

Con il contributo della



REGIONE AUTONOMA
FRIULI VENEZIA GIULIA

Con il patrocinio del



COMUNE DI PREPOTTO



COMUNE DI
AZZANO DECIMO



COMUNE DI
SAN GIOVANNI AL NATISONE



COMUNE DI
PRATA DI PORDENONE



Club UNESCO di Udine
Membro della Federazione Italiana
dei Club e Centri UNESCO
Associata alla Federazione Mondiale



UWC ADRIATIC
COLLEGIO DEL MONDO UNITO DELL'ADRIATICO O.N.L.U.S.

CHIMICA DI CRESCITA

NUOVE OPPORTUNITÀ
PER I GIOVANI 17 - 29 ANNI

*sviluppare le abilità personali
per costruire il futuro*

CENTRO
STUDI  PODRESCA®
ASSOCIAZIONE CULTURALE E
DI PROMOZIONE SOCIALE

RESOCONTO

CHIMICA DI CRESCITA

L'iniziativa è stata realizzata dal Centro Studi Podresca con il contributo della Regione Autonoma Friuli Venezia Giulia, con i patrocini dei Comuni di Prepetto, Prata di Pordenone, Azzano Decimo, San Giovanni al Natisone e del Club UNESCO di Udine.

Il progetto ha attivato una rete di fitte collaborazioni con Comuni, scuole superiori di secondo grado, Università, Centri di Aggregazione Giovanili e Associazioni Giovanili della Regione per offrire ai giovani un percorso di formazione e di esperienze positive per sviluppare e perfezionare le loro abilità personali nonché aprire nuove opportunità per il futuro.

Sono stati creati contesti e occasioni in cui i giovani hanno potuto beneficiare di laboratori innovativi sullo studio delle abilità personali. Ogni laboratorio ha proposto: lezioni sulle abilità personali, esercizi di comunicazione basati su sequenze di domande, condivisioni in gruppo, sviluppo di progetti individuali e di gruppo, attività applicative per dare forma ai concetti studiati attraverso disegni, fotografie, testi e video.



FINALITÀ DEL PROGETTO

Il progetto si è posto il fine di rendere disponibili conoscenze e strumenti all'avanguardia al fine di contribuire al successo delle nuove generazioni, creare un clima positivo per la loro emancipazione e per il loro inserimento nel mondo del lavoro.

Le abilità umane sono gli strumenti fondamentali per interagire nella vita. Determinano l'esito positivo o negativo delle esperienze. Applicare le abilità nel modo corretto porta ai risultati. La mancata padronanza di conoscenze e competenze provoca invece difficoltà e problemi. Le abilità personali sono già patrimonio dell'essere umano ma il processo in cui si formano raramente è completo e spesso si hanno eccellenze solo in alcune aree e mancanze in altre. L'iniziativa **Chimica di Crescita** ha permesso ai giovani di accedere a una nuova opportunità: studiare e sviluppare le abilità personali in modo intenzionale, consapevole e completo.

I laboratori sono stati realizzati con l'obiettivo che i ragazzi aumentino la capacità di comunicare correttamente e ottenere la comprensione, collaborare con entusiasmo, saper chiarire i propri obiettivi, poter ottenere un risultato, affrontare le difficoltà e le crisi senza ritirarsi né rinunciare.

Le lezioni hanno dimostrato un rilevante valore formativo grazie all'approccio pratico a temi di studio di grande attualità e alla presentazione di strumenti subito fruibili per attivare cambiamenti positivi e di qualità.

Il coinvolgimento di molti giovani, Scuole, Università, Associazioni, Comuni, professori ed educatori in tutto il territorio Regionale ambiva a costruire una cultura in cui i giovani sono riconosciuti nelle loro abilità, nel loro valore e sono veri protagonisti.



PRESENTAZIONE DEL PROGETTO

L'iniziativa è stata presentata in conferenza stampa a Udine il 23 gennaio 2014 presso la sede della Regione Autonoma Friuli Venezia Giulia.

Alla conferenza hanno dato il loro sostegno e augurio a favore del progetto:

Massimo Duca in rappresentanza della dott.ssa Loredana Panariti

Assessore Regionale al Lavoro, alla Formazione, alle Pari opportunità, all'Istruzione e alle Politiche giovanili

dott.ssa Raffaella Basana

Assessore allo Sport, all'Educazione e agli Stili di vita del Comune di Udine

dott.sa Silvana Tiani Brunelli

presidente del Centro Studi Podresca

dott.ssa Renata Capria D'Aronco

Presidente del Club UNESCO di Udine

dott. Giusto Maurig

Assessore Istruzione, Cultura, Politiche Giovanili del Comune di San Giovanni al Natisone

dott. Silvano Brunelli

Direttore Scientifico del Centro Studi Podresca.



Tutti i relatori hanno sottolineato che i giovani hanno bisogno di strumenti per conquistare maggiore consapevolezza e affrontare la vita al meglio, che sono necessari interventi che li aiutino a ridurre il rischio dell'emarginazione e le difficoltà di comunicazione sia in famiglia che a scuola o nel lavoro con l'obiettivo di crescere sul piano umano ed elevare la qualità della vita.

Significative sono state le testimonianze di alcuni studenti dell'Istituto Tecnico Commerciale Deganutti e del Liceo Percoto di Udine che hanno partecipato a progetti precedenti ed hanno quindi sperimentato direttamente l'efficacia di portare nelle loro classi i laboratori sulle abilità personali. Hanno voluto portare il loro contributo all'iniziativa incitando i loro coetanei ad aderire al progetto: *"Ritengo che il progetto sia molto valido. Se l'individuo decide di partecipare e ha la maturità di prenderlo sul serio e mettersi in gioco per migliorare le proprie abilità, questo progetto spinge a far prendere coscienza di quanto individualisti siamo e ci aiuta a sviluppare la capacità di comunicare in modo chiaro ed efficace, scatenando una reazione a catena che permette di ritrovare il rispetto reciproco e quindi la serenità nell'essere se stessi"* (studente del ITC Deganutti).



Erano inoltre presenti in sala rappresentanti dell'Università di Udine, del Centro di Orientamento, dei Centri dell'Impiego, dell'Ufficio Scolastico Regionale, Dirigenti di Istituti scolastici, insegnanti e numerosi giovani.

Il progetto **Chimica di Crescita** è stato presentato anche tramite due conferenze pubbliche: una a Fiume Veneto e una a San Giovanni al Natisone in cui la cittadinanza ha partecipato con curiosità e interesse.

Ogni appuntamento di **Chimica di Crescita** è stato comunicato attraverso interviste a televisioni e radio, con la pubblicazione di numerosi articoli sui quotidiani e sui siti di informazione che hanno promosso e fatto conoscere le attività in modo capillare su tutto il territorio regionale.



TEMI

Il percorso si è articolato attraverso dieci tematiche accomunate dalla parola “chimica” per sottolineare il processo di rinnovamento che i laboratori vogliono portare:

CHIMICA DELLE PAROLE

Abilità di comunicare e di creare comprensione, superare i conflitti e le divergenze, avere chiarezza personale e collaborare nei progetti.

CHIMICA DEL DARE E RICEVERE

Abilità di aiutare gli altri e di chiedere aiuto. Grazie a questo scambio ognuno ha la possibilità di rendere utili le proprie doti e di usufruire di inedite opportunità per realizzare le proprie mete nella vita.

CHIMICA DELLE DECISIONI

Abilità di originare una scelta vera e personale, di tenere la scelta nel tempo e grazie alla determinazione e alla chiarezza superare i dubbi e le difficoltà conquistando stabilità e soddisfazione.

CHIMICA DEL CAMBIAMENTO

Nella vita nulla è fermo, tutto si muove, migliora o peggiora. Un'abilità importante per aumentare il positivo e diminuire il negativo è quella di saper trasformare i problemi in progetti.

CHIMICA DEL PROGETTARE

Abilità di dare una forma al futuro sapendo strutturare bene un progetto attraverso azioni e tempi precisi. Allora ciò che è possibile diventa realizzabile e può essere conquistato.

CHIMICA DELLE AZIONI

Abilità di coinvolgersi e di impegnarsi, abbandonare le resistenze e in ogni situazione dare il meglio di sé. Imparando a sommare azioni intenzionali e consapevoli si arriva a esprimere le proprie eccellenze.

CHIMICA DELLA VOLONTÀ

Voler ottenere, persistere fino all'obiettivo, usare la disciplina per conquistare il traguardo e riuscire.

CHIMICA DEI RISULTATI

Cosa fare quando conquistiamo i risultati? Godere, festeggiare il risultato ma anche lasciarsi trasformare da esso, una volta riconosciuto ci permette di scorgere orizzonti inediti, aprire nuove porte e ottenere piena soddisfazione di sé.

