



A cura di:  
Dott. G. Gualdi  
Dott.ssa F. Sacchi  
Dott.ssa M. Marcarini  
Prof.ssa M.A. Zanetti

# LABORATORI DI DIDATTICA ORIENTATIVA

UNIVERSITA' DEGLI STUDI DI PAVIA  
Dipartimento di Brain and Behavioral  
Sciences



## GUIDA AI LABORATORI

Per la costruzione del progetto si è deciso di creare una serie di laboratori di orientamento, costruiti ad hoc, e pensati per promuovere negli studenti strategie di *empowerment* (potere insito nella persona legato alla possibilità di essere e di fare, di scegliere, di usare meglio le proprie risorse, di interagire al meglio con l'ambiente circostante), mirando al rafforzamento di competenze trasversali, al miglioramento delle strategie e del metodo di studio, stimolando *un locus of control* (capacità di attribuire a sé o agli altri la causa degli effetti degli eventi che si verificano) interno e adeguati stili attribuzionali.

Si è deciso che l'insegnante sia il conduttore dei laboratori per tailorizzare ("cucire addosso") il percorso migliore alla classe e ai suoi componenti, tramite "l'energia" scaturita dai docenti "vitamina emotiva". Inoltre i programmi di intervento che coinvolgono in maniera diretta il docente, sono anche quelli ritenuti più efficaci e con gli outcome migliori.

Per agevolare il lavoro si è pensato di strutturare una serie di Laboratori, pensati su tre aree principali: Consapevolezza di sé, Conoscenza delle professioni e Conoscenza delle scuole. A ogni Laboratorio è stato fornito un codice per facilitarne il riconoscimento. Ogni laboratorio ha una struttura pre-costruita, al fine di strutturare attività ripetibili nel tempo e utilizzabili da differenti insegnanti per permettere ad essi di assumere il compito di facilitatori di un percorso di auto-indagine delle risorse personali.

Il materiale presentato nelle schede dei laboratori è fotocopiabile e distribuibile in classe ai ragazzi, per facilitare la strutturazione del Laboratorio e il suo svolgimento, lasciando all'insegnante la regia, ma con i ragazzi attori consapevoli e attivi partecipanti all'attività.

Ogni laboratorio è pensato con una struttura a fasi:

- Presentazione dell'attività.
- Svolgimento dell'attività, in singolo, medio o grande gruppo.

- Conclusione dell'attività e compilazione (a carico dell'insegnante) della scheda di valutazione (vedi immagine sottostante e file allegato alla guida) da inviare al referente del progetto di orientamento.

**Scheda di valutazione**  
**Laboratorio di Orientamento**



Nome e codice del Laboratorio (riportato sul manuale) .....

Materia insegnata dal docente .....

Orario attività - dalle ..... alle .....

Numero studenti partecipanti .....

Perché si è scelto questo laboratorio?  
.....  
.....  
.....  
.....

Quanto si è rivelata utile l'attività proposta? (segnare una casella da 0 a 10)

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Interesse mostrato dai ragazzi (segnare una casella da 0 a 10)

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Livello di partecipazione (segnare una casella da 0 a 10)

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Aspetti positivi del Laboratorio proposto  
.....  
.....  
.....

Criticità emerse  
.....  
.....  
.....

Suggerimenti

È importante non rivelare all'inizio dell'attività l'obiettivo, ma chiedere ai ragazzi di individuarlo successivamente, in modo da attivare le loro capacità di ragionamento e riflessione. Le conclusioni finali, successive al confronto, saranno poi gestite dall'insegnante.

## TRE AREE DI INTERVENTO

### 1) Consapevolezza di sé (codice A)

L'obiettivo che si pongono i laboratori, inseriti in quest'area di intervento, è quello di aumentare la consapevolezza dei ragazzi rispetto alla conoscenza di sé, per permettere loro di valutare in modo equo e corretto le loro azioni focalizzandosi su argomenti quali metodo di studio, fattori di resilienza, interessi e futuro.

Stimolare la riflessione sui propri punti di forza, di debolezza e sviluppare il senso critico dei ragazzi permette inoltre di evitare il fenomeno di sottostima di sé (con il rischio di non osservare le proprie potenzialità) o, al contrario, sovrastima di sé (in cui il rischio è di non riconoscere i propri limiti).

I laboratori inseriti in quest'area sono:

- **A1** - 1, 10, 100 SOLUZIONI
- **A2** - L'ALBERO DELLE EMOZIONI
- **A3** - A MIA DISPOSIZIONE...
- **A4** - SONO COSÌ... O ANCHE ALTRO?
- **A5** - ORA E NEL FUTURO
- **A6** - STUDIO O SONO DESTO?
- **A7** - UNIRE SEMPLIFICA

### 2) Conoscenza delle professioni (codice B)

Gli obiettivi che si pongono i laboratori, inseriti in quest'area di intervento sono, da un lato far conoscere ai ragazzi le differenti professioni e il percorso scolastico «consigliato» per un loro più facile raggiungimento, dall'altro mettere chiarezza tra le idee e i pregiudizi che a volte si hanno rispetto alle professioni e che quindi possono modificarne la percezione.

