

# Life Skills per imparare ad affrontare la vita



Le Life Skills non vengono esplicitamente insegnate negli attuali programmi di istruzione. I giovani che non sono in grado di gestire le emozioni, prendere decisioni, comunicare efficacemente ed essere empatici con gli altri, rischiano di rimanere bloccati nel loro percorso di studi, nel lavoro e nelle relazioni. Il progetto 'Apprendimento creativo per la vita' (Creative Learning for Life CL4L) mira a formare gli insegnanti che lavorano negli Enti di Formazione Professionale, a insegnare in modo creativo come sviluppare le Life Skills.

Autore: Susan de Boer

Formatori e insegnanti che collaborano alla progettazione e all'implementazione delle Life Skills presso la sede della società di consulenza 'For Business Life Skills' di Maurizio Chiappa. Maurizio Chiappa ha la barba e la camicia blu, Birgit Grimbergen ha la sciarpa verde e gli occhiali da sole nei capelli, Guus van Beek sta al centro e ha una camicia blu e scarpe marroni, Henrie Mastwijk sta in fondo al centro con la giacca a vento blu.

"I nostri studenti hanno bisogno di concentrarsi sulle competenze che li aiuteranno ad affrontare le sfide della vita", afferma Birgit Grimbergen, membro senior dello staff di REA College e project manager di Creative Learning for Life (CL4L). REA College si concentra, in particolare, sui giovani che hanno bisogno di un sostegno supplementare per completare la loro formazione professionale, ad esempio a causa di un disturbo dello spettro autistico.

## "Non si tratta solo di conoscenza, ma anche di ciò che si sente nel corpo e nel cuore"

Secondo Birgit Grimbergen, le scuole non forniscono abbastanza strumenti per affrontare le emozioni o prendere una decisione. "Insegniamo loro come essere un buon lavoratore o un buon cittadino. Quindi, in REA College facciamo qualcosa sulle Life Skills, ma con l'obiettivo di trovare un lavoro. Consideriamo il lavoro come la porta d'accesso a una vita felice, ma vorremmo allargare lo sguardo al futuro". Guus van Beek, responsabile scientifico del progetto Creative Learning for Life, aggiunge:

"Questo progetto mira a insegnare agli insegnanti a preparare meglio gli studenti alla vita. Ciò implica anche lo sviluppo personale. Life Skills come comunicazione e gestione delle emozioni hanno un ruolo importante sia nel lavoro che nella vita privata". Queste abilità di vita non dovrebbero essere insegnate in modo teorico. Guus van Beek: "Una delle cause del tasso di abbandono scolastico è che in molte scuole gli insegnanti insegnano in modo tradizionale. Con il progetto Creative Learning for Life, vogliamo rendere l'istruzione più attraente. Il concetto di insegnamento creativo indica che non si tratta solo di conoscenza, ma anche di ciò che si sente nel corpo e nel cuore". Si tratta di un cambiamento significativo rispetto alla didattica attuale. Per esempio: affrontare le discussioni in famiglia. Questo può essere affrontato con un gioco di ruolo in cui gli attori chiariscono una situazione o esprimono un'emozione. Gli insegnanti imparano a lavorare con gli attori". È una questione di equilibrio, afferma Maurizio Chiappa titolare di Forbusiness Life Skills, partner italiano del progetto Creative Learning for Life. "Formare alle competenze di vita significa formare alle competenze di adattamento. La vita cambia ed è importante imparare ad adattarsi al mondo moderno (che è in continua evoluzione)".

## Ingrado come sostenitore di Apprendimento creativo per la vita

Il motivo per cui Ingrado è coinvolta nel progetto Creative Learning for Life è che la formazione sulle Life Skills aiuta a prevenire l'abbandono scolastico, afferma Henrie Mastwijk. Mastwijk è responsabile del progetto per quanto riguarda l'educazione inclusiva, i giovani e il lavoro, presso Ingrado. "Sosteniamo il programma come centro di conoscenza, ad esempio fornendo un feedback sui risultati del progetto. Vogliamo anche rendere disponibili i corsi di formazione sulle Life Skills per i nostri coach, in modo che possano formare i giovani su questo tema. Ci aspettiamo molto da questo progetto. L'insegnamento creativo è un nuovo modo di insegnare le Life Skills". Ci vorrà del tempo prima che il programma sia disponibile, afferma la Mastwijk. Un programma ben congegnato può garantire che gli studenti acquisiscano le giuste conoscenze e competenze che consentiranno loro di avere successo in vari aspetti della loro vita. Per svilupparlo con cura ci vuole tempo.



## Tutto cambia

Molti giovani olandesi soffrono di disturbi mentali, come dimostra una ricerca condotta nel marzo 2023. Quasi la metà dei giovani soffre di stress, soprattutto a causa di un misto tra pressione sulle performance e le opinioni degli altri. Il 45% si sente solo e il 14% ha pensieri di suicidio. Ci sono anche preoccupazioni per la crisi degli alloggi, dell'inflazione e del clima. In Italia la situazione è simile. Maurizio Chiappa: "L'immagine del futuro è cambiata. Molti giovani non vogliono investire nel futuro, sono cinici riguardo alla situazione mondiale". Proprio per questo le Life Skills sono importanti. I corsi di formazione sulle Life Skills sono stati sviluppati per la prima volta nelle cliniche che si occupano di problemi di dipendenza. L'idea di base era che se si riesce a gestire meglio la vita, si può gestire meglio la propria dipendenza. Questa idea si applica in modo più ampio a tutte le sfide della vita. Guus van Beek: "Questa visione cupa del futuro è iniziata con le crisi economiche. In Italia, Spagna e Grecia c'era un alto tasso di disoccupazione, un quarto dei giovani non aveva prospettive di lavoro. Questo crea tensione. E questo vale a maggior ragione per i giovani con disabilità, fisiche o mentali. Manca l'inclusione sociale. Vogliamo che anche questi giovani vivano una vita significativa".

