

Interventi di Pedagogia Clinica di Patrizia Missana

classi prime medie medie

periodo da settembre a dicembre

laboratorio motivazionale "Star bene in classe"

Sondaggio

Il corso ti è sembrato

molto positivo	8 IA	10 IB	10 IC	11 ID	7 IE	7 IF
positivo	14 IA	11 IB	11 IC	6 ID	8 IE	9 IF
discreto	1 IC	1 IB			3 IE	3 IF
mediocre	2 IA		1 IC		3 IE	
Scarso	1 IA				1 IF	

Gli insegnamenti emersi

erano già di tua conoscenza		7 IA	2 IB	2 IC	3 ID	2 IE	3 IF
non erano di tua conoscenza		14 IA	8 IB	16 IC	8 ID	12 IE	9 IF
erano in parte di tua conoscenza		4 IA	12 IB	5 IC	5 ID	7 IE	8 IF

Ne hai parlato in famiglia

Sì	20IA	18 IB	21 IC	11 ID	16 IE	14 IF
No	5 IA	4 IB	2 IC	5 ID	5 IE	6 IF

Sensazioni provate

Positive	17IA	15 IB	20 IC	14 ID	13 IE	12 IF
Negative	1IA		1 IC		2 IE	1 IF
Non saprei	7IA	7 IB	2 IC	2 ID	7 IF	6 IE

Attività svolte

Coinvolgenti	22IA	22 IB	21 IC	16 ID	17 IE	17 IF
Noiose	3IA		2 IC		4 IE	3 IF

Quale attività ti è piaciuta di più / perché ?

Classe IA:

Tutte mi sono sentita rilassata e mi sono anche divertita
 Albero (5) bella sensazione; ho compreso come è fatto un albero; ci ha fatto rilassare al sole; mi è piaciuto molto immaginare di essere un albero; disegnare l'albero;
 Condivisione bello sentire le idee degli altri
 Cibo (3) interessante utilizzare questa esperienza per attivare i cinque sensi; nuove sensazioni;
 Colori (3) "ti fa entrare dentro il corpo"; bello e divertente; mi è piaciuto "ritrovare" i colori nel corpo;
 Visualizzazione (5) - isola tropicale: mi sono rilassata molto; mi danno la possibilità di immaginare ciò che voglio, toccare ed esplorare; le immaginazioni mi piacevano molto perché mi rilassavano ; mi rilassava.
 Giochi di squadra - divertenti
 Specchio bello far fare al compagno ciò che facevo io (smorfie, gesti); ho fatto ridere i miei compagni; divertente imitare i compagni nei gesti;
 Cyberclinica " mi sento moto bene", divertente, ci si muoveva tutti

Classe IB

Albero (2) bello, ad occhi chiusi, immaginarci non solo nei nostri panni; mi rilassava molto, ti faceva svuotare la mente (a me l'ha fatta svuotare)
 Sedia divertente; lo spostarsi alzandosi a rotazione;
 Cerchio ha sottolineato le debolezze e le positività dei compagni
 Colori (2) bella sensazione, mi si sono bloccate le mani e mi sono rilassata moltissimo; mi è piaciuto moltissimo quando abbiamo colorato e abbiamo fatto riferimento ai nostri sentimenti, espresso le nostre opinioni sui colori
 Racconti (3) racconti di sé, dei sogni ricorrenti, mi ha coinvolto molto; ero molto curiosa; mi è piaciuto quando abbiamo descritto i sogni e i nostri incubi;
 Visualizzazioni (2) mi piace uso dell'immaginazione, mi piace viaggiare nella fantasia; mi sono sentita bene
 Cibo (1) mangiare una mela e pensare da dove viene...
 Tutte (2) erano tutte bellissime non mi annoiavo e mi divertivo molto; interessanti
 Presentazione (3) tutti erano coinvolti ed ascoltavano, è stato molto divertente; sostenere il nome con i gesti mi è sembrato coinvolgente, divertente e a volte utile
 Vocali (2) fa stare bene e mi rilassa.
 Reni (1) rilassante, mi è piaciuto molto
 Disegno (2) mi piace fare disegni sui nostri incubi perché così facendo non ho più avuto paura e mi sono acquietato;
 Profumi (1) mi è piaciuto annusare

Classe IC:

