



COLTIVARE BENESSERE A SCUOLA

Una raccolta di pratiche e idee per la scuola secondaria di primo grado, da insegnanti per insegnanti.



P R O G E T T O N A Z I O N A L E
P R I N P N R R 2 0 2 2

INDICE

0	INTRODUZIONE ALLA GUIDA E STRUTTURA CAPITOLI	3
1	RELAZIONE STUDENTI- INSEGNANTE	6
2	DIDATTICA POSITIVA	12
3	SUPPORTO ALUNNI	16
4	GESTIONE DELLA CLASSE	21
5	RISPETTO DELLE REGOLE	24
6	RELAZIONE INSEGNANTE- INSEGNANTE	28
7	RELAZIONE STUDENTE-STUDENTE	30
8	GIUSTIZIA	33
9	COINVOLGIMENTO	37
10	INCORAGGIAMENTO	40
11	CONSAPEVOLEZZA SOCIALE	43
12	AUTOCONSAPEVOLEZZA STUDENTI	45
13	RIFERIMENTI PROGETTO	48



INFORMAZIONI UTILI

La guida è nata nell'ambito di un progetto di ricerca PRIN 2022 PNRR (perstarebeneascuola.unipr.it), durante un percorso di restituzione partecipata condotto nelle scuole. I ricercatori in psicologia dell'educazione hanno dialogato con i docenti di scuola secondaria di primo grado di tanti istituti diversi distribuiti sul territorio nazionale, invitandoli a scegliere una tematica rilevante per il loro contesto e a immaginare attività concrete da implementare per migliorarsi. Da queste riflessioni condivise è emerso un corpus di idee raccolte in questa guida.

Raccolte in questo documento ci sono le principali difficoltà che gli insegnanti si trovano ad affrontare in classe e le organizza per aree tematiche. Per ciascuna area sono presentate idee e spunti di lavoro non ancora sperimentati, ma immaginati dagli insegnanti stessi durante momenti di riflessione condivisa, a partire dalle aree su cui vorrebbero lavorare per migliorare il clima e il benessere nella loro scuola. Le idee proposte dai docenti non sono state rielaborate ma solo raccolte, riordinate e organizzate nelle diverse aree; la guida racconta quindi direttamente le voci dei docenti partecipanti.

QUALI SONO LE AREE?

Le aree dei contenuti della guida derivano dalla riflessione avvenuta su due grandi dimensioni: l'Apprendimento Sociale ed Emotivo (SEL) e il Clima Scolastico (per maggiori informazioni: perstarebeneascuola.unipr.it).

Durante gli incontri di restituzione partecipata, ogni gruppo di insegnanti ha scelto l'ambito su cui desiderava riflettere e immaginare possibili interventi per migliorare la vita scolastica. La guida è quindi organizzata in base alle dimensioni su cui i docenti hanno espresso il desiderio di lavorare.

In breve, l'**Apprendimento Sociale ed Emotivo** riguarda le competenze che permettono di comprendere e gestire le emozioni, costruire relazioni positive e prendere decisioni responsabili.

Per gli studenti, le aree si dividono in: auto-consapevolezza, auto-regolazione, consapevolezza sociale e presa di decisioni responsabile.

Per gli insegnanti, invece, in: relazione docente-studente, regolazione delle emozioni, consapevolezza sociale e relazioni interpersonali.

Il **Clima Scolastico**, inteso come la qualità complessiva della vita a scuola, comprende sia le *pratiche della classe* (relative a regole, supporto agli studenti, coinvolgimento, didattica positiva, incoraggiamento, gestione della classe) sia l'*atmosfera della scuola* (relazioni tra studenti, relazioni tra studenti e insegnanti, percezione di giustizia).

La guida è organizzata in base a queste dimensioni e raccoglie le idee e gli spunti di lavoro immaginati dai docenti, come punto di partenza per futuri percorsi di miglioramento.

STRUTTURA CAPITOLI

Come sono strutturati i capitoli?

I capitoli sono suddivisi in tre sezioni principali:

Attività da fare in classe

Raccolta di proposte pratiche da realizzare durante le lezioni per favorire il benessere, la collaborazione e la partecipazione attiva degli studenti. Piccoli gesti o routine quotidiane che migliorano il clima della classe e rafforzano le relazioni.

Attività oltre la lezione in classe

Iniziative e progetti da svolgere al di fuori dell'orario o dello spazio tradizionale della lezione. Occasioni per approfondire, sperimentare e costruire legami significativi tra studenti, docenti e territorio.

Modalità d'interazione

Comportamenti, strategie comunicative e approcci relazionali che gli insegnanti possono adottare per creare un clima di fiducia e collaborazione.



1 CAPITOLO

PER MIGLIORARE LA
**RELAZIONE STUDENTI-
INSEGNANTI**, GLI
INSEGNANTI HANNO
PROPOSTO DI.....

ATTIVITÀ DA FARE IN CLASSE

Perché farlo

Creare uno spazio dedicato alla relazione tra insegnanti e studenti non è una perdita di tempo, ma un investimento sul clima della classe. Piccoli rituali e attività condivise aiutano a costruire fiducia reciproca, a favorire l'ascolto e a rendere gli studenti più partecipi della vita scolastica. Quando i ragazzi si sentono riconosciuti e coinvolti, aumenta il benessere collettivo e anche l'apprendimento trova terreno più fertile.

LE IDEE DEGLI INSEGNANTI:

Attività di avvio lezione

Iniziare con un piccolo momento condiviso rompe il ghiaccio e aiuta a entrare nel giusto clima. Bastano pochi minuti per creare connessione.

Come ci si sente oggi? (con faccine)

Ogni studente sceglie una faccina che rappresenta il proprio stato d'animo. È un modo semplice e visivo per dare spazio alle emozioni.