In Italia non esistono scuole speciali o strutture di accoglienza per i giovani con disabilità. Di conseguenza, ragazzi e ragazze con esigenze di sostegno speciali si sentono spesso soli in classe", dice Chiappa. Non esiste un programma adattato. Il concetto di Life Skills mira a insegnare agli insegnanti una visione inclusiva, in modo che possano rendere le loro lezioni più adattive, provare più empatia, guardare di più alle emozioni. Non basta conoscere le Life Skills, bisogna anche viverle".

## Su misura

Il progetto si articola in diverse fasi. Ci sono stati incontri nei Paesi Bassi e in Italia in cui insegnanti e formatori sono stati introdotti al progetto; un altro incontro in Estonia a dicembre. Dai Paesi Bassi partecipano un insegnante e un formatore del REA College. Dall'Italia e dall'Estonia partecipano quattro insegnanti per Paese, mentre la Slovenia partecipa con cinque insegnanti. Birgit Grimbergen:

"Nell'aprile 2024 inizierà la formazione per gli insegnanti sull'apprendimento del lavoro con attori, cantanti, danzatori e pittori. Durante la formazione impareranno quale approccio si adatta alle Life Skills che si vogliono insegnare e ai propri studenti. Gli insegnanti acquisiranno esperienze e le applicheranno nel loro insegnamento. Nel 2025, presenteremo i risultati del progetto sia a livello internazionale che nei Paesi Bassi". Al termine del progetto, sarà stata sviluppata una serie di moduli che gli insegnanti potranno utilizzare per insegnare agli studenti le Life Skills. Guus van Beek: "Inoltre, stiamo sviluppando uno strumento di valutazione delle Life Skills, che potrà essere utilizzato per scoprire cosa serve agli studenti. Ad esempio, se gli studenti indicano di soffrire molto di stress, è possibile selezionare esercizi che trattano la gestione dello stress. In questo modo, gli insegnanti potranno fornire un apprendimento su misura delle Life Skills."

## Società

Gli studenti della sede di Nijmegen di REA College, beneficeranno dei risultati del progetto già l'anno prossimo, quando gli insegnanti partecipanti metteranno in pratica quanto appreso. Altre sedi di REA College seguiranno nel 2025, quando i moduli e gli strumenti saranno diffusi a livello nazionale. Il programma aiuterà sicuramente a combattere l'abbandono scolastico, prevede Birgit Grimbergen. Se si è in grado di affrontare la vita, è meno probabile che si abbandoni. Se tuo padre o tua madre si ammalano, o se succede qualcos'altro che sconvolge la tua vita, puoi affrontarlo meglio grazie alle Life Skills".

"Maurizio Chiappa vede anche un ruolo nella società: "Un giornale italiano ha riportato uno studio condotto dal Ministero per le Politiche Giovanili. È emerso chiaramente che il problema non è che i giovani non sanno comunicare, ma che gli adulti non li capiscono. Il 45% dei giovani dice: "I nostri insegnanti non ci capiscono". Quindi non solo gli studenti devono cambiare, ma anche l'intera società".

## Apprendimento creativo per la vita

Il progetto Creative Learning for Life è cofinanziato dal programma europeo Erasmus+. Il progetto consiste nell'insegnare le dieci abilità di vita che l'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) ha identificato come necessarie a tutti per affrontare efficacemente le sfide della vita. Le abilità vengono insegnate in modo creativo. Oltre agli educatori e agli esperti, partecipano a questo progetto attori, pittori, ballerini, musicisti e altre persone con professioni creative. Erasmus+ mira a promuovere la qualità e la pertinenza dell'istruzione e della formazione in Europa, a migliorare la comprensione interculturale, a incoraggiare la mobilità di studenti e personale e a promuovere l'innovazione e le buone pratiche nel campo dell'istruzione. Oltre ai Paesi Bassi, partecipano al progetto Creative Learning for Life anche Italia, Slovenia ed Estonia.

## Life Skills

Secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS), le Life Skills sono "abilità di comportamento adattive e positive che consentono agli individui di affrontare efficacemente le richieste e le sfide della vita quotidiana". In altre parole, sono abilità psicosociali per mantenere uno stato di benessere mentale e dimostrarlo con un comportamento costruttivo durante le interazioni con gli altri e all'interno della propria cultura e ambiente. L'OMS identifica 10 abilità suddivise in tre aree.

1. Cognitiva: Processo decisionale, Risoluzione dei problemi, Pensiero critico, Pensiero creativo
2. Emotiva: Consapevolezza di sé, Gestione delle emozioni, Gestione dello stress
3. Sociale: Comunicazione efficace, Capacità relazionali, Empatia