CHIMICA DEL CONOSCERE SE STESSI

Possiamo conoscerci da tanti punti di vista, conoscere i bisogni, i desideri, i talenti... ma anche conoscerci nell'essenza: chi siamo. Questa fonte di consapevolezza è una sorgente di entusiasmo, autostima, forza e carica di vivere inesauribile.

CHIMICA DELL'UMANITÀ

Scoprire la connessione con gli altri individui, diventare consapevoli dell'umanità nella sua interezza per sentirsi parte di un tutto, essere un cittadino attivo e scoprire di poter fare la differenza per rendere anche con gesti semplici questo mondo migliore.

PROGRAMMA

Le dieci tematiche sono state presentate in un calendario di appuntamenti che prevedevano laboratori di durata variabile (dalle 4 alle 8 ore) attivati presso la sede del Centro Studi Podresca, Associazioni e Comuni del territorio Regionale. A questo programma iniziale si sono aggiunti altri appuntamenti grazie alla collaborazione con Comuni, Associazioni, Centri di Aggregazione Giovanile e Corsi di Laurea Universitari che hanno voluto aderire. I giovani hanno potuto scegliere di partecipare a tutto il percorso o a singoli incontri.

Nelle scuole secondarie di secondo grado i laboratori sono stati proposti tramite 4 incontri di 1 ora ciascuno a cui partecipava tutta la classe.

Gli interventi sono stati attivati anche all'interno di percorsi formativi professionali sia come seminari dei corsi di Laurea in Fisioterapia delle Università di Udine e di Trieste, sia come percorso di aggiornamento per i giovani educatori della Cooperativa Onda Nova di Monfalcone e Moggio Udinese.



METODO DI LAVORO

Ogni incontro prevedeva lezioni di studio in cui approfondire il funzionamento delle abilità personali, esaminare i meccanismi scorretti che nelle esperienze quotidiane impediscono il funzionamento delle abilità studiate e innescare nuove modalità per produrre risultati positivi.

Alle lezioni seguivano gli esercizi di comunicazione strutturati con sequenze di domande per applicare i principi studiati e fare allenamento per sviluppare le abilità apprese. Ogni partecipante ha potuto esprimersi, confrontarsi in gruppo, prendere posizione su come e su cosa sperimentare gli strumenti acquisiti. Le condivisioni sono risultate molto proficue per individuare come migliorare le proprie capacità individuali.

Lo sviluppo di progetti tematici ha permesso di trasformare il percorso di studio in risultati concreti nella propria esperienza quotidiana.

L'entusiasmo dei partecipanti ha portato un gruppo a collaborare alla realizzazione di un video di interviste per far conoscere l'opinione dei giovani e renderli protagonisti attivi della loro crescita.

PARTECIPAZIONE

Al progetto hanno aderito tre Scuole superiori di secondo grado:

- Istituto Tecnico Commerciale "C. Deganutti" di Udine
- Liceo Scientifico "Marinelli" di Udine
- Liceo delle Scienze Umane di San Pietro al Natisone.

Complessivamente hanno usufruito dei laboratori 8 classi per un totale di 179 studenti.



I laboratori sono stati attivati presso:

- Corso di Laurea in Fisioterapia di Udine
- Corso di Laurea in Fisioterapia di Trieste
- Collegio del Mondo Unito di Duino (TS)
- CAG "Spazio Giovani" del Comune di San Giovanni al Natisone (UD)
- CAG "PIG" del Comune di Udine, gruppo di volontari del "Servizio Civile Solidale"
- Cooperativa "Onda Nova" di Monfalcone (GO)
- Ambito Distrettuale Sud di Fiume Veneto (PN).

I corsi di studio sono stati attivati in tutte le province della Regione:

Udine, Trieste, Gorizia e Pordenone.

Hanno partecipato studenti del Collegio del Mondo Unito di Duino provenienti da Cambogia, Lituania, Polonia, Germania, Spagna, Estonia, Turchia, Ecuador, Austria, Armenia, Belgio e Argentina.

Negli incontri organizzati a San Giovanni al Natisone hanno partecipato studenti della Facoltà di Lingue e Letteratura straniera di Udine provenienti da Cina, Ungheria, Romania, Senegal e Kenya.

Le lezioni sono state realizzate con incontri di diversa durata: 2, 4, 5 e 8 ore.



**Complessivamente
sono state registrate:
1.152 presenze
di giovani dai 17 ai 29 anni.**

**Sono state realizzate
144 ore di formazione
che hanno offerto
ai partecipanti 4.137 ore
di servizio.**

TEAM DOCENTI E VOLONTARI

Numerosi soci dell'associazione sono stati attivi nel sostenere l'organizzazione del progetto e garantire risultati positivi. Il team dei volontari si è incontrato per riunioni di coordinamento, ha preso i contatti con le scuole e con le associazioni giovanili per far conoscere il progetto, ha coordinato lo svolgimento dei laboratori nelle classi e l'elaborazione dei materiali realizzati.

Project Manager: *Silvana Tiani Brunelli.*

Docenti: *Silvano Brunelli, Irene Tessarin, Simone Sancetta e Giulio Frasson.*

Coordinatrice: *Irene Tessarin.*

Volontari: *Viviana Costantini, Davide Pasqua, Daniele Pavinato, Maria Teresa Piussi, Paolo Zampieri, Simonetta Nenz, Daniela Cazzagon, Pierfrancesco Sighel, Sandra Borello, Giada Maffei.*



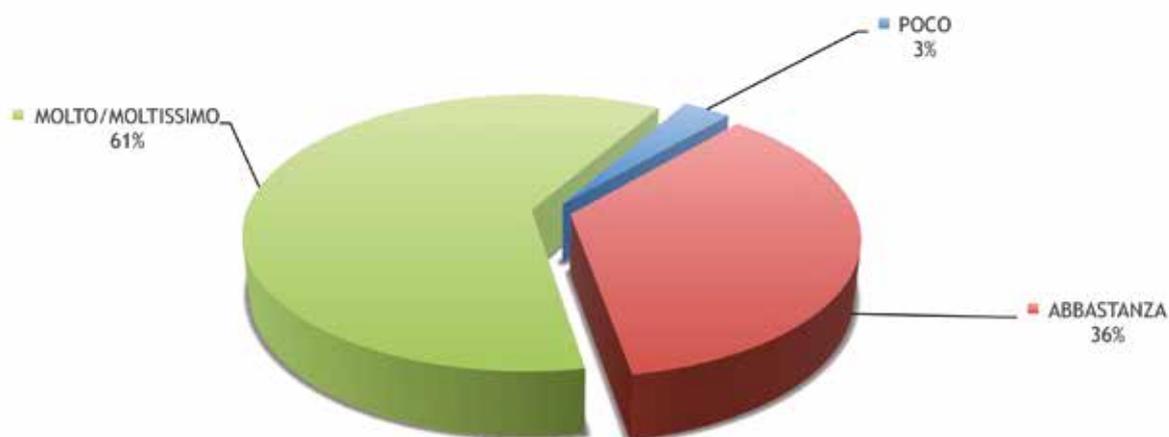
VALUTAZIONI

Alla conclusione dei laboratori abbiamo chiesto ai partecipanti di compilare dei questionari di valutazione che ponevano domande sull'utilità e sull'efficacia dei lavori svolti. Le risposte erano sia aperte che con valutazioni quantitative.

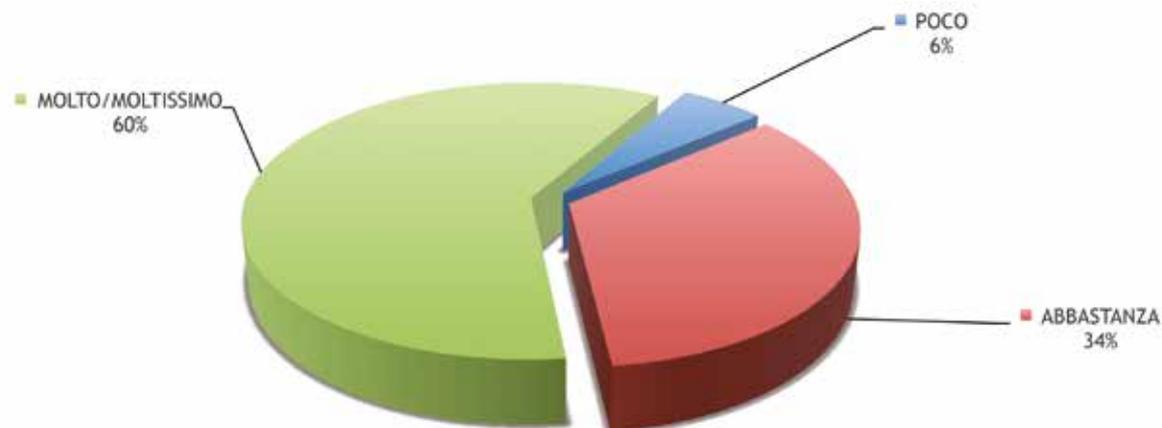
Dai questionari è emerso che **il 97% dei partecipanti ha ritenuto utili le lezioni studiate, il 94% degli intervistati** grazie agli esercizi del corso **ha migliorato la comunicazione e ritiene di aver ricevuto strumenti per sviluppare le abilità personali (96%)**.