Diario di classe

Un quaderno che gira tra gli studenti e che raccoglie, giorno per giorno o settimanalmente, come ci si sente. Lo conserva l'insegnante e diventa uno strumento prezioso per leggere l'umore della classe.

Votazione sul clima della classe

Chiedere agli studenti di esprimere insieme come percepiscono l'atmosfera in aula. Una "decisione di gruppo" che stimola la condivisione.

Momenti di serenità

Durante periodi meno intensi, come le settimane di pausa didattica, si possono proporre attività di dialogo e confronto su ciò che funziona o crea difficoltà. Un'occasione per migliorare insieme.

LE IDEE DEGLI INSEGNANTI:

Tempo dedicato al dialogo

Riservare una parte della lezione per parlare con gli studenti di temi che sentono importanti aiuta a costruire fiducia e a mostrare interesse per la loro realtà.

Nuova disposizione dei banchi

Organizzare l'aula in "isole" favorisce il lavoro di gruppo, riduce la distanza tra docente e studenti e incoraggia una didattica più interattiva.

Personalizzare l'aula

Consentire agli studenti di contribuire alla cura e alla decorazione della classe (colori, bacheche, disegni, pittura lavagna) rafforza il senso di appartenenza e responsabilità verso l'ambiente scolastico.

Scatola delle problematiche studenti-insegnanti

Una scatola (fisica o virtuale) in cui gli studenti possono inserire, in modo anonimo, riflessioni o proposte su cosa manca nel rapporto con i docenti e come migliorarlo. Questo strumento favorisce la comunicazione, dà voce agli studenti e permette agli insegnanti di raccogliere spunti utili per migliorare il clima di classe.

ATTIVITÀ OLTRE LA LEZIONE IN CLASSE

Perché farlo

Le attività extrascolastiche sono occasioni preziose per rafforzare la relazione tra insegnanti e studenti fuori dal contesto formale della lezione. In questi momenti, il rapporto esce da ruoli predeterminati, si creano ricordi condivisi e si sviluppa un senso di fiducia reciproca che poi si riflette anche in classe. Condividere tempo, spazi e interessi in modo diverso permette agli studenti di vedere l'insegnante non solo come figura di autorità, ma come adulto disponibile ad accompagnarli nella crescita.

LE IDEE DEGLI INSEGNANTI:

Laboratorio teatrale

Fare teatro insieme ai ragazzi favorisce espressione, creatività e collaborazione. È un modo per conoscersi meglio attraverso il gioco di ruoli e l'improvvisazione.

Progetti alla pari con gli insegnanti

Attività extrascolastiche in cui studenti e docenti collaborano insieme, affiancati da esperti esterni, rafforzano fiducia e senso di comunità.

Brevi uscite sul territorio

Organizzare piccole uscite, anche di mezza giornata, scelte insieme agli studenti, permette di valorizzare i loro interessi e rafforzare il senso di partecipazione. Le esperienze condivise fuori dall'aula stimolano curiosità, cooperazione e connessione con il territorio.

Attività laboratoriali con partecipazione attiva del docente

Proporre lavori in piccoli gruppi e far sì che anche gli insegnanti partecipino come parte del team, non solo come osservatori, crea un rapporto più paritario. Questo approccio rafforza la collaborazione, rende l'apprendimento più dinamico e migliora la relazione tra docenti e studenti.

Mischiare gruppi classe nel post-scuola

Creare attività con studenti di sezioni diverse favorisce nuove amicizie, amplia i punti di vista e stimola la collaborazione fuori dai consueti equilibri di classe.

Laboratorio teatrale

Il teatro permette di esprimersi liberamente, lavorare in gruppo e sviluppare empatia. È un'occasione per sperimentare ruoli diversi e rafforzare la fiducia reciproca.

MODALITÀ D'INTERAZIONE

Perché farlo

Il modo in cui insegnanti e studenti interagiscono è decisivo per creare un clima positivo e inclusivo. Non si tratta solo di trasmettere contenuti, ma di costruire relazioni fondate su ascolto, rispetto reciproco e collaborazione. Piccoli gesti quotidiani possono cambiare la percezione del rapporto educativo, rendendo gli studenti più motivati e gli insegnanti più vicini alle loro reali esigenze.

LE IDEE DEGLI INSEGNANTI:

Potenziare comunicazione tra docenti

La mancanza di dialogo tra insegnanti può generare incoerenze, sovrapposizioni e fraintendimenti, con effetti negativi sul clima scolastico e sull'apprendimento degli studenti. Favorire momenti di confronto regolare aiuta a condividere strategie, difficoltà e buone pratiche, costruendo una rete di collaborazione più efficace.

Mettersi in discussione

Non riflettere sul proprio modo di insegnare o sulle dinamiche relazionali può limitare la crescita professionale e la capacità di adattarsi ai bisogni della classe. Promuovere una cultura del feedback e dell'autovalutazione, anche tra docenti, permette di migliorare continuamente e di mantenere viva la motivazione al lavoro educativo.



2 CAPITOLO

PER UNA **DIDATTICA
POSITIVA**, GLI INSEGNANTI
HANNO PROPOSTO DI.....

ATTIVITÀ DA FARE IN CLASSE

Perché farlo

Rendere la didattica più dinamica e coinvolgente aiuta gli studenti a sentirsi partecipi del processo di apprendimento. Le lezioni diventano così meno frontali e più interattive, stimolando curiosità, collaborazione e senso di responsabilità. Quando si sperimentano nuove modalità, gli studenti scoprono che imparare non significa solo ascoltare, ma anche mettersi in gioco attivamente.

LE IDEE DEGLI INSEGNANTI:

Scambio di insegnanti

Organizzare dei “cambi di cattedra” tra docenti della stessa materia e dello stesso anno permette agli studenti di vedere l'argomento da prospettive diverse. Ogni insegnante porta il proprio stile e le proprie competenze, arricchendo la comprensione della materia.