La scelta della scuola, infatti contiene delle anticipazioni sul proprio futuro professionale ed è per questo motivo che risulta essenziale sostenere la prefigurazione del futuro professionale dei ragazzi attraverso un percorso volto a conoscere la molteplicità del mercato del lavoro

Molto spesso, infatti, i ragazzi restano focalizzati sulle professioni che conoscono perché più vicine a loro, mentre è bene allargare le possibilità, conoscere e se possibile sperimentarsi anche in ciò in cui si crede “di non essere portati” per sviluppare una propria consapevolezza professionale.

I laboratori inseriti in quest’area sono:

- **B1 – IL TRIBUNALE DELLE PROFESSIONI**
- **B2 – LAVORI DIFFERENTI**

### **3) Conoscenza delle scuole (codice C)**

Una recente ricerca dell'Istituto Nazionale per la Valutazione del Sistema di Istruzione (INVALSI)<sup>1</sup> mostra come su 7732 studenti del primo anno di scuola media superiore, circa un quarto (25%) riferisce uno stato di disagio collegato all'impatto con l'ingresso nella scuola superiore, soprattutto perché le richieste di competenze l'impegno nello studio risultano discrepanti con le aspettative. Per questa ragione i laboratori, inseriti in quest’area di intervento, si pongono come obiettivo quello di preparare i ragazzi agli incontri di presentazione delle scuole, in modo da non essere «ingannati» dall'immagine, ma riuscire ad andare in profondità rispetto alle domande e alle informazioni da richiedere tenendo bene presente che il criterio di riferimento per effettuare una scelta deve tenere conto delle capacità e delle risorse del singolo, dei progetti ed aspirazioni della persona, ma anche delle esigenze del mercato del lavoro e delle organizzazioni presenti nel territorio.

---

<sup>1</sup> In P.R Ferrai, M. Vassallo, M.A Zanetti, Percorsi verso il successo, dispositivo 3.C.2 progetto n°382458 anno 2006/2007

I laboratori inseriti in quest'area sono:

- **C1** -LA MAPPA DELLE SCUOLE
- **C2** - SCUOLE DIFFERENTI, COMPETENZE DIFFERENTI

## A1 – 1, 10, 100 SOLUZIONI

### Area

Strategie di coping, gestione dello stress e competenza emotiva.

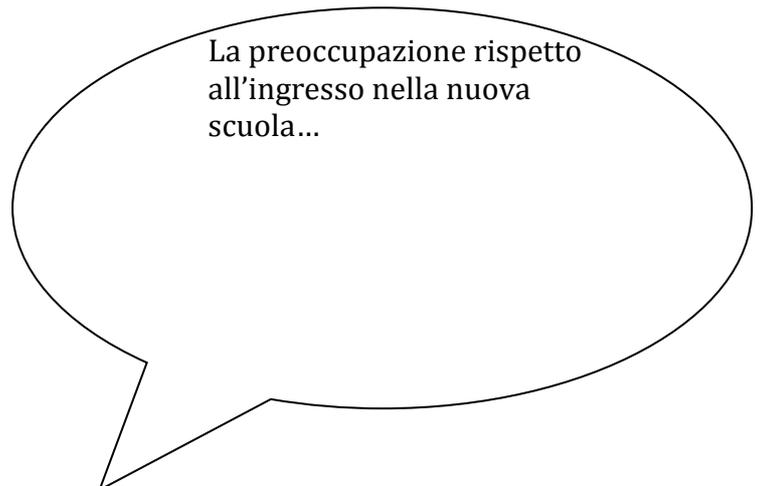
### Materiali

Scheda laboratorio per ogni studente, penna per ogni studente, cartellone.

### Attività

1. Ad ogni ragazzo si consegna la scheda del laboratorio (pagina successiva) e si chiede loro di segnare la preoccupazione relativa all'ingresso alla scuola secondaria di secondo grado, senza fornire eventuali soluzioni (es. *"Ho paura di quello che potrebbero farmi i ragazzi di quinta", "Ho paura dei brutti voti"*)
2. Ogni ragazzo individualmente compila la scheda del laboratorio, che segue il processo *matematico/scientifico* di risoluzione dei problemi (Analisi del problema e individuazione dei dati, ipotesi di soluzione del problema, pro e contro di ogni ipotesi, verifica di quella ritenuta più idonea), associato a situazioni di natura maggiormente socio-emotiva.
3. Conclusa la compilazione della scheda del laboratorio, chiedere ai ragazzi di esporre il contenuto scritto al resto della classe.
4. Si prende un cartellone e si creano due colonne: la prima destinata alle problematiche emerse da tutti gli studenti, la seconda per segnare le soluzioni.
5. Discussione in classe circa l'obiettivo dell'attività: ragionare a priori sulle problematicità, aiuta ad affrontarle con maggior sicurezza e consapevolezza successivamente, dando loro un giusto peso.