Le valutazioni sono state positive sia dal punto di vista quantitativo che qualitativo.

Il corso mi è stato utile?



Gli esercizi sono stati utili per migliorare la comunicazione?



Le lezioni in classe hanno evidenziato l'utilità di impostare percorsi di studio e formazione più lunghi e continuativi per poter coinvolgere e motivare tutto il gruppo di alunni. Interessante notare che quando alcuni studenti non hanno potuto essere presenti (assenze, gite, interrogazioni, altri progetti concomitanti) il resto della classe era dispiaciuta per non aver potuto compiere l'esperienza tutti insieme.

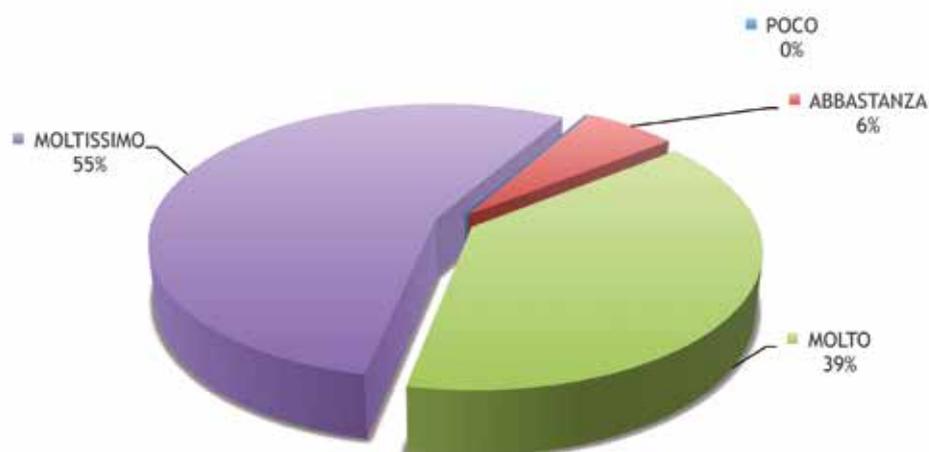
Infatti durante i laboratori i ragazzi si sono aperti confrontandosi sulle loro relazioni in classe, hanno potuto conoscersi maggiormente, affrontare difficoltà presenti e identificare obiettivi specifici per portare una trasformazione positiva nella loro realtà quotidiana.

Il corso mi ha offerto strumenti per sviluppare le mie abilità personali?

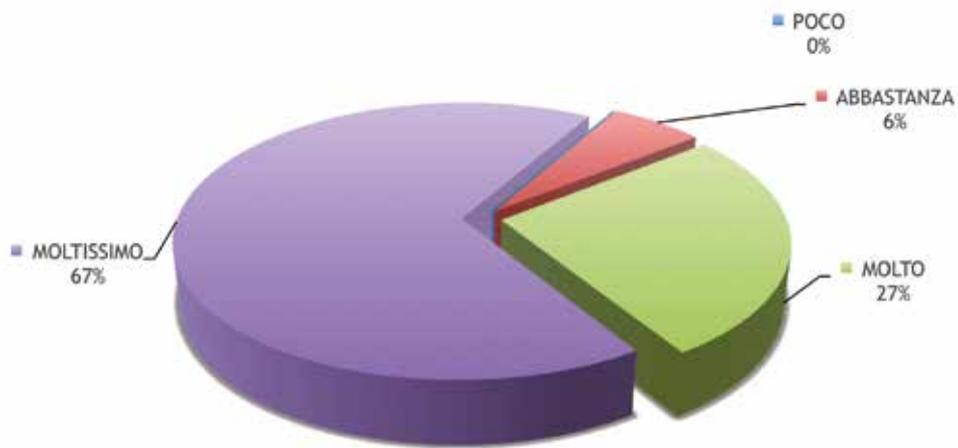


Un altro dato interessante riguarda il gruppo di **60 giovani** che hanno scelto di affrontare la sfida di un **corso di comunicazione residenziale** per conquistare una maggiore conoscenza di se stessi. Sebbene il corso fosse **intensivo** e molto impegnativo tutto il gruppo è stato entusiasta dell'esperienza e dei risultati raggiunti: **il 100% ritiene il corso molto utile!** La capacità di migliorare le relazioni con gli altri e di collaborare sono aumentate in modo straordinario.

Gli esercizi sono stati utili per aumentare la comprensione?



Grazie al corso posso migliorare le mie relazioni con gli altri?



Grazie al corso posso migliorare la collaborazione con gli altri?



PROGETTI APPLICATI

In ogni laboratorio i partecipanti hanno utilizzato le abilità studiate con l'intento di rendere reali alcune loro mete e sperimentare nella pratica le nuove strategie di azione.

Il progetto è stato trovato molto interessante e utile. **La lezione sulla comunicazione è stata la più apprezzata perché ha portato una ventata di cambiamento nella realtà comunicativa dei giovani.** Ogni tematica ha aperto nuove frontiere di comprensione, ha acceso motivazioni ed ha originato punti di vista inediti. In tutti i gruppi la lezione sull'aiuto è risultata la più difficile da affrontare in quanto non esiste una corretta conoscenza e un corretto scambio del dare e ricevere. Sono emersi moltissimi pregiudizi, dati errati e barriere che limitano queste abilità. I nuovi concetti hanno necessità di maturare e per questo andrebbero ripresi e riproposti per poter entrare maggiormente nel tessuto sociale.

Nei laboratori attivati presso i Comuni e le Associazioni Giovanili i partecipanti spesso non si conoscevano, erano di età diverse e spesso i gruppi cambiavano a ogni incontro. Alla fine di ogni laboratorio dopo aver compreso e studiato le abilità ogni partecipante è stato invitato a ideare un progetto personale in cui applicare le conoscenze apprese. Lo studio della volontà e l'abilità di decidere sono gli argomenti che hanno attivato passione e motivazione. I ragazzi si sono accesi comunicando i loro obiettivi, hanno scoperto l'entusiasmo di cimentarsi con passione per realizzarli ma hanno anche assaporato la bellezza di tifare per la vittoria dell'altro.



Nelle scuole gli studenti hanno sperimentato le abilità in classe. Le attività proposte hanno permesso ai ragazzi di conquistare una comunicazione più efficace e un clima più sereno sia nelle relazioni con i coetanei che nelle relazioni con i professori. Questa fase ha permesso a molti di assumere una posizione rispetto alle abilità studiate e di scegliere come attivare un progresso nelle proprie relazioni. Numerosi ragazzi grazie agli strumenti conquistati hanno riferito di aver migliorato anche la comunicazione in famiglia.

Lo studio dell'attenzione nelle relazioni è stato apprezzato da tutti. Una studentessa di San Pietro al Natisone dopo gli esercizi applicativi ha comunicato: *"All'inizio mi era difficile essere in relazione senza alterarmi, solo essendo me stessa, mi veniva da ridere. Allora mi sono concentrata di più e ci sono riuscita. Anche se non parlavamo sembrava che scorrevano parole tra di noi, ci siamo conosciute a un livello più profondo"*.

L'argomento che ha risvegliato maggior interesse è stata l'abilità di esprimersi senza ferire soprattutto perché l'esigua presenza di questa abilità porta problemi molto sentiti in tutte le relazioni. Gli studenti hanno compreso i meccanismi che provocano le ferite e come riuscire a comunicare i propri bisogni, le idee e le emozioni mantenendo il pieno rispetto degli altri. Questa consapevolezza ha permesso a molti ragazzi di scegliere di applicare questa abilità e di conquistarla.

La classe 4°M del Liceo Marinelli ha voluto scrivere una storia da condividere con gli insegnanti e gli amici per estendere le comprensioni maturate durante il corso.



STORIA SULL'ABILITÀ DI ESPRIMERSI SENZA FERIRE

IDEATA DALLA 4ª M DEL LICEO MARINELLI DI UDINE

Abbiamo compreso quanto non riconoscere e soddisfare i propri bisogni sia alla base del meccanismo che ci porta a ferire gli altri. Questa comprensione ci ha fatto scegliere di realizzare questa storia da condividere affinché anche altri comprendano facilmente come conquistare l'abilità di esprimersi senza ferire.