Circle time (1) Divertente
 Profumi (1) Annusare profumo di una pianta o del cibo molto istruttivo
 Basilico (1) Mi sono sentita IO e poi perché mi sono divertita
 Disegni (1) Mi piace disegnare e stare con i miei compagni,
 Cibo (3) Coinvolgente e molto rilassante, ero curioso e volevo sapere i gusti dei miei

compagni/ assaggiare la frutta lentamente mi ha fatto sentire il suo

buonissimo sapore

Vocali (3) Mi faceva stare tranquillo; mi piaceva, mi faceva ridere e sentivo un leggero

Visualizzazione (1) "solletichino" alle gambe/ mi ha divertito molto
 Bello mettere in moto l'immaginazione ad occhi chiusi

Albero (6) Interessante entrare nel mondo dei nostri sentieri ad occhi chiusi/mi
rilassava immaginare l'albero, le resine mi è
sembrato molto divertente ed
interessante; mi ha fatto sentire tranquillo e rilassato ; mi sentivo libera;
scegliere L'albero che ci rappresentava e descriverne
l'ambiente mi ha reso più
tranquilla e mio agio e mi ha trasmesso tante belle emozioni e sensazioni
coinvolgenti
Colori (3) Rilassante e molto coinvolgente/ mi tranquillizzava e mi dava sicurezza
Rabbia (2) Disegnare dei fegati e colorarli mi ha aiutato a calmarmi/divertente e lo faccio
ogni mattina/ mi è piaciuto, mi sono rilassata in
classe seguendo le parole della professoressa
Orientamento (1) Divertente
Scimmia (1) Mi ha permesso di sentirmi più rilassata

Questo laboratorio è stato decisamente positivo, perché mi ha dato la possibilità di conoscere meglio i miei compagni proprio all'inizio della scuola e mi sono divertita

Classe ID:

Tutte (2) divertente/ ho imparato a non sprecare il cibo, a pensare da dove viene
Cibo (6) ho imparato a gustare e sentire meglio il sapore/ a dare importanza a ciò che si
mangia / ho imparato a mangiare in modo diverso e mi sazio prima/ mentre
mangiavo sentivo delle sensazioni di calore nel mio corpo/ ho
scoperto che non serve mangiare tanto per saziarsi e gustare il cibo che
diventa più buono
Albero (3) mi sono sentita meglio/ mi sono rilassata / mi sono sentito meglio/ non riuscivo più a
muovere i piedi e mi sono sentita rilassata al massimo
Colori (7) mi rilassava- mi dava energia / mi aiutava a concentrarmi / lo faccio ogni mattina
soprattutto prima delle verifiche e sento subito molto tranquilla e rilassata /
coinvolgente e divertente / mi sono divertita e mi sono concentrata/
ho scoperto che le mie parti del corpo reagiscono positivamente grazie ai colori/
Vocali (2) mi rilassava e mi faceva stare meglio/ rilassante/ mi concentro meglio/
Reni (3) Mi ha fatto sentire meglio
Nome (3) nome e gesto insieme era divertente e mi calmava
Mi è piaciuto molto giocare con i miei compagni

Classe I E:

Albero rilassante e suscita emozioni; libera immaginazione; c'era silenzio;
Cibo (7) ho assaggiato frutti nuovi; coinvolgente, simpatico e istruttivo; interessante mangiare
in questo modo della frutta; perché abbiamo utilizzato diversi sensi;
Nome (4) attività con nome e aggettivo abbinato attraverso la quale abbiamo scoperto
qualcosa (qualità o desiderio) dell'altra persona; metteva alla prova la
memoria; divertente; ognuno poteva scegliere un proprio segno distintivo
Reni lo pratico spesso; potevamo esprimere le nostre personalità;
Vocali (2) dopo l'attività mi sentivo a mio agio; abbiamo trovato bei aggettivi; questa attività è
quella che mi ha aiutato di più; è quella che uso di più;
Quasi tutte erano molto interessanti

Classe I F:

Gioco delle sedie (8) - mi sono divertito, mi ha coinvolto, dava l'opportunità di mettersi vicino a tutti; coinvolgente adatto a noi ragazzi; ci ha dato l'opportunità di esprimere le passioni e confrontarle con gli altri

Nome(2) mi è piaciuta la presentazione unita al ballo, ballando ho avuto coraggio e mi ha aiutato a superare qualsiasi difficoltà e timidezza

Vocali (3) attività che ci permette di far andare bene le verifiche o le gare (molto utile); bella

Cibo (4) divertente; ho assaggiato cose che non avevo mai mangiato; ho assaggiato cibi che non mi piacevano che ora mi piacciono; mi ha fatto stare bene;

Reni (1) esercizio per le paure (di notte ho sempre paura)

Cyberclinica "mi sento molto bene" (2) - quando sono arrabbiata o triste mi fa stare molto meglio; ti rianima e ti sveglia dall'essere addormentato

Colori (3) mi ha fatto sentire bene; ho liberato la mia immaginazione;

Albero (2) interessante, divertente

Quale attività ti è piaciuta di meno/ perché?