Lezione spiegata dagli studenti

Un piccolo gruppo prepara e presenta l'argomento alla classe. Questo li responsabilizza, rafforza la comprensione dei contenuti e rende la lezione più partecipata.

Classi aperte

Attività contemporanee con studenti della stessa età ma di classi diverse permettono di rompere la rigidità e proporre esperienze più vicine ai loro interessi.

Pause attive

Interrompere la routine con attività brevi, ludiche o di movimento dà un senso di libertà e migliora l'attenzione.

Diario della Didattica positiva

A fine anno, raccogliere e condividere le “buone pratiche” più riuscite diventa una risorsa per tutti i docenti creando una specie di documento da condividere.

Autovalutazione con gli studenti

Chiedere agli alunni, a fine modulo o quadrimestre, cosa hanno apprezzato e cosa hanno appreso, rafforzando consapevolezza e motivazione.

Questionari di feedback

Somministrare sondaggi (anche anonimi, ad esempio su Google Forms) aiuta a raccogliere opinioni sincere sugli apprendimenti e sull'efficacia delle lezioni.

Motivare lo studio

Rispondere chiaramente alla domanda “perché lo stiamo studiando?” permette agli studenti di vedere senso e utilità di ciò che imparano.

Didattica tra pari

Far lavorare gli studenti in coppie o in gruppi misti, anche tra classi di età diverse, favorisce collaborazione e sostegno reciproco.

Cambiare prospettiva

Proporre attività da punti di vista diversi aiuta a sviluppare pensiero critico e creatività.

Momenti di riflessione

Concedere 5-10 minuti per rispondere a domande stimolo o per auto-motivarsi dà spazio alla consapevolezza e riduce la frenesia.

Insegnante di sostegno come risorsa

L'insegnante di sostegno non è solo un supporto per gli studenti con bisogni educativi speciali, ma una figura che arricchisce l'intera classe. Porta strumenti, strategie e nuove modalità didattiche che favoriscono l'inclusione e migliorano il clima relazionale, diventando un punto di riferimento per tutti.

Classi aperte

Favorire una didattica attiva aumentando i lavori di gruppo e i lavori a classi aperte in orario curricolare non solo durante i progetti pomeridiani. In questo modo si possono sciogliere anche eventuali dinamiche di tensione intra-classe.

Flipped Classroom

Si propongono lezioni capovolte in cui i compiti si fanno a scuola e le spiegazioni a casa, in modo da sostenere tutti nei compiti che da soli sembrano più complessi e promuovere così un apprendimento cooperativo.

ATTIVITÀ OLTRE LA LEZIONE IN CLASSE

Perché farlo

Il tempo extra-scolastico può diventare un'occasione preziosa per approfondire i contenuti in modo diverso rispetto alla lezione tradizionale. Attività collaborative e pratiche, svolte in un clima più disteso, aiutano a rafforzare non solo l'apprendimento ma anche la motivazione degli studenti. Nel post-scuola o durante i progettsi sperimentano modalità nuove, meno formali, che valorizzano il lavoro di squadra e le competenze trasversali come il problem solving e la comunicazione.

LE IDEE DEGLI INSEGNANTI:

Lavori di gruppo

Organizzare gruppi di studenti che collaborano su un progetto o un compito permette di sviluppare spirito di squadra e senso di responsabilità. L'insegnante diventa una guida, sostenendo il processo e valorizzando i diversi contributi.

Corso di comunicazione efficace

Un laboratorio pratico di circa quattro ore dedicato a docenti e studenti per migliorare le modalità di comunicazione all'interno della scuola. Attraverso esercizi, simulazioni e momenti di confronto, il corso aiuta a sviluppare ascolto attivo, empatia e chiarezza nel dialogo. L'obiettivo è ridurre i malintesi, favorire relazioni più costruttive e creare un clima di maggiore collaborazione.



3

CAPITOLO

PER MIGLIORARE IL
SUPPORTO AGLI
STUDENTI, GLI
INSEGNANTI HANNO
PROPOSTO DI.....

ATTIVITÀ DA FARE IN CLASSE

Perché farlo

Il benessere emotivo degli studenti è un elemento fondamentale per l'apprendimento e la vita di classe. Creare momenti strutturati per esprimere emozioni, condividere vissuti e valorizzare le qualità personali aiuta a ridurre conflitti, rafforzare le relazioni e costruire un clima positivo. Piccoli rituali o attività semplici possono fare la differenza, trasformando la classe in uno spazio sicuro e inclusivo.

LE IDEE DEGLI INSEGNANTI:

Gioco del “Rododentro”

Quando il clima si fa teso, l'insegnante porta in classe un fiore di peluche. Gli studenti se lo passano e chi lo tiene deve dire cosa gli “rode dentro”. Serve a far emergere i non detti e a chiarire i conflitti in modo costruttivo, il tutto guidato e mediato dall'insegnante.

Diario del “Come stai”

Ogni giorno o settimana gli studenti annotano il proprio stato d'animo. Può includere anche come percepiscono la classe o un compagno assegnato, per stimolare empatia e osservazione reciproca.

Diario di classe condiviso

Un quaderno in cui ciascuno scrive come si sente e che poi viene passato a un compagno per essere letto. Può seguire una rotazione o la libera scelta di chi lo riceve, favorendo conoscenza e vicinanza.

Aggettivi positivi

Ogni studente scrive il proprio nome su un foglio, che viene fatto girare tra i compagni. Ognuno aggiunge un aggettivo positivo riferito a quella persona (o lascia bianco se non ha nulla da dire). Alla fine, ciascuno riceve un foglio con le qualità che gli altri gli riconoscono. Un esercizio per rafforzare l'autostima e i legami.