Alessandro passa la notte insonne e si alza che si sente proprio uno straccio, è stordito e infastidito. Trova il bagno occupato dal fratello... aspettare anche pochi minuti è insostenibile così comincia a offendere il fratello urlando e appellandolo con nomignoli provocatori.

Il fratello esce di casa di pessimo umore e, una volta in classe, scarica la tensione prendendosela con una compagna di classe la quale si sente ferita.

La compagna, agitata, disturba in continuazione i compagni impedendo loro di seguire la lezione con la dovuta attenzione. Nella classe regna la confusione. L'insegnante, dopo l'ennesimo richiamo, perde la pazienza, alza la voce adirata con gli studenti e infine mette una nota a tutta la classe sul registro.

L'insegnante rincasa arrabbiata e cupa e vedendo delle cose fuori posto e la cucina da ripulire, sbotta rimproverando i figli in malo modo e litigando anche con il marito.

E così le ferite continuano... a meno che...

REWIND: la storia ricomincia e mostra cosa sarebbe successo soddisfacendo correttamente i bisogni.

Alessandro va a dormire presto e al mattino si sveglia riposato. Trova il bagno occupato ma è sereno e chiacchiera allegramente attraverso la porta con il fratello che lo occupa. Poi preoccupato di fare tardi fa presente con cura al fratello che ha bisogno di entrare in bagno il prima possibile. Il fratello esce, si salutano gentilmente e va a scuola dove ha una bella relazione con i compagni... e così via con una serie di situazioni positive.

***“Noi, come Alessandro, abbiamo deciso di parlare senza ferire!
Uno dei bisogni più importanti nell'ambito dell'istruzione
è quello di avere relazioni positive e significative tra noi e i nostri insegnanti”.***



Anche nelle altre classi hanno voluto indagare l'abilità di "parlare senza ferire" e aumentare la capacità di riconoscere i bisogni, che vogliono rispettare e soddisfare in modo corretto. Alcune classi si sono cimentate con l'ideazione di un progetto comune, in altre ciascun studente ha lavorato su un proprio progetto personale.

Alcune classi hanno evidenziato una profonda sofferenza per la presenza di conflitti e ferite sia tra gli studenti che con gli insegnanti portando i ragazzi ad avere una grande delusione e a sentire di essere impotenti se questo problema non viene affrontato seriamente da tutte le figure coinvolte.

Alcuni educatori (genitori, professori, allenatori, ecc.) hanno partecipato come uditori ai laboratori. Il tema del cambiamento ha posto molti interrogativi sia sulla modalità d'azione (attualmente c'è più orientamento a risolvere problemi che realizzare progetti) che su come le mete vengano proposte dai genitori e non maturate dai figli. In particolare due allenatori che hanno aderito agli incontri in provincia di Pordenone hanno evidenziato come la meta di giocare a calcio sia spesso più dei genitori che dei ragazzi. Per la loro esperienza spesso sono gli adulti che vogliono che il figlio giochi e diventi un campione e lo forzano a tenere anche quando gli allenamenti sono troppo impegnativi e la relazione con i pari risulta difficile.

Nelle classi i professori che sono stati presenti durante i laboratori sono rimasti colpiti sia dalle abilità indagate che dalle risposte dei loro studenti. Inoltre nelle classi del Liceo Marinelli si è instaurata un'ottima collaborazione con l'insegnante di riferimento permettendo di proseguire lo studio delle abilità attraverso la lettura e la discussione in classe del libro **"La comunicazione, l'arte di comprendere e di ascoltare"** di Silvana Tiani Brunelli, Podresca Edizioni.

Alcuni docenti sono stati coinvolti a partecipare nelle esercitazioni pratiche e negli esercizi di relazione e ne hanno riconosciuto il grande valore tanto che si è accesa in loro la motivazione ad attivare percorsi di aggiornamento anche per i professori.

Si è aperto così un nuovo modo di affrontare il proprio ruolo di insegnanti e sono state gettate le basi per una presa di coscienza e un cambiamento nello stile educativo.

"Ho notato molto interesse in loro.

La classe - anche secondo gli altri colleghi - sta cambiando atteggiamento, soprattutto nel modo in cui si relaziona agli insegnanti."

Prof. del Liceo Marinelli di Udine

"La vostra formazione si è dimostrata (come sapevo!) AUTOREVOLISSIMA."

Responsabile educatori Coop. Onda Nova di Monfalcone



ESEMPI DI PROGETTI PERSONALI

PROGETTO DI COMPrensIONE DI N.R.

NOME DEL PROGETTO: COMUNICARE IN MODO COMPLETO **Data di inizio: 12/03/2014**

Il mio obiettivo è riuscire a comprendere appieno quello che una persona cerca di comunicarmi. Per ottenere questa abilità intendo ascoltare a fondo ciò che mi viene detto e, se possibile, anche immedesimarmi per comprendere anche le emozioni provate. Grazie a questa comprensione profonda e completa riuscirò a scovare anche le cose lasciate implicite e riuscire a fare le domande giuste per tirare fuori il vero problema e dare un senso di benessere e leggerezza. Sto già agendo in questo senso e vedo già i primi risultati di riuscire a "colpire il punto giusto". I risultati sono di approvazione da parte di chi parla e di comprensione totale; in questo senso noto anche un'apertura per una maggior fiducia dovuta a una sintonia maggiore.



PROGETTO DI COMPrensIONE DI M.A.

NOME DEL PROGETTO: LA COMPrensIONE ALTRUI

Data di inizio: 30/05/14

1. Che cosa scelgo di comunicare agli altri: Vorrei migliorare la mia capacità di essere compresa dagli altri.
2. Come presenterò la comunicazione e otterrò la comprensione: Parlerò con l'intenzione di farmi comprendere, esprimendo il contenuto del mio messaggio e l'intenzione nel comunicarlo.
3. Come desidero comprendere gli altri: con l'accettazione e la comprensione del contenuto e dell'intenzione del messaggio altrui.
4. Che cosa comunico e comprendo per maturare conoscenza: devo comunicare tutto il messaggio, senza trattenere parti del messaggio per paura di essere giudicata o per conseguenze indesiderate; attraverso una buona comprensione, posso comprendere se ciò che mi viene comunicato è utile e posso prendere una posizione in merito.
5. Che cosa comunico per collaborare: comunico in modo chiaro la mia intenzione, ci vogliono apertura, chiarezza e comprensione per poter collaborare con gli altri.
6. Che cosa comunico per pulire un disturbo: comunico tutto il mio messaggio, senza nascondere parti di esso; comunico in modo esplicito il contenuto e l'intenzione, i sentimenti che provo e le relazioni, libera da giudizi e sentimenti negativi.
7. Riflessioni di verifica e di ottimizzazione dopo un mese: comunicando tutto il contenuto del mio messaggio e le mie intenzioni nel comunicarlo, sarò compresa dagli altri in modo migliore, andando a costruire relazioni basate sulla disponibilità e sulla collaborazione reciproca.

PROGETTO DI COMPrensIONE DI M.S.

NOME DEL PROGETTO: FACE TO FACE

Data di inizio: 3/06/2014

1. Cosa scelgo di comunicare agli altri: Desidero comunicare a mio fratello che deve guardarsi dentro e cercare di migliorare la propria capacità di ascolto, di comprensione e di rispetto dei tempi del dialogo in famiglia.
2. Come presenterò la comunicazione e otterrò la comprensione? Parlerò con lui a quattr'occhi in un posto tranquillo, scegliendo con cura le parole da dire, esponendo con maggior chiarezza possibile la mia intenzione prima di entrare nel cuore del contenuto dell'argomento che, di fatto, potrebbe non fargli molto piacere.
3. Come desidero comprendere gli altri? Cercando di offrire il maggior spazio possibile di espressione all'altro e rispettando il suo punto di vista anche se potrei non dividerlo appieno.
4. Che cosa comunico e comprendo per maturare conoscenza? Cerco di comunicare affetto e cerco di comprendere il suo punto di vista in relazione ai nostri rapporti, nei rapporti con i nostri genitori e con gli altri familiari.
5. Che cosa comunico per collaborare? Comunico la mia presenza in ogni momento della vita, voglio che capisca che io ci sono e che non lo giudico.
6. Che cosa comunico per pulire e concludere? Comunico che "potrebbe essere più educato e rispettoso ma che il cambiamento dipende esclusivamente da lui e dalla sua volontà a fare un po' di introspezione ogni tanto e di pensare prima di dire o fare cose che potrebbero ferire gli altri".



PROGETTO DI COMPrensIONE DI D. R.

