelta durante la seconda parte dell'anno della classe seconda.

Apprendimento attivo

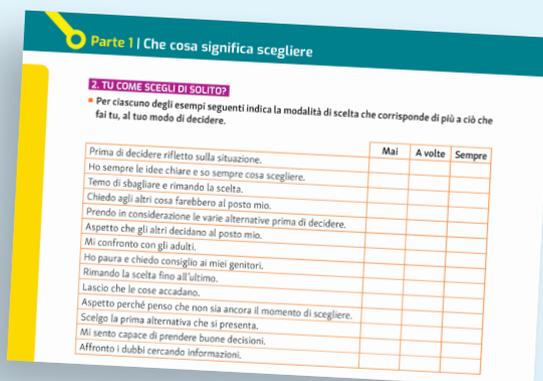
1. COME SI SCEGLIE

Si può scegliere in due modi diversi:
 In modo autonomo (A): ragionando da soli e senza farsi influenzare dagli altri.
 In modo dipendente (D): aspettando che gli altri ci dicano qualcosa e seguendo il loro giudizio.

- Si propongono degli esempi e si chiede sia di indicare se la modalità di scelta proposta è autonoma (A) o dipendente (D) sia di motivare la propria scelta.

2. TU COME SCEGLI DI SOLITO?

- Si chiede di indicare la modalità di scelta che corrisponde maggiormente alla modalità di decidere del ragazzo o della ragazza.



3. LE VOLTE CHE HAI SCELTO

- Si chiede di ripensare all'ultima scelta fatta, descriverla e descivere le alternative possibili.

4. LE SCELTE DEGLI ALTRI

- Il racconto di Dino Buzzati *Colombre* narra la storia di Stefano che da bambino, durante un viaggio in mare insieme al padre, vede un mostro marino, il colombre, uno squalo spaventoso che sembra sia visibile solo alla sua vittima. Stefano è stato "scelto" dal mostro, che dovrà inseguirlo finché non riuscirà a divorarlo. Ma anche Stefano si troverà a dover scegliere a sua volta. Si invitano i ragazzi e le ragazze a leggere il brano e a riflettere, rispondendo alle domande.

UN FILM PER RIFLETTERE Il coraggio di scegliere

Si propone la visione del film *Divergent* e una riflessione guidata su di esso.

PARTE 2 - I CRITERI DI SCELTA

ATTIVITÀ È la parte centrale del volume, le cui attività sono finalizzate all'esplorazione e conoscenza di sé. Gli studenti e le studentesse sono guidati a riflettere su alcuni aspetti definiti **criteri di scelta**, utili a conoscersi e a scegliere in modo più consapevole, partendo dalla propria persona: **caratteristiche personali, punti di forza e debolezza, interessi extrascolastici e scolastici, attitudini, capacità e competenze trasversali, sogni e desideri, imparare a imparare (stili di apprendimento e metodo di studio)**, a cui si aggiungono **le opinioni che contano (quelle dei genitori e dei docenti)**.

Al termine di ogni gruppo di attività, legate a uno specifico criterio di scelta, viene richiesto di inserire le informazioni su di sé, emerse dal lavoro di riflessione attiva, nelle apposite "tasche" dello zaino che si trova al centro del fascicolo, così da poter essere staccato e portato con sé al termine del lavoro.

TEMPI È possibile iniziare a proporre una riflessione sui criteri di scelta a partire dalla seconda parte dell'anno della classe seconda e durante la classe terza. Per alcuni criteri sarebbe meglio dedicare una riflessione durante la classe terza, come viene segnalato di seguito. Per quelli che sono stati affrontati in classe seconda è importante, prima della fase di sintesi finale al termine del fascicolo, suggerire agli studenti e alle studentesse di rivedere quanto hanno inserito nello zaino e verificare se, a distanza di tempo, sentono di dover modificare e/o aggiungere altri aspetti di sé.

Caratteristiche personali (classe seconda e/o classe terza)

TU CHI SEI?

QUAL È LA PARTE MIGLIORE DI TE?

IL TUO RITRATTO A TUTTO TONDO

Punti di forza e debolezza (classe seconda e/o classe terza)

QUALI SONO I TUOI PUNTI DI FORZA?