Test anonimi sui problemi della classe

Somministrare questionari anonimi offre agli studenti uno spazio sicuro per esprimersi e consente ai docenti di intercettare difficoltà nascoste

Figura esperta fissa per le relazioni

La presenza stabile di un/una psicologo/a scolastico/a o di un referente per il benessere garantisce continuità e attenzione alle dinamiche relazionali.

Compresenza tra docenti

Prevedere momenti di compresenza tra insegnanti, anche tramite una rimodulazione dell'orario, consente di gestire meglio la classe, proporre attività più dinamiche e offrire supporto personalizzato agli studenti. La collaborazione tra docenti arricchisce la didattica e favorisce un clima più sereno e inclusivo.

Soffia il vento

Un gioco per esprimere attraverso il corpo l'energia della giornata. Ci si mette in cerchio, partecipano sia insegnanti che alunni e ognuno a turno dice "Oggi soffia un vento fortissimo che ci fa..." e aggiunge un'azione che vorrebbe fare insieme al gruppo.

Muovere il corpo

Promuovere più attività sportive per integrare il benessere del corpo a quello della mente e farlo con quotidianità. Incentivare il movimento e la relazione con gli altri attraverso il linguaggio non verbale in modo da stimolare altri canali espressivi e ridurre i divari comunicativi.

ATTIVITÀ OLTRE LA LEZIONE IN CLASSE

Perché farlo

Le attività post-scuola offrono agli studenti l'occasione di vivere la scuola in un modo diverso, più disteso e collaborativo. Studiare insieme o condividere momenti informali aiuta a rafforzare i legami, ridurre il senso di isolamento e trasformare lo spazio scolastico in un luogo accogliente anche oltre l'orario delle lezioni.

LE IDEE DEGLI INSEGNANTI:

Studiare insieme

Creare momenti di studio collettivo permette agli studenti di aiutarsi a vicenda, chiarire dubbi e scoprire il valore del confronto tra pari.

Attività a gruppi a fine lezione

Piccoli lavori di gruppo subito dopo le lezioni favoriscono la collaborazione e rendono più leggero il passaggio tra scuola e tempo libero.

Mischiare classi nel pomeriggio

Formare gruppi con studenti di diverse sezioni per attività comuni aiuta a conoscersi meglio e a creare nuove relazioni.

Merende studio in biblioteca

Organizzare pomeriggi di studio in spazi accoglienti come biblioteche, accompagnati da una merenda, trasforma il momento di lavoro in un'esperienza piacevole e sociale.

Dialogo mediato dallo/a psicologo/a scolastico/a

Dedicare ore al confronto con lo/a psicologo/a favorisce l'ascolto, la gestione dei conflitti e il benessere emotivo degli studenti.

Laboratorio di alfabetizzazione emotiva

Condotta da un esperto, quindi uno psicologo che si occupi di lavorare con la classe integrando la presenza dell'insegnante e focalizzandosi sull'espressione delle emozioni, il loro riconoscimento e la verbalizzazione nel gruppo classe come strumento di crescita e condivisione

MODALITÀ D'INTERAZIONE

Perché farlo

Il modo in cui l'insegnante si relaziona con la classe incide profondamente sul benessere degli studenti. Alcuni accorgimenti relazionali possono ridurre stress, frustrazione e conflitti, favorendo invece collaborazione, fiducia e motivazione. Creare un clima inclusivo e non giudicante rende la scuola un ambiente in cui tutti si sentono accolti e valorizzati.

LE IDEE DEGLI INSEGNANTI:

Favorire il lavoro cooperativo tra studenti

Proporre attività in cui i ragazzi collaborano verso un obiettivo comune favorisce solidarietà, riduce i conflitti e potenzia le competenze sociali.

Dare feedback costruttivi

Usare un linguaggio positivo, che indichi cosa migliorare e come farlo, aiuta a crescere senza sentirsi giudicati.

Colloquio individuale con gli alunni

Dedicare tempo al dialogo personale con gli studenti permette di cogliere difficoltà, bisogni o progressi sia sul piano didattico che emotivo. Questo spazio di ascolto rafforza il legame educativo e fa sentire ogni alunno riconosciuto e sostenuto.



4 CAPITOLO

PER MIGLIORARE LA
GESTIONE DELLA
CLASSE, GLI INSEGNANTI
HANNO PROPOSTO DI.....

ATTIVITÀ DA FARE IN CLASSE

Perché farlo

Il caos in classe non è solo una questione di rumore: può diventare un ostacolo all'apprendimento, alla concentrazione e al benessere di tutti. Creare attività mirate e adottare modalità relazionali adeguate aiuta a ristabilire ordine, favorendo al tempo stesso un clima positivo e partecipato.

LE IDEE DEGLI INSEGNANTI:

Routine di classe

Organizzare in modo stabile lo svolgimento delle ore aiuta gli alunni a sapere cosa li aspetta e riduce confusione e distrazioni

Pulizia nei momenti di pausa

Utilizzare i tempi morti per riordinare o pulire la classe responsabilizza gli studenti e restituisce un ambiente più curato.

Evitare i momenti morti

Proporre attività alternative (anticipare i compiti, leggere un libro, approfondire la lezione) mantiene alta l'attenzione e riduce il disordine.

Patto di classe

Stabilire esplicitamente poche regole chiare e condivise con gli studenti favorisce rispetto reciproco e coerenza.

Valorizzare l'insegnante di sostegno

Assegnare maggiori responsabilità al docente di sostegno lo rende una figura riconosciuta e apprezzata, a beneficio dell'intera classe.

Ruoli in classe

Creare figure come capi-classe o assistenti del professore permette di distribuire compiti organizzativi, aumentando il senso di appartenenza e responsabilità.