NOME DEL PROGETTO: ACCETTO IL MESSAGGIO

Data di inizio: 31/05/2014

1. Che cosa scelgo di comunicare agli altri? Vorrei che determinate persone sentissero maggiormente la mia intenzione a comprendere quanto mi comunicano.
2. Come presenterò la comunicazione e otterrò comprensione? Vorrei poter prendere ciascuna delle persone a cui rivolgo il mio progetto ed invitarle a sedersi di fronte a me per poter parlare con loro guardandole negli occhi e dimostrandomi ben disposta ad accettare quanto mi dicono.
3. Come desidero comprendere gli altri? Innanzitutto vorrei riuscire ad essere in grado di accettare maggiormente ciò che le persone mi comunicano, senza partire a priori con dei pregiudizi e senza interpretare subito negativamente quanto mi viene detto.
4. Che cosa comunico e comprendo per maturare conoscenza? Comunico le mie vere intenzioni in modo chiaro e senza giri di parole equivocabili. Accetto quanto dettomi dalle altre persone, senza frapporre nella comunicazione delle barriere all'ascolto.
5. Che cosa comunico per collaborare? Vorrei chiedere alle persone interessate, con tono sicuro, ma non arrogante, di offrirmi il loro "tempo" e di prestarsi ad essere attivi nella comunicazione con me in modo sincero.
6. Che cosa comunico per pulire e concludere? Comunico alle persone interessate quello che penso di me e delle mie difficoltà nella comunicazione.

CONDIVISIONI DEGLI STUDENTI



"Ho imparato ad ascoltare meglio gli altri."

"Porto molta più attenzione all'attenzione che portano gli altri alle mie esposizioni."

"Ho imparato di essere potenzialmente un bravo ascoltatore."

"È bello e rassicurante comunicare in modo profondo e non superficiale."

"È molto utile guardare le persone negli occhi quando si parla, si riesce a capire cosa provano realmente e ti fa sentire ascoltato."

"Con gli strumenti appresi ho conquistato una maggiore consapevolezza dei meccanismi errati che abitualmente mettevo in atto."

"Ho imparato a lasciar parlare le persone mentre cercano di fare un discorso."

"Ho imparato ad ascoltare e a farmi ascoltare."

"Ho imparato a non interrompere gli altri."

"Ho imparato che la comunicazione è qualcosa di più profondo."

"Ho imparato a capire ciò che gli altri vogliono dire, senza rimanere bloccata sulla mia opinione."

"Riesco ad ascoltare con più attenzione gli altri e a capirli rispetto a prima, quando accadeva che ascoltavo senza capire veramente."

"Ho cercato di evitare un litigio cercando di capire ciò che mi si voleva dire."

"Grazie alla comprensione ho risolto un problema con una mia amica; ci siamo comprese e abbiamo superato la difficoltà."

"La comprensione è un ponte che ci collega agli altri e fa diventare tutto possibile!"

"Mi sono accorta di quanto non ascoltassi veramente gli altri, ora li ascolto veramente e loro se ne accorgono."

"Sono riuscito a far capire a una persona che certi suoi comportamenti sono esagerati."

"Ho imparato a rispettare i turni durante una conversazione e a dare l'attenzione necessaria senza interrompere."

"Ora posso parlare e ascoltare in modo giusto!"



"Guardando negli occhi una persona ho capito che posso comprendere anche lo stato d'animo che quella persona non mi dice in quel preciso istante."

"Ho imparato ad ascoltare maggiormente e meglio le persone con cui parlo, facendogli capire che sono davvero interessata."

"Ho compreso che la comunicazione serve molto per essere amici."

"Ho imparato a esprimere di più il mio carattere con gli altri."

"Guardare le persone negli occhi favorisce una relazione più intensa."

"Ho imparato ad ascoltare chi mi sta vicino."

"Ho imparato che molte volte è bene esprimere ciò che si sente e non darlo mai per scontato."



"Ho imparato ad ascoltare e a non trattare le cose con superficialità."

"Comprendo di più ciò che mi viene detto."

"Sono molto più consapevole di ciò che gli altri mi vogliono comunicare e molto più disponibile ad ascoltare."

"Ho capito che bisogna togliere le maschere ed essere se stessi!"

"Ho imparato ad ascoltare senza interrompere!"

"Ho imparato ad esprimermi senza ferire."

“Ho comunicato alle mie amiche cosa per me è importante in un viaggio che faremo insieme, così abbiamo collaborato per programmarlo. Mi sono espressa e mi sono sentita compresa.”

“Ho compreso che chiedere aiuto è un’abilità e la voglio imparare.”

“Voglio aprirmi con le persone che mi stanno vicino!”

“Ho migliorato i rapporti con le persone che mi circondano.”

“Ho imparato che comprendere l’altro è il modo migliore per aiutarlo.”

“Voglio credere nelle mie potenzialità e abilità!”

“Voglio essere più consapevole nella comunicazione con gli altri.”

“Ho imparato ad ascoltare!”

“Sono riuscita a conoscere meglio alcune persone.”

“È importante capire il significato delle parole e approfondirlo.”

“Ho imparato a tenere l’attenzione sull’interlocutore.”

“Si può comunicare anche se si hanno esperienze diverse dall’altra persona, perché possono essere uno stimolo per costruire un percorso insieme.”



"Ho imparato ad ascoltare senza pregiudizi!"

"Mi sono accorta delle molteplici barriere comunicative che interpongo nelle relazioni."

"Ho conquistato diversi strumenti che devo continuare a utilizzare."

"Voglio cercare di ascoltare chi parla senza interromperlo."

"Ho imparato l'importanza di non aver paura di comunicare."

"Posso essere più comprensivo e meno aggressivo."

"Ho imparato ad essere chiaro e sintetico."

"Ho imparato a comprendere il ciclo della comunicazione in modo da notare quando questo non è completo."

"Ho imparato a porre l'attenzione sull'altro e a concentrarmi su quello che dice."

"Voglio cercare di essere più aperta e ben disposta alla comprensione e all'ascolto degli altri."

"Ho imparato che per comunicare con gli altri è necessario mettersi in relazione completamente."

"Ho imparato che spesso le incomprensioni nelle relazioni interpersonali sono riconducibili a banali errori di comunicazione."

"Ho capito l'importanza dell'ascolto."

"Sono riuscita a capire quali possono essere le mie abilità e come posso utilizzarle nelle relazioni con gli altri."

"Riesco a spiegarmi meglio quando parlo con una persona!"



CONDIVISIONI DEI RAGAZZI DELLE ASSOCIAZIONI GIOVANILI



"Sono entusiasta, il corso rispecchia le mie aspettative!"

"Ho compreso che ho piacere di passare del tempo insieme a mio fratello e raggiungere la complicità."

"Corso fantastico!"

***"Ho capito che devo buttarmi nella vita. Osare di più.
Prendere la palla al balzo. Vivere di più il presente."***

"Ho imparato a comunicare i miei progetti."

***"Ho avuto modo di fare un progetto per risolvere un problema che,
altrimenti, non avrei mai affrontato."***

"Ho capito come affrontare certi problemi."

"Ho chiara la consapevolezza di avere nelle mie mani la mia vita."

"Ho capito che se si ha la volontà si riesce ad ottenere tutto."

"L'inizio del mio progetto di vita!"

“Ho imparato l'importanza di comunicare agli altri la mia volontà, senza ostacolare quella altrui.”

“Il corso è stato molto formativo.”

“Grazie al corso ho compreso l'importanza della comunicazione e di come migliorare il rapporto con gli altri senza aver paura di essere giudicata.”

“Ho imparato ad essere me stessa.”

“Ritournerò ancora!”

“Ho imparato a non aver paura di guardare negli occhi le persone.”

“Un ottimo strumento per affinare le abilità dell'individuo.”

“Ho capito meglio me stessa!”

“Ho capito come far risalire la mia volontà e ignorare i segnali falsi.”

“Ottimo docente!”

“Ho deciso il mio progetto e sono contenta perché ora so come portarlo a termine.”



"Ho risvegliato alcune sensazioni che non provavo da tanto tempo."

"Ho imparato a guardarmi dentro."

"Interessante e impegnativo!"

"Sono più decisa nell'affrontare ciò che mi blocca."

"Mi sento chiara."

"Ogni volta che vengo qui porto via molto."

"Devo buttarmi ancora di più; forse riuscirò a raggiungere degli obiettivi che credevo irraggiungibili."

"Ho riconosciuto certi blocchi che ho nella mia vita che mi portano a non essere me stesso."

"Ho definito meglio cosa voglio fare e cosa desidero davvero per il mio futuro."

"Corso eccellente e completo ma anche profondo e incisivo."

"Ero molto timida e chiusa all'inizio ma poi mi sono aperta."

"Ho capito quella che voglio essere e quello che voglio fare."

"Ho imparato ad essere determinata e aperta a stare con gli altri."

"È stato molto bello e utile e mi ha fornito un nuovo punto di partenza."

"Ho capito che voglio avere il ragazzo ed essere più sicura di me stessa."