Classe IA:

Mi sono piaciute tutte (8) : sono tutte molto utili, belle; ogni lezione la professoressa ci insegnava qualcosa di nuovo; tutte bellissime; mi sono divertita molto

Non mi sono piaciute le attività in cui non ci muovevamo (non mi piace star fermo)

Non mi è piaciuto disegnare l'albero

Nome(1) Noioso dover collegare nome e movimenti per tre volte;

Isola (1) non riesco a visualizzare

Ritmo(2) non mi piace imitare le cose degli altri perché mi mettono a disagio; non ne ho compreso il senso

Immaginare(1) non ne capisco il senso

Reni(1) mi faceva male la schiena

Cyberclinica ("Mi sento molto bene") - io sono molto pigra e non mi piace farmi vedere attiva

Classe IB

Mi sono piaciute tutte,(20) perché sono fantastiche, interessanti; mi sono divertito

Racconti (1) non mi piace sentir parlare di incubi

Reni (1)

Vocali (1) noioso

Cibo- olfatto (2) non ho avuto le stesse sensazioni che ho provato nelle altre attività ; non ho compreso il senso dell'esercizio (basilico)

Rotolarsi (1) associato al nome mi è piaciuto si e no

Orientamento (1) noioso

Albero (1) poche sensazioni

Sedia (1) non mi piacciono le attività con i compagni con cui non vado d'accordo

Classe IC:

Tutte le attività sono state molto belle e interessanti (7)

Disegnare un albero (non mi piace disegnare)

"Strofinare, spazzolare" perché non mi faceva nessun effetto

Quella del basilico (2) :non credo di averla capita, non mi è piaciuto l'odore

Quella delle vocali perché facendola mi sentivo uguale a prima

Fegato (3 - non ho provato nulla e non mi ha coinvolto molto)

Vocali e battere sulla schiena: non era piacevole

Immaginare un posto: mi annoiava
Il cerchio di conoscenza e gli esercizi in cerchio
Tutti gli esercizi perché erano noiosi

Classe ID:

Mi sono piaciute tutte (8); quella dei colori (3), dei reni (3), delle vocali (1)
Tutte ugualmente importanti (1)

Classe IE:

Mi sono piaciute tutte (5)

Tutte mi annoiavano (1)

Cibo (6) noiosa; non mi piace la frutta (2); avrei voluto mangiare subito; invece di mangiare dovevo annusare e non mi piaceva;

Albero (3) non mi è piaciuto ; non ha permesso di rilassarmi; non mi piaceva immaginare di essere alberi forti

Colori (1) quando chiudevo gli occhi mi sembrava che qualcuno mi picchiasse

Reni (2) sembrava strana; non interessante;

Nome(1) dopo i compagni hanno iniziato a prendersi in giro

Vocali (1) Mi sembrava noioso

Classe IF:

Mi sono piaciute tutte (2)

Il disegno - non mi piace disegnare

Cibo (6)- non mi piaceva nulla io non mangio frutta; alcune cose proposte non mi piacevano

Orientamento (2) - noioso; non coinvolgente

Presentazione con i gesti era imbarazzante (1)

Mi sento molto bene (2) - noioso

Colori (1) - non ho superato la paura del colore nonostante il disegno

Vocali(1) - mi stufano

Spolveramento (1) - non mi piace essere toccato (come se qualcuno mi desse botte).

Hai avuto occasione di mettere in pratica ciò che hai imparato?

Si	19 IA	18 IB	16 IC	14 ID	15 IE	15 IF
No	6 IA	4 IB	7 IC	2 ID	6 IE	5 IF

Ritieni che questo corso ti abbia fornito strumenti utili per migliorare il tuo modo di "stare" a scuola?