Cambiare il suono della campanella

La campanella scolastica non ha un suono rilassante, non chiama alla pausa e al cambio d'ora ma attiva emergenza e caos di fuoriuscita. Lavorare a trasformare anche l'ambiente intorno favorisce l'organizzazione interna e riduce sicuramente²² l'ansia e l'iperattivazione.

ATTIVITÀ OLTRE LA LEZIONE IN CLASSE

Perché farlo

La gestione della classe non si esaurisce durante la lezione. Molti aspetti del clima e dell'equilibrio relazionale si costruiscono nei momenti "oltre" la didattica: nelle pause, nelle attività extrascolastiche, nei colloqui informali o nei progetti condivisi. Dedicare tempo a queste dimensioni significa investire nella fiducia reciproca, nella collaborazione e nel senso di appartenenza al gruppo. Quando studenti e insegnanti si conoscono anche al di fuori del contesto strettamente scolastico, la classe diventa una comunità più coesa, capace di autoregolarsi e di affrontare i conflitti in modo più maturo.

IDEE DEGLI INSEGNANTI:

Formazione in Mindfulness e Team Building

Introdurre attività di mindfulness e team building come parte della formazione obbligatoria per docenti e personale scolastico promuove consapevolezza, gestione emotiva e collaborazione. Questi momenti diventano strumenti concreti per migliorare il benessere individuale e la coesione dell'intera comunità scolastica.

Formazione sulla Gestione del Conflitto e Alfabetizzazione Emotiva

Praticare l'assertività e lavorare sulla comunicazione delle proprie emozioni potrebbe ridurre il conflitto in classi che sembrano molto caotiche e resistenti al cambiamento. Offrono inoltre strumenti per la gestione delle proprie emozioni in relazione a colleghi.



5 CAPITOLO

PER MIGLIORARE IL
RISPETTO DELLE
REGOLE, GLI INSEGNANTI
HANNO PROPOSTO DI.....

ATTIVITÀ DA FARE IN CLASSE

Perché farlo

Il rispetto delle regole scolastiche non dovrebbe essere percepito dagli studenti come un'imposizione arbitraria, ma come parte di un patto educativo chiaro e condiviso. Rendere le regole comprensibili, trasparenti e collegate alla vita quotidiana aiuta a prevenire conflitti, ridurre incomprensioni e costruire un clima di fiducia. Coinvolgere anche i genitori e mantenere coerenza tra insegnanti rafforza l'efficacia del messaggio.

LE IDEE DEGLI INSEGNANTI:

Lettura del regolamento in classe

Leggere e spiegare il regolamento scolastico mostra agli studenti che le regole non sono inventate dai docenti. L'uso di esempi pratici facilita la comprensione e la condivisione con i genitori garantisce maggiore trasparenza.

Lezione sull'istituzione scuola

Spiegare chi decide cosa e come funziona la scuola aiuta gli studenti a capire l'organizzazione e a percepire le regole come parte di un sistema più ampio.

Intervento di Preside o Vicepreside

Far presentare il regolamento direttamente dalla dirigenza conferisce autorevolezza e legittimità alle regole.

Rendere desiderabile il rispetto delle regole

Collegare il rispetto delle regole a benefici concreti (come la possibilità di partecipare a gite o attività extra) motiva gli studenti a comportarsi in modo corretto.

Coesione tra colleghi

Stabilire un nucleo di regole imprescindibili, condivise e applicate da tutti i docenti, evita confusione e garantisce coerenza.

Premiare comportamenti positivi

Valorizzare i comportamenti corretti con riconoscimenti formali o simbolici rafforza la motivazione e l'autodisciplina.

Paralelo con le regole sportive

Con l'aiuto dell'insegnante di educazione fisica, si possono presentare le regole come strumenti che rendono il gioco (e la convivenza) più equo e piacevole.

Assemblea di classe in educazione civica

Inserire momenti di discussione gestiti dai docenti o con il supporto dello/a psicologo/a scolastico/a rafforza partecipazione e senso di comunità e di rispetto reciproco.

ATTIVITÀ OLTRE LA LEZIONE IN CLASSE

Perché farlo

Promuovere il rispetto delle regole scolastiche significa rafforzare il legame tra scuola e comunità. Le regole non servono solo a mantenere l'ordine, ma a costruire una cultura condivisa del rispetto, della responsabilità e della partecipazione. Quando studenti, docenti e famiglie comprendono e condividono gli stessi principi, la scuola diventa uno spazio di cittadinanza attiva, in cui si sperimentano i valori della convivenza civile e della collaborazione.

IDEE DEGLI INSEGNANTI:

Una scuola riferimento per la Comunità: un presidio a scuola con l'obiettivo di lavorare sulla promozione del benessere e delle buone relazioni attraverso un professionista esterno al contesto con cui progettare buone pratiche



6

CAPITOLO

PER MIGLIORARE LA
RELAZIONE TRA
INSEGNANTI, GLI
INSEGNANTI HANNO
PROPOSTO DI.....

ATTIVITÀ DI SUPPORTO TRA INSEGNANTI

Perché farlo

Coltivare relazioni positive tra insegnanti è essenziale per costruire una scuola coesa e capace di rispondere in modo unitario ai bisogni degli studenti. La collaborazione tra colleghi favorisce scambio di competenze, sostegno reciproco e coerenza educativa. Confrontarsi, condividere strategie e riconoscere il valore del lavoro degli altri aiuta a ridurre la sensazione di isolamento professionale e a creare una comunità docente più forte, aperta e innovativa.

LE IDEE DEGLI INSEGNANTI:

Confronti tra colleghi per feedback costruttivi

Prevedere momenti in cui un insegnante della stessa materia osserva la lezione di un collega consente di ricevere un riscontro esterno sul proprio modo di insegnare. Non si tratta di giudizio, ma di un'occasione di crescita reciproca: chi osserva può notare punti di forza e aree di miglioramento che a volte sfuggono a chi è direttamente coinvolto.