"Ho scoperto di avere varie abilità che non pensavo di avere!"

"Ho capito che se voglio ottenere dei risultati devo impegnarmi molto e continuamente."

"Ho voglia di conseguire i miei fini."

"Sono più sicuro e fiducioso di me stesso e ho intravisto nuove potenzialità."

"Sono riuscita a capire meglio i miei fini e le mie intenzioni reali."

"Ho capito che la mia timidezza è solamente una scusa."

"Penso che da oggi inizierò a prestare più attenzione ai miei obiettivi."

"Esperienza grandiosa: dirigo la mia vita!"

"Ho acquisito più autostima e sicurezza."

"Questo corso mi ha distrutto e mi ha ricreato!"

"Ho imparato a considerare gli altri."

"Ho imparato che nascondere quello che voglio non serve a niente!"

"Ho capito di dover lavorare su di me prima che su tutto il resto."

"Ho imparato a fidarmi di me stesso e a credere in me."

"Esperienza fortissima e nuova."

"Sembra poco ma per me è molto, ho superato il primo scalino per non farmi bloccare dai sentimenti."

"Ho compreso che io sono bella!"

"Desidero aprirmi all'altro."

"Non mostrarmi è una perdita di opportunità."



"Credo proprio che questa esperienza mi cambierà la vita."

"Non ho più paura delle relazioni."

"Ho eliminato la mia aggressività e soprattutto la rabbia accumulata in tutta la mia vita."

"Corso fantastico, ma forse avrei bisogno di farne un altro."

"Esperienza istruttiva e stimolante."

"I due giorni meglio investiti fino ad ora."

"Ho una migliore conoscenza di me e degli altri."

"Bellissimo corso, utile, unisce i giovani!"

"Più Podresca meno palestra!"

"Ho potuto sfogarmi!"

"Ho imparato l'importanza della vita".

"Esperienza sorprendentemente intensa!"

"Esperienza positiva e importante per la mia crescita personale."

"Sono riuscita a trovare me stessa e l'altro."

"Ho compreso i miei errori."

"Ho imparato ad aprire me stesso."

"Posso aumentare la mia presenza sempre e vivere con almeno il doppio dell'intensità."

"Un dono immenso."

"Sono riuscita a rimuovere alcuni blocchi."

"Ho capito che il percorso intrapreso qualche anno fa è stato proficuo."

"Il corso è stato strutturato bene e mi ha cambiato decisamente la visione interiore ed esteriore."

"Ho imparato a non avere paura di ciò che sento ma comprenderlo e accettarlo."

"Sono grata, entusiasta dell'occasione e vogliosa di farne ancora, ancora e ancora."

"Corso molto interessante!"

"Ho imparato a comunicare ancora di più l'intenzione."

"Bisogna sforzarsi di comunicare in maniera diretta! NO SMS!!"

"Sapersi relazionare con gli altri è una cosa fondamentale per imparare a convivere."

"Ho capito di aver sbagliato molti approcci con le altre persone nella mia vita."

"Ho imparato una cosa nuova!"

"Questo corso toglie la timidezza!"

"Esperienza molto arricchente!"

"Ho capito l'importanza della volontà."

"Voglio fare valere la mia volontà!"

"Ho compreso che devo parlare di più perché così rendo più chiari i miei desideri e i miei fini."

"Non bisogna avere paura di comunicare!"

"Sono riuscito a sbloccarmi con gli altri e ho imparato a parlare."

"Ho capito che spesso non prendo una posizione."

"Ho imparato a non aver paura di prendere una decisione."

"Devo comprendermi meglio!"

"Ho compreso cosa voglio e come comunicarlo, ora non mi ferma più nessuno!"

"Le mie scelte sono i mattoni con cui costruire il mondo intorno a me."



"Ho scelto di aprire la porta verso ciò che mi realizza e a non rinunciare per paura del cambiamento o di rimanere sola."

"Mi sono aperto di più verso gli altri."

"La paura di sbagliare non mi ferma più!"

"Ho imparato ad attivare l'attenzione in diversi momenti di tensione."

"Ho imparato che devo produrre messaggi chiari."

"Ho capito che voglio mettermi in gioco per cercare di comprendere pienamente quello che gli altri hanno da dire."

"Voglio superare i miei limiti personali."

"Ho compreso quanto importante sia ascoltare senza interrompere gli altri."

"Ho imparato ad ascoltare e ad accettare, senza per forza condividere e dare un giudizio."

"Ho imparato ad avere consapevolezza del mio corpo e di ciò che mi circonda."

"Un bel corso che andrebbe sicuramente ampliato."

"Ho imparato come essere consapevole dell'intenzione che si cela dietro alle parole che esprimiamo."

"Formazione molto utile."

"Ho capito che bisogna sempre migliorare e si può."

"Ho maggior chiarezza in me stesso."

"È stato molto bello sentirsi accettati e ascoltati."

"Ottimo corso, rilassante e arricchente."

"Esperienza profonda e positiva."

"Ho imparato ad aprirmi maggiormente e a comunicare di più senza preoccuparmi del giudizio di chi mi sta di fronte."

"Molto chiara l'esposizione, molto utile la pratica."

"Un risultato che ho visto è capire che la comunicazione può migliorare grazie all'esercizio."

"Molto interessante il richiamo ad essere "presenti" in una comunicazione!"

"L'accettazione è utile per costruire."

“Bisogna saper ascoltare per poter parlare bene.”



“Sono riuscita a porre maggior attenzione sulla capacità di ascoltare il mio interlocutore e sulla mia capacità a comunicare chiaro il mio messaggio e le intenzioni alla base di esso.”

“Per me il corso è perfetto così!”

“Ho capito che ascolto molto poco e che dovrei dare più spazio alla comunicazione altrui.”

“Ora riesco ad affrontare meglio i miei problemi e ho tutto quello che mi serve per farlo.”

“È un corso davvero utile, a me è servito tanto!”

“Ho imparato come risolvere un problema.”

“Ho capito quale deve essere l’atteggiamento davanti ai problemi difficili da risolvere.”

“Ho capito cos’è un problema e a distinguerlo dalla meta, facendo sì che l’obiettivo sia quest’ultima.”

“Ho imparato a realizzare obiettivi!”

“Ho imparato a creare relazioni mantenendo la via della comunicazione libera e pulita da incomprensioni.”

“Durante questo corso ho conquistato, anzi riconquistato, la chiarezza di quanto sia importante chiedere aiuto e confrontarsi costantemente con gli altri.”

“Ho compreso che le mete, e quindi gli obiettivi, della mia vita me li creo da me.”

“Ho compreso che spesso viene dimenticata l’importanza della comunicazione, che invece conta moltissimo.”

"Il corso è stato molto istruttivo."

"Con questi strumenti riesco a esprimermi meglio con gli altri."

"Ho imparato ad ascoltare meglio!"

"Bisogna ascoltare e capire la posizione dell'altro invece di andare contro il suo pensiero."

***"Ho imparato a non dare per ricevere
ma ad essere disinteressati e onesti."***

"Corso molto interessante e utile soprattutto nella mia vita quotidiana."

"Ho capito l'importanza di sapersi mettere in gioco nella vita."

"Ho compreso cos'è la gratitudine e cos'è il merito per aver dato aiuto."

"Questo corso è una grande opportunità per capire qualcosa di sé."



CONCLUSIONI

La valutazione complessiva che emerge dall'analisi dei lavori svolti è decisamente molto positiva. Il team operativo ha dimostrato un'ottima organizzazione, i laboratori hanno fornito strumenti efficaci e hanno risposto a bisogni sentiti profondamente sia dai giovani che dagli educatori: acquisire più abilità, perfezionare la comunicazione e le relazioni per migliorare la qualità della formazione e della vita. Il progetto infatti ha sostenuto la crescita dei ragazzi per accendere la loro motivazione allo studio, prevenire l'abbandono scolastico, il disagio personale e sociale e i fenomeni di bullismo. I punti di forza del progetto risiedono nella sua impostazione innovativa e nell'efficacia del percorso proposto.



I professori hanno riconosciuto i risultati ottenuti dai ragazzi, hanno colto il valore del progetto e hanno espresso la motivazione ad approfondire i temi trattati. I ragazzi hanno manifestato un grandissimo coinvolgimento per gli argomenti di studio riscontrandone l'efficacia e l'utilità.

Nei percorsi professionali è stata riscontrata un'alta operatività degli strumenti forniti dal corso, infatti per i partecipanti è stato possibile applicare le abilità di comunicazione e di relazione nei tirocini e negli ambiti lavorativi. I responsabili dei percorsi professionali hanno rilevato una grande utilità nell'introduzione dello studio delle abilità personali nelle rispettive professioni e hanno evidenziato l'importanza di proseguire tale formazione in modo continuativo.