QUALI SONO LE TUE DIFFICOLTÀ?

"RENDI LA TUA DEBOLEZZA IL TUO PUNTO DI FORZA"

DI FRONTE ALLE TUE DIFFICOLTÀ, QUANTA FIDUCIA HAI NELLE TUE CAPACITÀ?

MISURA LA TUA AUTOEFFICACIA

Interessi extrascolastici e scolastici (classe terza)

QUALI SONO I TUOI INTERESSI EXTRASCOLASTICI?

QUALI SONO I TUOI INTERESSI SCOLASTICI?

LE DIECI MEGLIO COSE IN ASSOLUTO

SE NON RIESCI A TROVARE CIÒ CHE TI INTERESSA? NIENTE PAURA, NON CAPITA SOLO A TE!

Attitudini, capacità e competenze trasversali

(classe terza)

CHE ATTITUDINE/I HAI... IN GENERALE?

CHE ATTITUDINE/I HAI... A SCUOLA?

LA STORIA DI JONATHAN LIVINGSTON: COME SI ACQUISISCE UNA CAPACITÀ

QUALI SONO LE TUE CAPACITÀ?

QUALI SONO LE TUE COMPETENZE TRASVERSALI?

Sogni e desideri (classe terza)

I TUOI DESIDERI PER IL PRESENTE

I SOGNI PER IL TUO FUTURO

CINQUE PASSI PER PROGETTARE

UN FILM PER RIFLETTERE Sogni e passioni

Imparare a imparare (classe seconda e/o classe terza)

TU DI CHE STILE SEI?

COME SEI INTELLIGENTE?

IL TUO "MODO DI ESSERE STUDENTE"

Le opinioni che contano (classe terza)

LE OPINIONI DEI TUOI GENITORI

LE OPINIONI DEI TUOI INSEGNANTI

IL PUNTO DI VISTA DI CHI TI CONOSCE BENE

PARTE 3 – L'OFFERTA FORMATIVA

ATTIVITÀ Questa parte del fascicolo è dedicata alla **conoscenza dell'offerta formativa delle scuole secondarie di secondo grado che il nostro sistema scolastico propone**. Gli studenti e le studentesse sono invitati a esplorare una mappa che presenta delle zone in cui sono collocati i diversi percorsi formativi: Licei, Istituti tecnici, Istituti professionali e Istituti di istruzione e formazione professionale (IeFP).

Si tratta di una **prima esplorazione delle macroaree formative**. In base a ciò che li incuriosisce maggiormente, dopo questa prima esplorazione, i ragazzi e le ragazze sono stimolati ad approfondire ulteriormente la conoscenza dei diversi percorsi attraverso i siti ufficiali.

È importante che i **docenti aiutino gli studenti e le studentesse a non farsi sopraffare dalla quantità delle scuole** e che li **sollecitino ad approfondire quei percorsi di cui si sentono più incuriositi**, interessati. In questa fase è possibile che aumenti il disorientamento, come ogni volta che si apprendono nuove conoscenze, per questo **sovraccaricare** i ragazzi e le ragazze di informazioni approfondite su tutti i percorsi, anche quelli che non interessano, è poco efficace.