Questa modalità diventa ancora più utile se accompagnata da un "lavoro per livelli": i docenti, confrontandosi tra loro, possono costruire linee guida comuni per modulare gli obiettivi e gli esercizi a seconda dei diversi livelli della classe. In questo modo, si garantisce maggiore coerenza didattica, si evitano disallineamenti e si favorisce una didattica più equa ed efficace per tutti gli studenti.

Supporto tra insegnanti

Non lasciare i docenti soli in classe: avere un collega di supporto o ricevere feedback riduce la fatica e migliora la qualità delle lezioni.

Consigli settimanali di programmazione

Ritrovi regolari tra docenti per confrontarsi su obiettivi, attività e difficoltà favoriscono coerenza e innovazione.

Curare una stanza docenti

Avere uno spazio di relax nella scuola che non sia semplicemente la sala professori in cui firmare, ma un luogo in cui respirare e avere sollievo dalla routine scolastica quotidiana. Un luogo informale che favorisca il dialogo e la conoscenza reciproca tra colleghi.

Garantire il supporto psicologico ai docenti

Avere un professionista che si occupa della salute dei docenti a scuola, a sostegno della loro autoregolazione emotiva e della riduzione del carico lavorativo e relazionale.



7 CAPITOLO

PER MIGLIORARE LA
RELAZIONE TRA
STUDENTI, GLI
INSEGNANTI HANNO
PROPOSTO DI.....

ATTIVITÀ DA FARE IN CLASSE

Perché farlo

Favorire attività che stimolino la collaborazione e la conoscenza reciproca aiuta gli studenti a costruire legami positivi e duraturi. Quando imparano a lavorare insieme, a rispettare i tempi e le opinioni degli altri, si crea un clima di fiducia e solidarietà che riduce conflitti e isolamento. Una buona relazione tra pari è la base per un apprendimento sereno e partecipato.

LE IDEE DEGLI INSEGNANTI:

Allenare una visione sistemica delle discipline

Costruire, ad esempio in Educazione Civica, una programmazione condivisa che aiuti gli studenti a vedere le connessioni tra le materie sviluppa il pensiero critico e sistemico, rendendo l'apprendimento più coerente e significativo.

Aggettivi positivi

L'insegnante prepara una lista di aggettivi positivi e ogni studente scrive il proprio nome su un foglio. Il foglio passa di mano in mano e ciascun compagno aggiunge un aggettivo che descriva in positivo quella persona. Alla fine, ognuno riceve la propria "raccolta di qualità", utile per rafforzare l'autostima e la coesione del gruppo.

Momenti di chiarimento dei conflitti

Quando emergono tensioni, è importante fermarsi e creare uno spazio di confronto guidato. Parlare apertamente di ciò che non funziona aiuta a evitare malintesi e a ristabilire un clima di fiducia.

Diario di classe condiviso

Ogni studente scrive come si sente e poi passa il diario a un compagno, a rotazione o a scelta. L'attività, particolarmente indicata per gli insegnanti di italiano, stimola la scrittura riflessiva, l'ascolto reciproco e la consapevolezza emotiva.

ATTIVITÀ OLTRE LA LEZIONE IN CLASSE

Perché farlo

Le attività post-scuola offrono agli studenti l'occasione di vivere la scuola in un modo diverso, più disteso e collaborativo. Studiare insieme o condividere momenti informali aiuta a rafforzare i legami, ridurre il senso di isolamento e trasformare lo spazio scolastico in un luogo accogliente anche oltre l'orario delle lezioni.

I D E E D E G L I I N S E G N A N T I :

Applicazione del programma SEE Learning

Integrare il programma SEE Learning (Social, Emotional and Ethical Learning) nelle diverse discipline attraverso un approccio collaborativo tra docenti rafforza le competenze emotive, etiche e relazionali degli studenti.



8 CAPITOLO

PER MIGLIORARE LA
PERCEZIONE DI
GIUSTIZIA, GLI
INSEGNANTI HANNO
PROPOSTO DI.....

ATTIVITÀ DA FARE IN CLASSE

Perché farlo

Gli studenti hanno bisogno di sentire che regole e valutazioni vengono applicate in modo equo e trasparente. Attività che promuovono la condivisione dei criteri, la partecipazione alle decisioni e il dialogo con gli insegnanti aiutano a costruire fiducia nell'istituzione scolastica. La percezione di giustizia favorisce senso di sicurezza, rispetto reciproco e motivazione.

LE IDEE DEGLI INSEGNANTI:

Premi e riconoscimenti positivi

Reintrodurre sistemi di riconoscimento come “Ragazzi in gamba” o note di merito al posto di quelle di demerito sposta l'attenzione sui comportamenti virtuosi, rafforzando la motivazione e il senso di responsabilità.

Autovalutazione della verifica

Chiedere agli studenti di valutare il proprio lavoro subito dopo una verifica favorisce riflessione, senso critico e responsabilità. L'autovalutazione diventa uno strumento di crescita, non solo di giudizio, e stimola la consapevolezza del proprio percorso di apprendimento.

NO al voto numerico

Discutere il voto, o eliminare il sistema di valutazione numerico. Spiegare, concordare, stabilire un margine di errore insieme, vivere le verifiche e le interrogazioni come momento di apprendimento e non di valutazione.

ATTIVITÀ OLTRE LA LEZIONE IN CLASSE

Perché farlo

Rafforzare il dialogo tra scuola, famiglia e studenti aiuta a costruire una percezione di giustizia più solida e condivisa. Quando le regole, le decisioni e le valutazioni vengono comunicate in modo chiaro e coerente tra tutte le parti, diminuiscono incomprensioni e conflitti. La triangolazione scuola-famiglia diventa così uno spazio di corresponsabilità educativa, in cui ciascuno contribuisce alla crescita degli studenti sentendosi ascoltato, rispettato e parte di una stessa comunità.