Mettendo a confronto le opinioni raccolte da tutte le persone coinvolte emerge un bisogno considerevole di attivare sempre più azioni incisive ed efficaci per migliorare la qualità delle relazioni e dare ai giovani nuove opportunità per il loro avvenire. Per poter offrire alle nuove generazioni un'elevata maturità sul piano personale fondata sulle abilità umane, la strada da percorrere è l'impegno congiunto di genitori, insegnanti e tessuto sociale.

I risultati positivi emersi in questo e in altri progetti precedenti sono molto significativi e tali da giustificare e motivare la proposta innovativa di introdurre nelle scuole la materia scolastica "Abilità personali" così da poterla rendere una conoscenza stabile che può essere acquisita alla pari delle altre discipline scolastiche.

Si ritiene utile attivare progetti pilota per alcune classi in cui avviare lo studio delle abilità in modo continuativo nell'arco dell'intero anno scolastico.

Si consiglia l'attivazione di percorsi di aggiornamento professionale per insegnanti sulle abilità di relazione e di comunicazione per rispondere alle esigenze dei giovani.

Il progetto si è distinto in modo straordinario per la sentita collaborazione di giovani, docenti e volontari. Merita di essere apprezzato e di poter ottenere una continuità con ulteriori progetti in futuro.

Il presidente del Centro Studi Podresca
dott.ssa Silvana Tiani

RASSEGNA STAMPA DEL PROGETTO



Ragazzi del Centro di aggregazione giovanile Podresca

PODRESCA

Progetti ad hoc per potersi "formare" dai 19 ai 27 anni

di **Giulia Zaghini**

► LICEO ECONOMICO PERCOTO



Un laboratorio per mettere a frutto le abilità di comunicazione e collaborazione con gli altri, creato

ad hoc per i giovani. Nasce con questa finalità il progetto "Punto d'Incontro", frutto della cooperazione tra il "Centro di aggregazione giovanile podresca: giovani!" e l'Associazione "Vitae Onlus" (con il contributo della Regione Fvg e il patrocinio dei Comuni di Prepotto, di Faedis e del Club Unesco di Udine), rivolto alle associazioni giovanili e alle scuole superiori della regione. Il progetto mira ad investire nella qualità della comunicazione (principio cardine per l'associazione che lo promuove) migliorando la dato che è ritenuta il principale strumento per affrontare

le esperienze della vita in modo più corretto e costruttivo. Attraverso disegni, fotografie, testi e video i 120 ragazzi delle tre scuole superiori di Udine che hanno aderito al Progetto (Deganutti, Percoto e Copernico) hanno affrontato temi inerenti al funzionamento del ciclo comunicativo, alle abilità necessarie per raggiungere uno scopo comune e alla collaborazione tra membri. "Punto d'incontro" valorizza dunque i giovani come depositari di un capitale interiore dalle mille sfaccettature. Sempre in linea con questi principi e obiettivi, domani, alle 11 nella sede della Regione a Udine si terrà la conferenza stampa di presentazione del progetto formativo "Chimica di crescita", ideato e realizzato dal Centro Studi Podresca, dedicato ai giovani dai 17 ai 29 anni. Lo scopo è offrir loro un percorso di formazione e di esperienze positive per sviluppare e perfezionare le loro abilità personali, ideative e progettuali.

TANTE LE ISTITUZIONI VICINE ALL'INIZIATIVE

“Chimica di crescita” progetto per i giovani

► Al via gli eventi legati al progetto formativo “Chimica di crescita”. Ideato e realizzato dal Centro Studi Podresca, e realizzato col contributo della Regione Friuli Venezia Giulia e col patrocinio del Club Unesco di Udine e del Comune di Prepotto, si tratta di un percorso di conoscenza di se stessi e delle proprie abilità articolato in 10 incontri e destinato a un'età cruciale: quella compresa tra i 17 e i 29 anni. È infatti in questa lunga e intensa stagione della vita che i traguardi si moltiplicano, gli obiettivi aumentano di volume e nuove esigenze di relazione e professionali si prospettano all'orizzonte. Raffaella Basana, Assessore allo Sport, all'Educazione e agli Stili di vita del Comune di Udine, ha garantito il massimo sostegno al iniziative formative che mettono al centro le abilità e la maggiore consapevolezza di sé.

Massimo Duca, a nome dell'Assessorato regionale Loredana Panariti, ha ricordato come siano tanti gli strumenti di cui ogni giovane ha bisogno per crescere e vivere meglio: «Strumenti necessari per ridurre il rischio dell'emarginazione, l'ombra delle difficoltà generate dalla crisi, dalle incomprensioni familiari, dal disagio quotidiano con l'obiettivo di crescere sul piano umano e di diventare cittadini migliori».

Ha portato il suo contributo a favore del progetto anche Renata Capria D'Aronco, presidente e anima del Club Unesco di Udine che conosce il

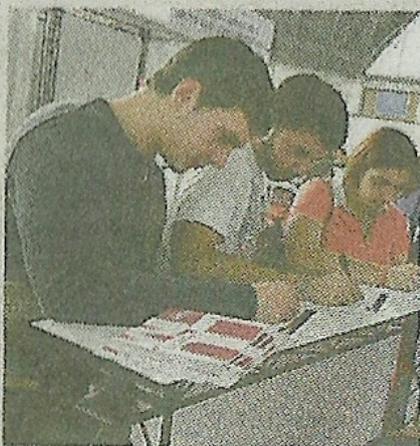


Centro Studi Podresca fin dalla sua nascita e da sempre ne condivide la missione: «Il progetto Chimica di crescita è in perfetta sintonia con le idee del Club. Siamo fieri di esserne partner ed è per questo che apprezzo tutto quanto venga realizzato dal Centro. L'educazione al dialogo, all'armonia, alla non violenza, al riconoscimento dei diritti e dei doveri sono elementi imprescindibili per una società civile e il Centro Studi Podresca ne è degno interprete».

“Chimica di crescita” trova anche nel Comune di San Giovanni al Natissone, già partner di altri progetti educativi in passato, un appassionato alleato: «Le difficoltà di comunicazione ci sono a scuola ma ci sono anche sul lavoro. Offrire ai giovani la possibilità di comprendere come comunicare meglio e in modo efficace, è un vantaggio che si ripercuote non solo sull'immediato ma anche sul futuro personale e professionale» ha sottolineato Giusto Maurig, Assessore all'Istruzione, alla Cultura, alle Politiche Giovanili del Comune di San Giovanni al Natissone.

Il QuotidianoFVG, 24 gennaio 2014

Giovani più consapevoli e sicuri di sé con i segreti di “Chimica di crescita”



Offrire ai giovani tra i 17 e i 29 anni un percorso di conoscenza di se stessi e delle proprie abilità. È l'obiettivo del progetto “Chimica di crescita”, presentato ieri nella sede udinese della Regione.

L'iniziativa, ideata e realizzata dal Centro Studi Podresca, è realizzata col contributo della Regione e con il patrocinio del Club Unesco di Udine e del Comune di Prepotto. “Chimica di crescita”, che si articola in una

ciclo di dieci incontri, come detto è rivolto ad un target ben preciso, a cui intende assicurare strumenti preziosi per crescere e vivere meglio. «Strumenti - ha affermato Massimo Duca, a nome dell'assessorato regionale al Lavoro -, necessari per ridurre il rischio dell'emarginazione, l'ombra delle difficoltà generate dalla crisi, dalle incomprensioni familiari, dal disagio quotidiano con l'obiettivo di crescere sul piano umano e di diventare cittadini migliori».

Si chiama 'Chimica di crescita' ed è un progetto indirizzato ai giovani dai 17 ai 29 anni che frequentano gli istituti scolastici ed i centri di aggregazione giovanile della regione.

A promuoverlo è il Centro studi di Podresca, con sede nella frazione di Prepotto, che lo ha presentato la scorsa settimana nella sede della Regione a Udine, presenti tra gli altri il funzionario regionale Massimo Duca in rappresentanza dell'assessorato al lavoro e alle politiche giovanili, che ha contribuito con un finanziamento all'iniziativa, l'assessore comunale di Udine allo sport, all'educazione e agli studi di vita Raffaella Basata, l'assessore del comune di S. Giovanni al Natioso Giusto Maurig e la presidente del club Unesco di Udine, Renata Capria D'Aronco.

Il progetto offre ai giovani un percorso formativo con originali

'Chimica di crescita', da Podresca nuovo percorso per i giovani Presentato a Udine un progetto ideato dal Centro studi che ha sede nel comune di Prepotto

un approccio inedito, che comprende la comprensione delle proprie abilità e la loro applicazione. Il risultato dovrebbe essere l'ottenimento di migliori obiettivi personali ma anche negli ambiti dello studio e del lavoro.