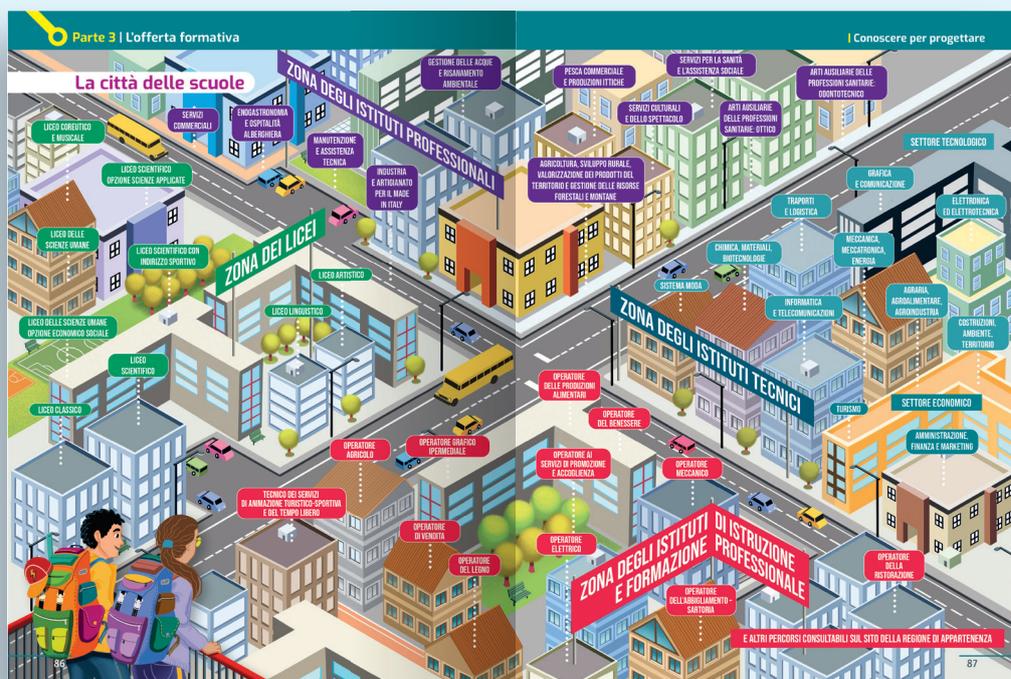
TEMPI L'esplorazione dell'offerta formativa dovrebbe essere svolta in classe terza a seguito della riflessione sui criteri di scelta.

Apprendimento attivo

1. OSSERVA LA "CITTÀ DELLE SCUOLE"

2. CONSULTA I SITI UFFICIALI

3. INDIVIDUA LE SCUOLE CHE ATTRAIANO MAGGIORMENTE LA TUA ATTENZIONE



PARTE 4 – IL TUO PROGETTO PER IL FUTURO

ATTIVITÀ È la parte conclusiva del volume, in cui gli studenti e le studentesse utilizzano ciò che hanno imparato di sé, le opinioni dei genitori e degli insegnanti, le informazioni attorno alle scuole secondarie di secondo grado, per individuare **tre percorsi possibili che pensano essere più adeguati a loro**. In questo passaggio i docenti, a partire dalle loro conoscenze dell'offerta formativa, possono aiutare i ragazzi e le ragazze a individuare dei percorsi di studi in sintonia con quanto è presente nello zaino e anche in relazione alla conoscenza che hanno di ciascun studente e studentessa.

Il percorso non conduce necessariamente a trovare una scuola superiore, ma a individuare dei possibili percorsi oppure solo delle aree di maggiore interesse. **Lo scopo del percorso di orientamento non è trovare una scuola, ma imparare a scegliere.**

I ragazzi e le ragazze dovranno poi decidere tra diverse alternative, magari tutte possibili e adeguate a loro. Prima di arrivare e scegliere potranno avere bisogno di ulteriori confronti con docenti e genitori e di conoscere meglio le scuole che stanno valutando, partecipando agli *Open day* o alle iniziative che gli istituti scolastici propongono per mostrare il loro progetto formativo.

TEMPI Le attività devono essere svolte al termine del percorso dedicato alla conoscenza di sé e dell'offerta formativa in classe terza.

Apprendimento attivo

1. UNO SGUARDO NELLO ZAINO

2. UN OCCHIO ALLE POSSIBILITÀ

3. UNA VISITA ALLE SCUOLE

Quando iniziare a usare il volume

Il volume va concepito come un percorso che accompagna la riflessione degli studenti e delle studentesse. È possibile iniziare a utilizzarlo a partire **dalla seconda parte dell'anno della classe seconda**, quando i ragazzi e le ragazze iniziano a proiettarsi verso il momento della scelta della scuola superiore. È importante però che già **a partire dalla classe prima** gli studenti e le studentesse abbiano occasioni per imparare a conoscersi, in modo che siano in grado di affrontare il percorso orientativo avendo **sviluppati capacità riflessive e metacognitive**.

