

IL COPING POWER SCUOLA

Il programma Coping Power Scuola consiste in un percorso strutturato, inserito e integrato nella didattica quotidiana, che consente di potenziare nei bambini e nei pre adolescenti le abilità emotivo-relazionali e di gestione della rabbia mentre si svolge il programma didattico curricolare. Le attività che l'insegnante propone alla classe sono state elaborate in modo da rispondere il più possibile ai criteri della didattica inclusiva, così come previsto dalle attuali normative scolastiche, per questo molte esercitazioni in classe favoriscono esperienze di apprendimento basato sul cooperative learning e utilizzano una molteplicità di strumenti e linguaggi. L'intervento rientra durante l'orario delle lezioni come parte di una tipica giornata scolastica e viene proposto all'intera classe. La scelta di lavorare con tutti gli alunni, piuttosto che con un piccolo gruppo, nasce dall'idea che la classe si configuri come un sistema complesso caratterizzato da interazioni e legami tra i soggetti che ne fanno parte (alunni e docenti) e che sia fondamentale favorire esperienze di tipo cooperativo, attraverso le quali anche gli alunni che non presentano particolari problematiche, possono mettere in campo e sviluppare abilità socio-relazionali per aiutare i compagni in difficoltà.

Scendendo maggiormente nello specifico il Coping Power Scuola prevede un'iniziale formazione agli insegnanti (può essere fatta in presenza ma anche a distanza) della durata di 12h in cui viene presentato il protocollo Coping Power Scuola e vengono illustrati i 6 moduli di intervento:

- 1) Porsi obiettivi a breve e lungo termine;
- 2) Consapevolezza delle emozioni e dell'attivazione fisiologica della rabbia;
- 3) Gestire le emozioni con l'autocontrollo;
- 4) Cambiare il punto di vista;
- 5) Tecniche di Problem-solving;
- 6) Le mie qualità e conclusione programma.

È consigliabile accorpate le 12 ore di formazione in presenza o a distanza in due giorni consecutivi (es: venerdì 15-18 e sabato 9-13 14-18). Sono poi previste ulteriori 13h di formazione così suddivise:

- 6h di studio personale del docente con i materiali messi a disposizione e compilazione dei questionari;
- 7h di preparazione e presentazione di un project work sulle attività introduttive del programma o resoconto/report delle attività svolte in classe.

L'applicazione del protocollo avviene di solito da ottobre e giugno così da coprire tutto l'arco dell'anno scolastico. In questo periodo avviene la supervisione costante dei docenti da parte del formatore.

Nella scuola primaria il protocollo viene portato avanti nella classe grazie alla storia illustrata di *Barracudino Superstar*, un pesciolino impulsivo e "difficile" ma con tanta voglia di migliorare e imparare a stare bene con gli altri, che consente di affrontare i 6 moduli del programma e costituisce lo spunto per attuare sulla classe sia attività esperienziali-laboratoriali sulle competenze emotive e relazionali, sia attività di tipo didattico coinvolgendo tutte le materie scolastiche. Inoltre viene stipulato in classe un contratto educativo che prevede il raggiungimento di traguardi personali e di classe da parte degli alunni.

Nella scuola secondaria di primo grado il lavoro con la classe viene portato avanti attraverso la storia *Siamo un gruppo* che parla di un gruppo di preadolescenti, illustrata a fumetti, che accompagna le attività dei 6 moduli del programma (più un pre-modulo introduttivo), costituiti da attività sia esperienziali, svolte dal docente, sia didattiche, condotte ed ideate dagli alunni stessi. La storia narra le vicende di cinque ragazzi di

una scuola secondaria di primo grado che decidono di creare un gruppo musicale e partecipare ad un concerto scolastico. I compagni dovranno però affrontare assieme e superare, con non poche difficoltà, paure, emozioni contrastanti e pregiudizi. Il contratto educativo-comportamentale con la classe è costituito dai contributi dei singoli alunni al benessere della classe ed ha l'obiettivo finale di stare bene a scuola, con se stessi e con i compagni, diventando un gruppo classe. Gli obiettivi specifici del programma nella scuola secondaria di primo grado sono la riduzione dei comportamenti inadeguati in classe, l'aumento di quelli pro sociali e del rendimento scolastico, mentre quelli generali riguardano il contrasto della dispersione scolastica, la prevenzione delle condotte a rischio passando per la funzione orientativa della scuola.