

FORMAZIONE ESPERIENZIALE di Arianna Refe e Anna Zanetti Apprendimento riflessivo per l'adulto

Premessa e modelli di riferimento:

La formazione degli adulti risulta più efficace se utilizza metodologie differenti dalla didattica classica che ricorre alla trasmissione di modelli, teorie e conoscenze che, se pur su base scientifica ed assolutamente necessarie, non sono sufficienti a far implementare buone pratiche.

I professionisti agiscono in base ad atti creativi, assumono decisioni e strutturano la propria esperienza senza essere pienamente consapevoli di quali conoscenze o procedure abbiano utilizzato.

La formazione dunque non insegna, ma fornisce una struttura coerente e più funzionale ad una serie di abilità già presenti.

Santoianini ripercorrendo i modelli teorici dell'apprendimento sostiene l'esistenza di una forma di apprendimento parallelo a quello dell'acquisizione intenzionale ed esplicita, caratterizzata da processi di elaborazione differenti che si esprimono nell'attivazione di particolari sistemi sensoriali e motori.¹

Il valore della formazione "teorica" risiede nel favorire l'apprendimento di concetti e di operatività semplici.

La formazione esperienziale favorisce la libertà decisionale, la gestione dei gruppi, l'attuazione di comportamenti complessi e indica il percorso per acquisire capacità di scambio, organizzazione e trasmissione di conoscenze ed informazioni e di interconnessione, da soli e insieme con altri, di fatti mentali ed esperienziali.

Quando l'esperienza porta ad un risultato inatteso, piacevole o meno, è possibile rispondere con una riflessione nel corso dell'azione.

La riflessività è il presupposto epistemologico che legittima un agire che si rinnova attraverso la conversazione continua tra persona ed esperienza², nella quale vengono attribuiti significati attribuiti da azioni o da aspetti dell'esperienza che sono risultati più significativi.

La formazione che lavora 'su' e 'attraverso' i processi di gruppo non tende solo all'accrescimento di competenze, ma a sviluppare capacità nei partecipanti di stare nel presente, nel sistema io-tu-mondo, per imparare a trasformare e ad essere continuamente trasformati dal contesto.

Il processo di formazione esperienziale mira ad una revisione, ad un'espansione, alla messa in discussione dei sistemi di riferimento di una determinata organizzazione.

Una parte dell'apprendimento passa direttamente attraverso il corpo.

Favorire l'integrazione tra emisfero destro sintetico, emotivo e creativo ed emisfero sinistro, analitico razionale e logico del cervello è lo scopo dichiarato di molti corsi di formazione.

Si possono trasmettere contenuti importanti, proponendo delle esperienze strutturate per far focalizzare l'attenzione su particolari aspetti del comportamento e per permettere di recuperare, valorizzare, mettere appunto abilità presenti e poco utilizzate all'interno del mondo professionale.

Modalità della formazione esperienziale:

Si offre ai partecipanti uno spazio divertente, non giudicante e separato dal mondo dell'organizzazione, che consente una maggiore consapevolezza dei propri atteggiamenti emotivi della propria realtà individuale.

Le attività proposte permettono di sperimentare e mettere alla prova ipotesi, comportamenti già presenti, ma non agiti per timore di provocare danni relazionali, e di sperimentarne altri.

¹ Santoianni F., "Premesse implicite alla metacognizione", in Striano M., Santoianni F., Modelli teorici e metodologici dell'apprendimento, Laterza, Roma-Bari 2003, pag. 129

² Melacarne C., "La formazione nei contesti della cura: un'esperienza di ricerca sulle epistemologie professionali degli infermieri, Pensa Multimedia, Lecce 2006, pag 27

La formazione esperienziale è basata su giochi, rappresentazioni, esercizi, simulazioni ed utilizza tutti gli strumenti e le metodologie che possono rivelarsi utili allo scopo.

Il formatore supporta l'aula a riconoscere segni, sintomi, comportamenti tipici di ogni fase in modo chiaro, efficace e rapido più di qualunque teorizzazione astratta.

Ci sarà qualche domanda dell'aula non totalmente risolta che spingerà a riflettere meglio e più a fondo sul tema, a patto che chi conduce il gioco non si senta in dovere di dare sempre una risposta preconfezionata per ogni cosa che possa accadere.

Gioco e movimento

Il gioco e il movimento rappresentano il territorio ideale per l'azione a basso rischio, per provare qualcosa di nuovo e vedere, ascoltare, sentire l'effetto che fa.

I giochi permettono di sperimentare l'effetto dei propri comportamenti in un ambito ben definito e dimostrano la validità di un modello comportamentale: se il modello funziona deve funzionare anche nel gioco.

È possibile progettare un gioco che evidenzii esattamente le dinamiche di cui vogliamo trattare.