Stimolare gli studenti e le studentesse a pensare non è un'azione esclusiva dei docenti delle discipline umanistiche, ma un metodo di lavoro che appartiene all'insegnamento di tutte le discipline.



Di seguito si suggeriscono alcune **aree tematiche**, rispetto alle quali attivare la riflessione degli studenti e delle studentesse durante il primo anno della scuola secondaria di primo grado, attraverso apprendimenti attivi, narrazioni, materiali di autovalutazione, discussioni in classe, lavori di gruppo... Possono essere di aiuto anche i testi suggeriti nella bibliografia finale, al termine di queste pagine.

La nuova esperienza della scuola secondaria

Cambiamenti, emozioni, percezioni, timori, curiosità.

La consapevolezza di sé

- Come presentarsi e come farsi conoscere.
- Le proprie caratteristiche personali.
- Le proprie risorse per affrontare i problemi e i cambiamenti.

La relazione con gli altri

- La curiosità verso gli altri.
- La collaborazione e la capacità di comunicare e discutere.
- La disponibilità ad ascoltare.
- La capacità di esprimersi con chiarezza.
- L'assertività.
- L'empatia.
- La capacità di affrontare i conflitti.

La competenza emotiva

- Riconoscere le emozioni e le modalità di reagire agli stimoli.
- Esprimere le emozioni.
- Gestire le emozioni.

La vita scolastica

- Comportamento rispetto ai compagni, alle compagne e agli insegnanti.
- Attenzione e applicazione in classe.
- Partecipazione alle lezioni.
- Motivazione allo studio.
- Costanza nello studio.
- Strategie di studio.
- Accettazione dell'errore.
- Gestione dello stress.
- Autonomia nell'organizzazione del materiale e dello studio.
- Gestione dell'ansia di prestazione.

Per approfondire

L'orientamento: significati, modelli, pratiche

Nelle pagine seguenti proponiamo alcune riflessioni teoriche e metodologiche che aiutano a chiarire alcuni passaggi sul significato che ha assunto negli ultimi anni il tema dell'orientamento e che possono costituire uno stimolo rispetto a una tematica di sempre maggiore rilievo nella scuola e nella formazione dei giovani.

Il concetto di **orientamento** è caratterizzato da aspetti di **instabilità** e **dinamicità**, evolve in funzione dei cambiamenti socio-economici che delineano sempre nuovi e differenti scenari per il futuro.

Le società moderne sono diventate "liquide" (Bauman, 2000)²; nella precedente "solida" modernità alcune grandi istituzioni, come religioni, ideologie, partiti, associazioni, sindacati, rappresentazioni collettive ecc. fornivano agli individui schemi predefiniti per orientarsi nella vita. Nella modernità liquida, questa funzione istituzionalizzata di sostegno è svanita. Gli **individui** non hanno altra alternativa che **determinare da soli cosa significa vivere**, devono **definire i loro valori fondamentali** o le risorse chiave che consentono di costruire le loro vite e le loro carriere. Devono impegnarsi in un **processo continuo di progettazione delle loro vite personali**. In questo contesto il processo di orientamento funge da guida e diventa un'occasione di ricerca di sé e di costruzione del proprio progetto, il cui obiettivo è quello di aiutare gli individui ad apprendere la capacità di analizzare «gli elementi di sé, le proprie risorse e i propri limiti, e la struttura del mondo circostante con le sue strade maestre e i tornanti, le sue opportunità e le sue forzature. Se in un mondo in evoluzione non è più possibile costruire progetti a lungo termine, occorre fare proprie le strategie a breve termine, gli aggiustamenti conseguenti e la disponibilità» (Guichard, Huteau, 2003)³.

Nell'**accompagnamento orientativo** possiamo scorgere alcune **matrici antropologiche** che collocano l'azione dell'orientare e dell'orientarsi nelle pratiche di trasmissione del sapere e dei modelli di vita dagli anziani delle comunità primitive e successivamente nella famiglia che orienta a partire dall'esperienza di vita e di lavoro maturata. Si tratta di forme di orientamento direttive fondate su un principio di autorità, che nel tempo si sono modificate assumendo forme diverse in funzione dello sviluppo storico e dei contesti di riferimento.

