



Edu4Impact LTТА – Caso studio 3

Informazioni generali

- **Nome dell'attività:** Building Trust
- **Area di formazione SEL:** Consapevolezza sociale

1. Obiettivo dell'attività

Qual è l'obiettivo principale della tua attività? Che cosa vuoi che i partecipanti imparino o sviluppino?

L'obiettivo principale di questa attività è promuovere la fiducia e la connessione interpersonale tra partecipanti che possono avere difficoltà a fidarsi degli altri, come persone detenute, internate o in percorso di recupero dall'abuso di sostanze.

L'attività mira a creare un ambiente sicuro e di supporto in cui i partecipanti possano sviluppare consapevolezza emotiva, sostegno reciproco e cooperazione attraverso l'apprendimento esperienziale.

Obiettivi specifici:

- Sviluppare empatia e comprensione verso gli altri.
- Rafforzare la fiducia in sé stessi e l'empowerment.
- Promuovere il legame nel gruppo e la coesione di gruppo.
- Potenziare la resilienza e la regolazione emotiva.
- Incoraggiare la comunicazione e la responsabilità reciproca.

2. Gruppo target

Per chi è pensata questa attività? Sii il più specifico possibile.

- **Tipologia di partecipanti:** persone detenute, internate o con problemi di abuso di sostanze.
- **Fascia d'età:** 18-35
- **Bisogni specifici (se presenti):**
 - Difficoltà legate alla fiducia e alle relazioni interpersonali.
 - Esperienza di ambienti confinati o socialmente limitati.
 - Difficoltà comunicative o limitazioni nelle interazioni sociali.

- Vulnerabilità emotiva e bassa fiducia in sé.

3. Descrizione dell'attività

Descrivi l'attività passo dopo passo in modo che altri possano replicarla (ad es. introduzione, sviluppo, chiusura - debriefing)

1. I partecipanti lavorano in coppia.
2. La Persona A sta in piedi, mentre la Persona B si posiziona dietro di lei, pronta a fornire supporto.
3. La Persona A si lascia cadere lentamente all'indietro, mentre la Persona B la afferra e la sostiene in sicurezza.

Progressione / aumento della difficoltà

L'attività può essere adattata aumentando il livello di difficoltà:

- Aumentare la distanza tra la Persona A e la Persona B.
- Chiedere alla Persona A di chiudere gli occhi o di indossare una benda.

Istruzioni per i facilitatori

- Spiegare chiaramente l'attività e le istruzioni di sicurezza prima di iniziare.
- Assicurarsi che i partecipanti comprendano i propri ruoli e responsabilità.
- Porre domande ai partecipanti per verificare comprensione e disponibilità.
- Fornire supporto emotivo se i partecipanti si sentono a disagio o in ansia.
- 4. I partecipanti si scambiano i ruoli, in modo che la Persona A diventi la Persona B.
- 5. Riflessione e debriefing
Facilitare una discussione di gruppo centrata su:
 - Sensazioni emotive e fisiche sperimentate durante l'attività.
 - Sentimenti legati alla fiducia, alla vulnerabilità e alla responsabilità.
 - Processo decisionale e consapevolezza di sé.
 - L'importanza della comunicazione e del sostegno reciproco.

4. Competenza / abilità SEL sviluppata

Quale/i competenza/e SEL riguarda la tua attività? (Consapevolezza di sé; consapevolezza sociale; processo decisionale responsabile; autogestione; competenze relazionali)

Spiega in che modo questa competenza viene sviluppata attraverso l'attività:

Questa attività promuove lo sviluppo delle seguenti competenze di apprendimento sociale ed emotivo (SEL):

- Empatia
- Competenze comunicative
- Costruzione della fiducia
- Processo decisionale responsabile
- Resilienza
- Lavoro di squadra e cooperazione
- Senso di sicurezza e cura

Attraverso l'attività, i partecipanti sperimentano interdipendenza e responsabilità reciproca, contribuendo allo sviluppo di competenze di socializzazione e di relazioni interpersonali più sane.

5. Materiali e spazio necessari

Che cosa serve per realizzare questa attività?

- Benda (opzionale)
- Spazio aperto e sicuro, con sufficiente libertà di movimento
- Supervisione del facilitatore

6. Adattamento a contesti diversi

In che modo questa attività si adatta al tuo contesto professionale?

Questa attività può essere adattata a diversi profili di partecipanti e contesti, inclusi bambini, popolazioni vulnerabili o persone con condizioni di salute mentale.

Gli adattamenti possono includere:

- Utilizzare mediatori o facilitatori aggiuntivi.
- Fornire istruzioni semplificate o alternative.
- Adattare l'attività in base alle abilità motorie, ai bisogni emotivi o alle capacità cognitive dei partecipanti.

- Garantire un ambiente inclusivo e psicologicamente sicuro.

7. Risultati attesi

Quali cambiamenti ti aspetti nei partecipanti dopo questa attività?

Dopo l'attività, ci si aspetta che i partecipanti possano:

- Aumentare la fiducia verso gli altri.
- Migliorare le competenze di comunicazione e cooperazione.
- Sviluppare meccanismi di coping più sani.
- Potenziare la consapevolezza emotiva e la fiducia in sé.
- Rafforzare la coesione del gruppo e le relazioni interpersonali.
- Sentirsi più sicuri e più connessi all'interno dell'ambiente di gruppo.