Siamo cresciuti sapendo che il gioco rappresenta una realtà separata, che quello che avviene nel gioco è altro dalla vita reale. Sappiamo anche che il gioco è uno spazio di apprendimento, quindi possiamo prenderci dei rischi a cuore leggero e osservare cosa succede.

I processi formativi sono attivi ben al di là dello spazio in cui avvengono (aula).

È un'esperienza che permette di esprimere liberamente i propri vissuti emotivi, i propri atteggiamenti relazionali, le proprie motivazioni, gli obiettivi del proprio e altrui comportamento.

All'interno del gruppo si ha la possibilità di conoscersi, di accrescere la propria sensibilità, di essere più tolleranti verso i conflitti, le proprie ansie e frustrazioni. Ognuno impara dagli altri.

Far scaturire racconti dagli eventi, liberare narrazioni, creando lo spazio per un pensiero su tutto ciò che gli individui fanno, agiscono nella loro quotidianità e che mettono in scena attraverso il gioco fa parte dell'attività di formazione alla comunicazione.

Esercizi e tecniche Psicodrammatiche

Gli esercizi e le tecniche Psicodrammatiche a scopo formativo mettono l'accento sui compiti di ruolo, sulle strutture, e sui meccanismi sociali piuttosto che sull'interpretazione personale. Il sapere diventa un saper fare e la sua integrazione della personalità si traduce nel saper essere inteso come conoscenza di sé e del contesto, ovvero nella competenza. Competenza intesa come capacità di leggere, capire il contesto in cui ci si trova e collocarsi utilmente e realisticamente al suo interno.

L'applicazione delle tecniche di Derivazione psicodrammatica nei gruppi offrono un'immagine di quello che potrebbero essere le dinamiche relazionali, consentendo un'analisi dei rapporti e dei ruoli giocati quotidianamente nei propri ambiti.

Successivamente la messa in scena, il fare come se, il drammatizzare quelle emozioni che quotidianamente investono i rispettivi ruoli consente di sospendere l'agito a favore di una osservazione dell'agito stesso, permettendo la produzione di un pensiero su, ovvero l'elaborazione di un pensiero nuovo per un nuovo ordine delle cose, per la nuova organizzazione dei ruoli, per una diversa e più funzionale dinamica collusiva, per una nuova narrazione.

Dall'integrazione di forma e azione nasce un atto creativo capace di modificare ruoli e comunicazione, favorendo nuove possibilità di interazione tra le persone.

Le metodologie Psicodrammatiche per la loro grande attenzione alla realtà sociale ai processi di gruppo alle problematiche dell'apprendimento spontaneo e creativo sono una fonte inesauribile di idee e tecniche per quanti si occupano di comunicazione.

Le tecniche Psicodrammatiche attivano processi che partendo dal corpo del gruppo come corpo vivo ne esplorano le dinamiche, le relazioni e ruoli, consentendo l'individuazione e riconoscimento dei fenomeni gruppali a partire dalle esperienze vissute.

Gli esercizi psicodrammatici diventano un prezioso punto di partenza per un attento approfondimento delle relazioni e comunicazioni tra individui.

Le emozioni e le valutazioni si esprimono più liberamente, si scopre una propria propensione a riflettere su qui ed ora, ponendosi domande che ancorano la consapevolezza di tutte le voci della narrazione e della loro presenza nella relazione.

Il gioco si avvale di una particolare struttura narrativa che è quella della metafora. L'impiego della metafora si fonda sull'ipotesi che una persona a livello conscio recepisce la metafora in senso letterale, mentre a livello inconscio ne percepisce il significato simbolico.

Durante la narrazione di un evento, molto spesso si fa ricorso ad espressioni metaforiche e il gioco è una metafora della realtà quotidiana, è lo spazio dove sperimentare ruoli, comportamenti, emozioni in un ambiente protetto, che è in grado di trasformarla in una quotidianità più ricca e variegata grazie a quanto appreso attraverso l'esperienza.

Alcuni esercizi cominciano con un primo momento in cui ognuno trova una collocazione nello spazio a disposizione, si rilassa, e poi liberamente guida il proprio immaginario.

Ci possono essere giochi più strutturati che entrano subito nel vivo dell'azione come il role play Inghes o giochi di ruolo.

Tematiche trattate:

La formazione esperienziale si presta ad essere utilizzata per affrontare molteplici tematiche quali ad esempio la comunicazione, le relazioni interpersonali, la relazione d'aiuto, il supporto agli altri, il gruppo e il team, la gestione dei conflitti, gli aspetti comportamentali, relazionali, organizzativi e motivazionali, la conoscenza di sé, il contatto con l'altro, l'ascolto attivo, la gestione dell'utenza, la fiducia, decision making, problem solving, etc.