È possibile individuare diversi **modelli** che appartengono alle differenti **pratiche orientative**, come vengono classificati da Annamaria Di Fabio (1998)⁴:

- 1. modello informativo:** centrato sull'erogazione del maggior numero di informazioni al soggetto su cui basare le proprie scelte;

² Z. Bauman, *Modernità liquida*, Laterza, Bari 2000.

³ Citato in J. Guichard, M. Huteau, *Psicologia dell'orientamento professionale*, Raffaello Cortina, Milano 2003, p. 12.

⁴ A. Di Fabio, *Psicologia dell'orientamento... op. cit.*

2. **modello psicodiagnostico:** finalizzato a rilevare alcune caratteristiche psicologiche dell'individuo, come attitudini, interessi, stili di apprendimento, intelligenza, valori professionali;
3. **modello educativo:** l'orientamento è inteso come supporto alle scelte per tutto l'arco evolutivo della persona e prende in considerazione l'individuo nella sua globalità. Esempio di questo modello è il *Carrer development*, dove prioritario non è il problema della scelta, ma le modalità e i passaggi attraverso cui il soggetto costruisce il suo percorso, la sua carriera; risulta quindi significativa l'analisi delle scelte e delle esperienze passate, delle strategie utilizzate, delle ricorrenze nelle problematiche incontrate;
4. **modello del counseling:** basato sul rapporto *counselor*-cliente, di origine rogersiana, dove l'accompagnamento orientativo si configura come aiuto alla persona a comprendere la sua situazione, analizzare le soluzioni al problema e decidere le azioni da intraprendere. La relazione d'aiuto si sviluppa nella forma del colloquio "centrato sulla persona"⁵, un colloquio non direttivo e finalizzato all'analisi dell'esperienza del cliente, della sua storia, delle sue risorse, delle competenze che può mettere in gioco, dei suoi valori, dei suoi interessi e delle scelte di vita, in funzione di un nuovo progetto;
5. **modello psicosociale:** tiene in considerazione l'interazione tra i processi psicologici individuali e i processi sociali che intervengono nella vita dell'individuo nelle diverse fasi della vita. Il soggetto infatti è influenzato dal gruppo sociale in cui è inserito, di cui interiorizza le norme e le modalità, il proprio ruolo e quello degli altri attraverso le rappresentazioni sociali di cui il contesto è portatore. L'azione orientativa è finalizzata alla messa in luce di queste interazioni per rendere il processo di scelta più comprensibile e meno alienante;
6. **modello globalistico-interdisciplinare:** considera la scelta orientativa come il risultato dell'interazione di più fattori, personali, familiari, socioculturali, economici, di progettazione di sé, di piena realizzazione di sé. Questo approccio si avvale delle visioni e degli strumenti dei diversi modelli di orientamento sopra citati, in una prospettiva integrata e multidisciplinare.

A questi si aggiunge il **modello costruttivista** basato su un approccio narrativo⁶, che attraversa le pratiche di accompagnamento, dalle *storie di vita*⁷ all'*autobiografia*⁸, inteso come percorso sull'identità di sé e sulla consapevolezza di tale identità attraverso il pensiero narrativo. La narrazione risveglia la memoria, competenza necessaria per imparare a progettare: recuperare il proprio passato significa recuperare abilità, competenze, apprendimenti, comportamenti, esperienze per potersi proiettare e progettare nel futuro. «Il racconto è presente in tutti i tempi, in tutti i luoghi, in tutte le società; il racconto comincia con la storia stessa dell'umanità; non esiste, non è mai esistito, in alcun luogo un popolo senza racconti [...] il racconto è come la vita» (Barthes, 1969)⁹.

5 M. Hough, *Abilità di counseling*, Erickson, Trento 1999.

6 Si veda F. Batini, R. Zaccaria (a cura di), *Per un orientamento narrativo*, Angeli, Milano 2000.

7 Si veda G. Pineau, J.L. Le Grand, *Les histoires de vie*, PUF, Paris 1993; G. Pineau, J.L. Le Grand, *Les histoires de vie*, PUF, Paris 1993.