I dieci incontri, per prendere parte ai quali l'adesione è gratuita e può essere anche individuale (per partecipare è richiesta l'iscrizione entro tre giorni prima dell'inizio) si terranno dal prossimo 22 febbraio, in parte nel borgo di Podresca ed in parte in altre località delle province di Udine e Pordenone.

Maggiori informazioni sul sito: www.podresca.it

Un momento della conferenza stampa a Udine, al centro la presidente del Centro studi Podresca, Silvana Tiani Brunelli



temi di studio, esercizi di comunicazione, ideazione di progetti personali e laboratori creativi. Lo scopo, hanno spiegato prima la presidente del Centro studi, Silvana Tiani Brunelli, è quello di trasmettere ai giovani nuove conoscenze attraverso

"Chimica di crescita" è un innovativo progetto di formazione per i giovani dai 17 ai 29 anni firmato dal Centro Studi Podresca che si svolgerà il via sabato 22 febbraio

IL PROGETTO

Chimica di crescita aiuta i giovani a formare se stessi

È in arrivo una nuova opportunità per i giovani: si tratta di un'iniziativa pensata per aiutarli a crescere e a orientarsi nel mondo del lavoro in un'età cruciale: quella compresa tra i 17 e i 29 anni, quando i traguardi si moltiplicano e nuove esigenze di relazione e professionali si prospettano all'orizzonte. *Chimica di crescita*, questo è il nome dell'iniziativa che ha ancora aperte le iscrizioni, è un progetto formativo in 10 lezioni ad alto tasso di novità per metodo e contenuti, completamente gratuito e realizzato col contributo della Regione. Firmato dal Centro Studi Podresca, l'ente con sede a Prepotto che da oltre vent'anni conduce una ricerca innovativa sulle abilità umane e la loro valorizzazione, *Chimica di crescita* è un percorso di conoscenza di se stessi che prenderà il via sabato 22 febbraio con le lezioni *Chimica delle decisioni*, a Udine, condotta da Irene Tessarin, e *Chimica delle parole*, a Praturlo di Fiume Veneto, condotta da Simone Santocchia (il calendario è su www.podresca.it). I ragazzi impareranno a riconoscere le proprie abilità e ad esercitarle per met-

tere a fuoco obiettivi concreti e migliorare la qualità della vita, fin dalla quotidianità.

Chimica di crescita, come tutte le attività del Centro di cui è presidente Silvana Tiani Brunelli e direttore scientifico per la ricerca Silvano Brunelli, è basato su un innovativo approccio pedagogico fatto di lezioni frontali, esercizi di comu-



e di molte personalità della scuola, dell'università e del lavoro interessate al potenziale educativo del progetto, c'erano anche gli studenti degli istituti superiori di Udine che insieme ai loro insegnanti hanno voluto raccontare gli effetti positivi della partecipazione ai laboratori di sviluppo delle abilità umane condotti dal Centro Studi Podresca. Tra questi hanno fatto sentire la loro voce i ragazzi dell'ic "Deganutti" e del Liceo "Percoto", che così si sono espressi: «Molti di noi sono riusciti ad aprirsi, a comunicare per la prima volta, ad ascoltare gli altri e ad ascoltare se stessi»; «Grazie agli esercizi fatti, abbiamo compreso come esprimerci e manifestare le nostre emozioni».

Il progetto *Chimica di crescita* sarà presentato al pubblico giovedì 13 febbraio a Praturlo di Fiume Veneto e venerdì 21 febbraio a San Giovanni al Natosone. Il progetto può essere attivato anche su richiesta in scuole e associazioni giovanili. Per informazioni: sito www.podresca.it, tel. 0432713319, email info@podresca.it.

Udine. All'incontro, che ha visto la partecipazione di istituzioni come l'Assessorato al Lavoro, Formazione, Pari opportunità, Istruzione e Politiche giovanili della Regione, l'Ufficio scolastico regionale, l'Assessorato allo Sport, all'Educazione e agli Stili di vita del Comune di Udine (Raffaella Bassana), del Club Unesco di Udine,

nicazione, sviluppo di progetti e attività creative. Un metodo che continua a ricevere importanti riconoscimenti internazionali (come il titolo di "puona prassi" a 3 meeting europei).

Di *Chimica di crescita* e dei risultati concreti del Centro Studi Podresca si è parlato lo scorso 23 gennaio in Regione a

CENTRO STUDI PODRESCA®

ASSOCIAZIONE CULTURALE E DI PROMOZIONE SOCIALE

Il Centro Studi Podresca è un'associazione culturale e di promozione sociale che opera nel campo della ricerca e della formazione. La sua ricerca "Scienze delle abilità umane" si distingue per il valore innovativo e umanitario, per i risultati conseguiti e i riconoscimenti. L'inedito approccio basato sullo sviluppo delle abilità personali ha dimostrato un'alta efficacia e ha contribuito al miglioramento in numerosi ambiti, sul piano individuale e sociale.

Ogni anno collabora con enti pubblici e privati, realizzando progetti rivolti ad adulti, giovani e bambini con l'obiettivo di dare strumenti innovativi ed efficaci per migliorare le relazioni ed elevare la qualità della vita.

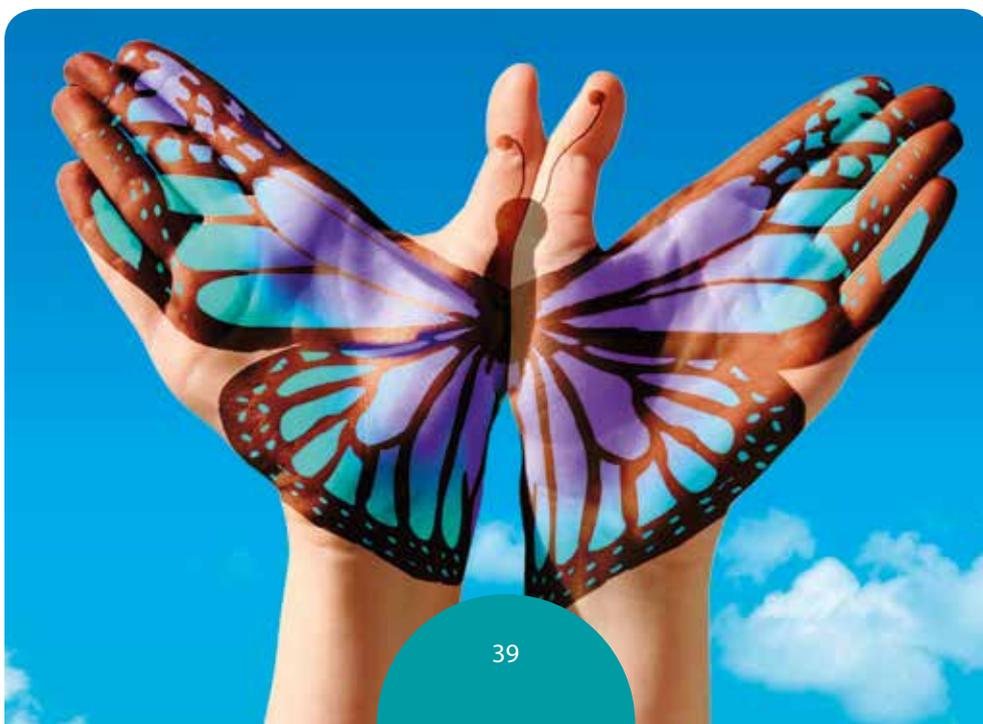
L'aspirazione, i valori e i progetti del Centro Studi Podresca quale Scuola di Alta Formazione sono indirizzati alla conoscenza e allo sviluppo delle abilità umane per una nuova maturità e completezza del singolo individuo, per l'armonia della famiglia, per la crescita nell'azienda e per la collaborazione nella società.

LA RICERCA

La ricerca applicata nei laboratori è stata ideata dal Centro Studi Podresca, è stata apprezzata in convegni europei quale buona prassi e vanta il primato dell'aver introdotto lo studio delle abilità di relazione a scuola con il progetto "Costruire Relazioni" realizzato con il contributo e il patrocinio della Regione Veneto.

Per il suo valore innovativo la ricerca è stata illustrata all'Expert Group Meeting a Bruxelles ed ha portato contributi alla "Dichiarazione della Società Civile in occasione del XX Anniversario dell'Anno Internazionale della Famiglia" che è stata presentata alla Commissione per lo Sviluppo Sociale delle Nazioni Unite (New York, 18 febbraio 2014).

La ricerca è presentata nei libri pubblicati dalla casa editrice Podresca Edizioni.



INNOVAZIONE NELLE ABILITÀ UMANE



Ricerca & Formazione

Borgo Podresca 1
33040 Prepotto UDINE
Tel. 0432 713035
Segreteria Tel e Fax: 0432.713319
E-mail: info@podresca.it
www.podresca.it