IDEE DEGLI INSEGNANTI:

Comunicazione scuola-famiglia-dirigenza

Riorganizzare i canali di comunicazione, evitando contatti diretti e informali tra famiglie e docenti, favorisce un flusso più ordinato e rispettoso dei ruoli, migliorando la collaborazione e la gestione dei problemi.

MODALITÀ D'INTERAZIONE

Perché farlo

Il modo in cui l'insegnante si relaziona con la classe incide profondamente sulla percezione di giustizia da parte degli studenti. Alcuni accorgimenti relazionali, come la descrizione esplicita e motivata delle modalità con cui vengono prese le decisioni, assegnati compiti e giudizi, possono ridurre stress, frustrazione e conflitti, favorendo invece collaborazione, fiducia e motivazione.

LE IDEE DEGLI INSEGNANTI:

Criteri condivisi per il comportamento

Stabilire parametri comuni e trasparenti per i giudizi di condotta garantisce equità e coerenza, riducendo la percezione di arbitrarietà da parte degli studenti.

Chiarezza di obiettivi e criteri di valutazione

Presentare in modo trasparente gli obiettivi delle lezioni e i criteri con cui verranno valutate le prove aiuta gli studenti a orientarsi, riduce l'ansia e promuove un rapporto più sereno con la valutazione. La chiarezza favorisce fiducia reciproca e motivazione allo studio.

Esplicitazione e condivisione dei punti di forza e di debolezza

Condividere in sede collegiale e in classe i punti di forza e di debolezza degli studenti permette di creare un quadro più completo e condiviso delle loro competenze. Questo confronto tra docenti aiuta a calibrare meglio gli interventi didattici e, in classe, a rendere gli studenti più consapevoli delle proprie potenzialità e delle aree da migliorare.



9 CAPITOLO

PER MIGLIORARE IL
COINVOLGIMENTO DEGLI
STUDENTI, GLI
INSEGNANTI HANNO
PROPOSTO DI.....

ATTIVITÀ DA FARE IN CLASSE

Perché farlo

Il coinvolgimento nasce quando gli studenti si sentono parte attiva del processo di apprendimento. Proporre lezioni partecipate, spazi di autonomia e partecipazione alle decisioni rende la scuola un luogo in cui esprimersi e contribuire. Maggiore partecipazione significa maggiore attenzione, curiosità e senso di appartenenza.

LE IDEE DEGLI INSEGNANTI:

Condivisione delle griglie di valutazione

Mostrare agli studenti le griglie di valutazione, spiegandone i criteri, rende più chiaro cosa si valuta e in che modo, favorendo trasparenza e consapevolezza del proprio percorso.

Proposte di approfondimento

Inserire nella programmazione annuale momenti di approfondimento suggeriti dagli studenti consente di valorizzare i loro interessi e di rendere l'apprendimento più dinamico e personalizzato.

Spazio finale di riflessione

Concedere agli studenti 5-10 minuti alla fine della lezione per condividere riflessioni, opinioni o impressioni sull'argomento trattato favorisce partecipazione attiva e pensiero critico. Questo momento libero di espressione aiuta a consolidare l'apprendimento, stimola il dialogo e fa sentire gli studenti ascoltati e valorizzati.

Non Teoria ma Pratica

Una scuola del fare con le mani, aiuta ad apprendere meglio e coinvolge. Meno parole, più cose fatte insieme.

Le autonomie

Lavorare sulle autonomie degli studenti e non solo sulla didattica ci permette di metterli al centro e curare aspetti salienti della loro vita che li fanno sentire più o meno adeguati nelle relazioni e nello svolgimento dei compiti quotidiani.

ATTIVITÀ OLTRE LA LEZIONE IN CLASSE

Perché farlo

Coinvolgere gli studenti nelle decisioni che riguardano la vita scolastica, anche oltre la lezione, significa riconoscerli come parte attiva della comunità educativa. Attività extrascolastiche, momenti di confronto o progetti condivisi permettono agli alunni di esprimere opinioni, proporre idee e partecipare ai processi decisionali. Questo rafforza il senso di appartenenza, la motivazione e la fiducia reciproca, trasformando la scuola in un luogo di dialogo e corresponsabilità.

LE IDEE DEGLI INSEGNANTI:

Coinvolgimento nelle gite scolastiche

Permettere agli studenti di partecipare alla scelta o all'organizzazione delle gite aumenta il loro interesse e il senso di appartenenza al gruppo classe.



10

CAPITOLO

PER MIGLIORARE
L'INCORAGGIAMENTO
AGLI STUDENTI, GLI
INSEGNANTI HANNO
PROPOSTO DI.....

ATTIVITÀ DA FARE IN CLASSE

Perché farlo

Gli studenti crescono e si motivano quando sentono che i loro sforzi vengono riconosciuti. Introdurre pratiche di incoraggiamento, feedback positivi e momenti di valorizzazione aiuta a costruire fiducia nelle proprie capacità e voglia di migliorare. Un ambiente che incoraggia diventa un contesto di apprendimento più aperto e propositivo.

IDEE DEGLI INSEGNANTI:

Sostenersi per incoraggiare

Immaginare una formazione docenti che abbia come obiettivo il loro sostegno psicologico e la cura della loro motivazione e del loro investimento sul lavoro. Se i docenti non perdono entusiasmo e non si sentono soli, riusciranno a trasmettere motivazione anche ai loro ragazzi.