8 Si veda a questo proposito D. Demetrio, *Raccontarsi. L'autobiografia come cura di sé*, Raffaello Cortina Editore, Milano, 1995.

9 R. Barthes, *Introduction à l'analyse structurale des récits*, trad. it. *Introduzione all'analisi strutturale dei racconti*, in AA.VV. *L'analisi del racconto*, Bompiani, Milano 1969, p. 7.

Narrare di sé è darsi forma, è *camminare all'indietro*¹⁰ rileggendo la propria storia e ri-attribuendole valore e significato. Attraverso la memoria il vissuto è ri-memorato per costruire il proprio futuro. È un atto di generatività, «si mette al mondo il proprio mondo – poiché attraverso questo distanziamento da se stessi si può tracciare un nuovo percorso, una nuova “verità”, anche differenti rispetto a quelli “reali”» (Biasin, 2010)¹¹.

Questo tipo di approccio permette di **sviluppare la competenza riflessiva attraverso l'analisi dell'esperienza vissuta**, come «appropriazione narrativa della propria vita, basata sulla capacità di comprendere il mondo e di comprendere se stesso» (Bernaud, 2014)¹², che permette di cogliere il significato dei comportamenti umani e di sostenere il processo di costruzione dell'identità e del progetto di vita. L'orientamento diviene in questo senso un percorso di ricerca e definizione della propria identità e della propria immagine, di ricostruzione della propria storia individuandone gli aspetti significativi e utili alla scelta formativa o professionale.

Il **sogetto che sceglie è quindi centrale nel processo orientativo** e il **ruolo dell'orientatore** si trasforma «da esperto che esprime una diagnosi fredda e ragionieristica e attribuisce punteggi mediante strumenti duri, come test o prove attitudinali, diventa **ascoltatore attivo**, aiutando il cliente a reinterpretare la sua vita e ad assumersi in prima persona la responsabilità delle sue scelte» (Evangelista, 2003)¹³. Secondo l'ISFOL (Ente pubblico di ricerca sui temi della formazione, delle politiche sociali e del lavoro), orientare significa «consentire all'individuo di prendere coscienza di sé, della realtà occupazionale e del proprio bagaglio cognitivo per poter progredire autonomamente nelle scelte in maniera efficace e congruente con il contesto. **Obiettivo dell'orientamento** diventa quello di **favorire nel soggetto la ricerca e la comprensione della propria identità e del proprio ruolo in una determinata realtà**, così da potenziare le competenze orientative di qualsiasi individuo; più che offrire risposte immediate e definitive come supporto in specifiche fasi della vita, l'**orientamento** è visto come uno **strumento di sviluppo di conoscenze e capacità**, azione a carattere globale in grado di attivare e facilitare il processo di scelta formativo/professionale del soggetto»¹⁴.

Il percorso proposto nel volume per gli studenti e le studentesse parte da questi presupposti teorici, calandoli nella realtà specifica del contesto scolastico e in quella particolare fase di transizione dell'età evolutiva che è l'adolescenza.

10 C. Josso, *Formarsi in quanto adulti: sfide, rischi, poste in gioco, risorse e difficoltà*, in «Adulthood», 2, 1995, pp. 23-32.

11 C. Biasin, *L'accompagnamento*, Franco Angeli, Milano 2010, p. 245.

12 J.L. Bernaud, *La sagesse dans la pratique de conseil en orientation : une notion revisitée dans le cadre de la construction de Soi* in A. Di Fabio, J.L. Bernaud, *The psychological construction of the identity in 21st century. A new intervention theory for developing the Self in turbulent times*, Nova Publishers, New York 2014.