Si	14iA	15 IB	8 IC	10 ID	6IE	8 IF
No.	4 IA		4 IC		6 IE	5 IF
In parte	6 IA	7 IB	11 IC	6 ID	9 IE	6 IF

Ritieni che questo corso possa essere utile anche ad altri alunni di altre classi?

Si	23 IA	20 IB	23 IC	16 ID	18 IE	17 IF
No.	2 IA	2 IB			3 IE	3 IF

Perché?

Classe IA

Per diversi motivi: per aiutare gli altri a comportarsi bene, per farli concentrare, per fargli perdere la tensione delle verifiche e altro.

Perché si imparano molte cose che servono nell'ambiente scolastico (ti rilassa e ti sveglia)

Secondo me tutti dovrebbero sperimentare questa bella esperienza

È un corso che toglie tutte le sensazioni negative

Perché è stato molto bello e divertente; si sta meglio è un po' più a tuo agio

Certe volte vedo i miei compagni agitarsi per le verifiche e secondo me se facessero qualche esercizio di quelli che abbiamo fatto forse sarebbero più rilassati

Non tutti sono calmi, li facciamo muovere così si calmano

Ti aiuta per le verifiche dire le vocali prima di iniziare

Alcuni alunni non riescono a finire i compiti e hanno dei problemi (2) e queste attività li possono aiutare

Può servire anche ai più grandi per imparare

Tutti gli alunni delle altre classi non hanno partecipato

Classe IB

Lo rifarei con le prime, perché quando si arriva non si va d'accordo con tutti

Perché non tutti all'inizio stanno bene in un luogo nuovo anche se non lo dimostrano e il laboratorio può aiutare

Per stare tutti insieme e per poi capire un po' di più le persone timide ed emarginate

È importante; si imparano cose nuove e si conosce di più la professoressa Missana

Questo corso può interessare ad altre classi non solo alla nostra, è bello imparare cose nuove

Per stare meglio in classe (2)

Perché è una cosa bella che può servire ad altri

Alcuni ragazzi avrebbero bisogno di un metodo per tranquillizzarsi quando sono arrabbiati o in ansia

Può aiutare a essere più sicuri di sé e a rilassarsi

Tutta la classe ha avuto suggerimenti quindi penso che possa essere utile per altri

Con il corso i ragazzi presi di mira possono diventare più coraggiosi

Utile per coloro che non sanno stare bene a scuola, per chi è maleducato e non rispetta i compagni

Se si imparano certe cose da piccoli si riesce a migliorare sempre più

Ritengo che possa piacere ad altri

Ci si rilassa molto e ci si diverte

Classe IC

Perché ti fa scoprire come si è fatti

Perché aiuta a migliorare se stessi e ad essere più felici

Se qualcuno è turbolento riuscirebbe a calmarsi, se qualcuno è riservato riuscirebbe a tirare fuori la sua energia. - Magari chi è agitato può fare questi esercizi, impareranno molto

Così tutti possono stare bene e anche più tranquilli

Aiuterebbe molto quelli che hanno paura di qualcosa

Potrebbe essere utile anche ad altri, è molto piacevole e molto e molto interessante

È un insegnamento di vita civile

Ti aiuta a stare più tranquillo, a rilassarsi e a stare bene con gli altri

Così riescono a conoscersi meglio

A tutti sono utili insegnamenti che ti fanno stare meglio

Così potrebbero essere più rilassati e di fatto potrebbero andare meglio a scuola e nelle attività che praticano

Come è servito a noi, potrebbe aiutare altri che hanno problemi a scuola
Questi esercizi fanno bene a chiunque
Se sei triste seguire questo corso ti potrà aiutare ad essere più allegro
Perché abbiamo tutto dentro di noi una parte nascosta e quindi dobbiamo scoprirla
Imparare delle cose nuove può essere utile anche se a me non piacciono le novità
Per me è stato utile per rilassarmi, penso che potrebbe essere utile anche ad altre classi
Possono aiutare a superare i problemi di coloro che si vergognano a parlare davanti agli altri