MODALITÀ D'INTERAZIONE

Perché farlo

Il modo in cui un insegnante interagisce con gli studenti incide profondamente sulla loro motivazione e autostima. Adottare modalità comunicative basate sull'incoraggiamento, sul riconoscimento dei progressi e sull'ascolto attivo aiuta gli alunni a sentirsi valorizzati e capaci. Un insegnante che incoraggia non giudica, ma accompagna: trasforma l'errore in opportunità di crescita e crea un clima di fiducia che favorisce l'apprendimento e la partecipazione.

I D E E D E G L I I N S E G N A N T I :

Accettazione dei punti di debolezza

Aiutare gli studenti a riconoscere e accettare le proprie fragilità come parte del processo di crescita favorisce un atteggiamento più sereno verso l'errore. L'insegnante può proporre momenti di riflessione in cui si valorizza il miglioramento attraverso il tempo, l'impegno e la perseveranza.

Condivisione dell'esperienza dell'insegnante

Raccontare in modo spontaneo le proprie difficoltà o insicurezze vissute nel percorso personale o professionale aiuta gli studenti a percepire l'errore come normale e formativo. Questa trasparenza crea empatia, riduce la distanza tra docente e alunni e incoraggia un clima di fiducia reciproca.



II

CAPITOLO

PER MIGLIORARE LA
CONSAPEVOLEZZA
SOCIALE DEGLI
STUDENTI, GLI
INSEGNANTI HANNO
PROPOSTO DI.....

ATTIVITÀ DA FARE IN CLASSE

Perché farlo

Attività che invitano a riflettere su sé stessi e sugli altri rafforzano empatia, rispetto e collaborazione. Sviluppare consapevolezza sociale significa imparare a riconoscere emozioni, bisogni e punti di vista diversi, competenze fondamentali per la convivenza e la cittadinanza attiva.

LE IDEE DEGLI INSEGNANTI:

Intervista “nei panni dell’altro”

A coppie, gli studenti si intervistano a vicenda e poi presentano il compagno fingendo di essere lui o lei. L’attività stimola l’ascolto empatico, la capacità di mettersi nei panni dell’altro e rafforza la conoscenza reciproca all’interno della classe. È un esercizio semplice ma molto efficace per migliorare il clima relazionale e sviluppare competenze socio-emotive.



12

CAPITOLO

PER MIGLIORARE
L'**AUTOCONSAPEVOLEZZA**
DEGLI STUDENTI, GLI
INSEGNANTI HANNO
PROPOSTO DI.....

ATTIVITÀ DA FARE IN CLASSE

Perché farlo

Aiutare gli alunni a riflettere sui propri pensieri, emozioni e comportamenti sviluppa una maggiore comprensione di sé. Attività che stimolano introspezione, autovalutazione e riconoscimento dei propri progressi favoriscono la crescita personale e la capacità di autoregolarsi, elementi chiave del benessere scolastico.

LE IDEE DEGLI INSEGNANTI:

Appello emotivo

All'inizio della giornata o della lezione, ogni studente condivide brevemente come si sente, scegliendo magari un'emozione o una parola chiave. Questo semplice rituale favorisce consapevolezza emotiva, ascolto reciproco e permette all'insegnante di cogliere il clima della classe fin dai primi minuti.

Attività di accoglienza per tutte le classi

Estendere i momenti di accoglienza a tutte le classi, non solo alle prime, aiuta a rinnovare ogni anno il senso di appartenenza e di coesione. Attività di conoscenza, gioco o condivisione possono rafforzare i legami e facilitare la ripartenza dopo le pause scolastiche, migliorando il benessere del gruppo

**IL NOSTRO LAVORO È
INSEGNARE AGLI STUDENTI
CHE ABBIAMO.
NON QUELLI CHE CI
PIACEREBBE AVERE.
NON QUELLI CHE SIAMO
ABITUATI AD AVERE.
MA QUELLI CHE ABBIAMO
ORA.
TUTTI LORO.**

Dr. KEVIN MAXWELL





Funded by
the European Union
NextGenerationEU



Ministero
dell'Università
e della Ricerca



Italiadomani
PIANO NAZIONALE
DI RIPRESA E RESILIENZA



P R O G E T T O
N A Z I O N A L E P R I N
P N R R 2 0 2 2

Il progetto dal nome “Mapping Social Emotional Learning and School Climate in Italian Lower Secondary Schools: Advancing Understanding and Participation to inform Intervention” (“Mappatura dell’apprendimento sociale ed emotivo e del clima scolastico nelle scuole secondarie di primo grado italiane: promuovere la comprensione e la partecipazione per sostenere gli interventi” – CUP J53D23016840001) è un progetto di ricerca PRIN (Progetti di Rilevante Interesse Nazionale), finanziato nell’ambito del Bando PRIN 2022 PNRR, che ha coinvolto un ampio gruppo di ricerca, costituito da professori e ricercatori di psicologia dello sviluppo e dell’educazione afferenti a cinque atenei italiani.

Per maggiori informazioni visita il nostro sito:
<https://perstarebeneascuola.unipr.it/>



A.D. 1308
unipg
DIPARTIMENTO DI FILOSOFIA,
SCIENZE SOCIALI, UMANE
E DELLA FORMAZIONE



UNIVERSITÀ
DI PARMA
DIPARTIMENTO DI DISCIPLINE
UMANISTICHE, SOCIALI E DELLE
IMPRESE CULTURALI



UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI
DI FIRENZE
FORLILPSI
DIPARTIMENTO DI FORMAZIONE,
LINGUE, INTERCULTURA,
LETTERATURE E PSICOLOGIA



UNIVERSITÀ DEGLI STUDI
DI NAPOLI FEDERICO II
dipartimento studi umanistici



UNIVERSITÀ MILANO BICOCCA
DIPARTIMENTO DI SCIENZE UMANE
PER LA FORMAZIONE “R MASSA”