13 L. Evangelista, <http://www.orientamento.it>.

14 Fonte ISFOL 2016, <https://www.isfol.it>.

Bibliografia, filmografia e sitografia

Bibliografia

Testi consigliati per gli insegnanti

- D. Goleman, P. Senge, *A scuola di futuro. Per un'educazione realmente moderna*, BUR Rizzoli, Milano 2017
- F. Batini, *Quando i figli scelgono il futuro. Piccolo vademecum a sostegno dei genitori di adolescenti e giovani*, Pensa MultiMedia, Lecce 2011
- F. Batini, S. Giusti, *Non mi importa di voi. Storie per le competenze di cittadinanza*, Loescher Editore, Torino 2013
- F. Batini, S. Giusti, *Non mi vedo. Storie per diventare se stessi*, Loescher Editore, Torino 2013
- F. Batini, S. Giusti, *Non so che fare. Storie per le scelte*, Loescher Editore, Torino 2013
- F. Dell'Oro, *Cercasi scuola disperatamente. Orientamento scolastico e dintorni*, Apogeo Editore, Milano 2012
- F. Dell'Oro, *La scuola di Lucignolo*, Urra-Feltrinelli, Milano 2014
- G. Pietropolli Charmet, *Cosa farò da grande?*, Laterza, Bari 2012
- M. Lancini, *Abbiamo bisogno di genitori autorevoli*, Mondadori, Milano 2107
- M. Lancini, *Adolescenti navigati. Come sostenere la crescita dei nativi digitali*, Erickson, Trento 2015
- M.R. Mancinelli, M. Bonelli, *Orientare nella scuola del preadolescente. Percorsi e strumenti*, Editrice La Scuola, Brescia 2005
- M.R. Mancinelli, *Quale scuola superiore?*, Alpha Test, Milano 2015
- R. Abravanel, L. D'agnese, *La ricreazione è finita. Scegliere cosa studiare e dove per crescere occupati e felici*, BUR Rizzoli, Milano 2015
- S. Crosera, A. Favaro, *E poi cosa faccio? Guida all'orientamento dopo la scuola media*, Giunti Demetra, Milano 2016

Testi consigliati per gli studenti

- A. Donkin, *Roald Dahl e la sua fabbrica di cioccolato*, Salani Editore, Milano 2003
- A. Frank, *Diario*, Einaudi, Torino 1966
- B. Masini, R. Piumini, *Ciao, tu*, BUR Rizzoli, Milano 1998
- D. Buzzati, *Il colombre e altri cinquanta racconti*, Mondadori, Milano, 1966

- D. Pennac, *Diario di scuola*, Feltrinelli, Milano 2008
- E. E. Schmitt, *Il lottatore di sumo che non diventava grosso*, Edizioni E/O, Roma 2009
- E. Favilli, F. Cavallo., *Storie della buonanotte per bambine ribelli*, Mondadori, Milano 2017
- I. McEwan, *L'inventore di sogni*, Einaudi, Torino 1994
- J.D. Salinger, *Il giovane Holden*, Einaudi, Torino 2008
- J.R. Lansdale, *L'ultima caccia*, Fanucci Editore, Roma 2006
- L. Cima, *La voce di carta*, Mondadori, Milano 2020
- L. Garlando, *Il mestiere più bello del mondo. Faccio il giornalista*, Rizzoli, Milano 2018
- L. Garlando, *Prestami un sogno*, Harper Collins Italia, Milano 2021
- R. Aldighieri, *Genere felicità*, Feltrinelli, Milano 2019
- R. Bach, *Il gabbiano Jonathan Livingston*, BUR Rizzoli, Milano 1977
- R. Levi Montalcini, *Elogio dell'imperfezione*, Baldini+Castoldi, Milano 2013
- V. De Marchi, R. Fulci, *Ragazze con i numeri*, Editore Scienza, Trieste 2018

Filmografia

- Banana*, di Andrea Jublin (Italia, 2015)
- Billy Elliot*, di Stephen Daldry (UK, 2000)
- Caterina va in città*, di Paolo Virzì (Italia, 2003)
- Divergent*, di Neil Burger (USA, 2014)
- Microbo & Gasolina* di Michel Gondry (Francia, 2015)
- Sognando Beckham*, di Gurinder Chada (USA, UK, Germania, 2002)
- The Giver – Il mondo di Jonas*, di Philip Noyce (USA, 2014)

Sitografia

Per conoscere l'offerta formativa:

<https://www.orientamentoistruzione.it>

Per proporre un questionario per indagare gli interessi dello studente:

http://orientamento.regione.fvg.it/Questionario_inf/Login.aspx

Per trovare informazioni e suggerimenti utili:

<https://percorsiintelligenti.comune.bergamo.it/>