Classe ID

Si impara tantissimo; insegna molte cose e belle
Perché ti rilassa, ti calma, ti diverte, ti insegna a concentrarti, a mangiare meglio cioè fino a quando hai veramente fame
Aiuta i ragazzi a rilassarsi quando c'è qualche verifica ed interrogazione
Aiuta ad essere rilassati e concentrati (2)
Si impara a tranquillizzarsi
Potrebbero servire per stare meglio
Le persone più distratte possono tornare a concentrarsi
Si possono concentrare altre classi
Divertirsi e non sprecare il cibo
Magari non hanno un buon rapporto con insegnanti e compagni e gli farebbe bene a rilassarsi e magari comunicare di più
Ritengo che altre classi siano pronte a seguire questo corso
Aiuta a calmarsi quando ne avranno bisogno
Perché così, forse, potrebbero non fare i bulli

Classe IE:

Perché è divertente e formativo, serve per conoscere i nostri compagni ed abitua all'ambiente
Alcuni avrebbero bisogno di questo laboratorio per moderare il linguaggio e rilassarsi
Perché così uno può sentirsi meglio
Perché dà speranza
Perché fa bene, può aiutare a superare le difficoltà e le paure
Così vanno meglio le verifiche
Aiuta a stare meglio
Può aiutare nello studio per chi non riesce a trovare un modo per studiare
Ci ha permesso di conoscerci meglio.
Potrebbe aiutarli
Ti aiuta ad imparare cose nuove, fare tante esperienze con i compagni e conoscerli meglio
Potrebbe servire, molto bello e divertente
Ti fa sentire meglio e più tranquillo

Classe IF:

Così anche loro avranno l'opportunità di stare bene a scuola come noi.
Coinvolgente, interessante, divertente.
Se si impegnano e usarlo può essere utile perché ti aiuta molto a superare le paure
Può aiutare come ha aiutato noi; certe persone ne avranno bisogno.
Per stare meglio tutti; secondo me sono tutti più felici;
Tutti possono praticare questa "cura"
Forse può aiutare
Noioso, inutile,
Aiuta a stare bene
Aiuta a capire che ognuno di noi è perfetto

Suggerimenti o proposte critiche?

Classe IA:

Nessun suggerimento o proposte (19) : è stato utile, molto bello,
Propongo di farlo in tutte le classi: la professoressa Missana mi ha fatto veramente sognare con le sue visualizzazioni e mi è piaciuto come interagiva con noi
Lo facciamo anche il prossimo anno?
Inventare altre attività con più movimento
Non immaginare

Classe IB

Nessun suggerimento, critiche o proposte (11). Mi sembra perfetto
Proporrei di parlare con il compagno con cui non si va d'accordo e dire il perché
Trattare un po' di più il bullismo.
Parlare e migliorare le prese in giro
Farei il corso più lungo, per tutti e per tutti i tre anni
Fare due ore per dare tempo a tutti di esprimersi, mi è piaciuto molto

Classe IC:

Più ore
Condivisione durante la prima ora con altre classi dello stesso argomento
Stanza apposita, con la presenza di più di una professoressa(2/3) e fare contemporaneamente attività varie coinvolgenti, essere in più di una classe non una ora ma due ore.
Utilizzare mezzi tecnologici
Bisognerebbe coinvolgere anche i genitori
Fare il laboratorio una volta alla settimana
Niente critiche o suggerimenti volevo comunque dire che il corso mi è piaciuto molto
Mi è piaciuta molto questa avventura
Si potrebbe fare un gioco di immaginazione
Il corso è bellissimo e proporrei di farlo più lungo e farlo durare tutti e tre gli anni
Proposta : 1/2 ore costanti alla settimana
Si potrebbero fare venti ore e non otto, nessuna critica.

Classe ID:

Fare più ore (8)
Lavoro molto istruttivo che si dovrebbe iniziare anche alle elementari.
Aggiungere altre attività
Dicarci più tempo.
Più ore oppure mezz'ora al giorno
No (4)

Classe IE:

Nessun suggerimento, proposte o critiche (19)
Fare lavoretti con la carta e le forbici (1)
Ore sprecate (1)
Ho vissuto una esperienza magnifica con questo laboratorio.
Appena sveglia alla mattina metto in pratica il "mi sento molto bene", le vocali prima delle verifiche ed ho ottenuto i seguenti risultati:
- più concentrazione nelle verifiche
- meno stanchezza alla mattina
Mi sono sentita davvero molto bene facendo questi esercizi e vorrei rifare questo laboratorio.

ClasselF:

No (14): è stato molto divertente, mi è piaciuto , bello e simpatico

Fare più ore e parlare di bullismo

Farlo anche alle persone bulle così si accorgono che sono come noi anche se più grandi

Senza risposta (4)

.