Nome \_\_\_\_\_  
 Cognome \_\_\_\_\_  
 Data \_\_\_ / \_\_\_ / \_\_\_  
 Classe \_\_\_\_\_



Segna tutte le situazioni che ti vengono in mente in cui potrebbe intervenire la tua preoccupazione:

\_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

Riporta almeno tre soluzioni al problema, pensando alle situazioni che hai scritto precedentemente:

1. \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

Per ognuna delle tre possibili soluzioni che hai segnato, scrivi gli aspetti positivi e quelli negativi, inserendoli nella tabella sottostante:

	Esiti positivi	Esiti negativi
Soluzione 1	_____ _____	_____ _____
Soluzione 2	_____ _____	_____ _____
Soluzione 3	_____ _____	_____ _____

In base alle tue riflessioni quale soluzione ritieni la più idonea? Perché?

\_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

## A2 - L'ALBERO DELLE EMOZIONI

### Area

Strategie di coping, gestione dello stress e competenza emotiva.

### Materiali

Penna/pennarelli colorati per ogni studente, cartellone,

### Attività:

1. Ad ogni ragazzo si consegnano due fogli bianchi. Chiedere agli studenti di disegnare i bordi di una foglia su ciascun foglio.
2. Chiedere agli studenti di pensare e poi scrivere una paura rispetto alla scuola scuola secondaria di secondo grado e un'aspettativa positiva. Le idee vengono scritte all'interno dello spazio a forma di foglia.
3. Mettere un pezzo di scotch dietro ogni foglia, che sarà prima ritagliata.
4. Dividere un cartellone in due parti e disegnare due tronchi di albero.
5. Attaccare sul primo tronco le foglie con scritte le paure e sul secondo le foglie con le scritte circa le aspettative positive. Collocare le foglie in modo da creare una chioma.
6. Riflettere in gruppo sulle strategie che possono aiutare a risolvere le preoccupazioni e sui possibili esiti negativi rispetto alle aspettative per loro positive.
7. In conclusione chiedere agli studenti di rileggere tutte le scritte delle foglie, chiedendo ai ragazzi se alcune paure non sono più tali. In questo caso si staccano le foglie dalla chioma mettendola sulla base del tronco a terra: la foglia è caduta quindi la preoccupazione non è più così forte. Lo stesso si svolge con le aspettative.



## A3 – A MIA DISPOSIZIONE...

### Area

Consapevolezza di sé, promozione della resilienza.

### Materiali

Penna e un foglio. Eventualmente giornali e riviste.

### Attività:

1. Chiedere di dividere il foglio in quattro quadrati.
2. Proporre ai ragazzi di scrivere/disegnare/incollare immagini prese da giornali che rappresentino i seguenti aspetti di loro stessi:
  - I miei pregi
  - I miei difetti
  - Le mie risorse
  - Le mie risorse potenziali: che ho o che potrei avere con un po' di impegno

I miei pregi	I miei difetti
Le mie risorse	Le mie risorse potenziali: che ho o che potrei avere con un po' di impegno

3. Proporre ai ragazzi una riflessione rispetto a come le risorse e i pregi che hanno possono controbilanciare i difetti.
4. I ragazzi possono anche scambiarsi idee tra di loro “cedendo” proprie risorse personali a supporto del difetto di un altro compagno.

## **A4 – SONO COSÌ... O ANCHE ALTRO?**

### **Area**

Consapevolezza di sé, promozione della pro-socialità, empatia.

### **Materiali**

Penna e un foglio.

### **Attività:**

1. Chiedere agli studenti di scrivere le proprie qualità positive su un foglio.
2. Chiedere a ogni ragazzo di segnare su tutti i fogli dei compagni una qualità positiva (tutti devono farlo e solo in positivo). È possibile che la qualità si ripeta tra più persone.
3. A ogni ragazzo si lascia un tempo di osservazione delle qualità che ha ricevuto, prima di valutarle da 1 a 10, rispetto a quanto quella qualità gli appartiene.
4. Chiedere di indicare una qualità segnata dai compagni che non credevano di avere o che li ha particolarmente colpiti.
5. Proporre una discussione rispetto al valore positivo che ha il confronto con gli altri, in quanto promuove la riflessione su se stessi e di riconoscere qualità positive che non sempre si vedono in sé

P.S. è consigliata la partecipazione dell'insegnante, non solo come conduttore dell'attività, ma come parte attiva del Laboratorio. Dovrà quindi scrivere le qualità di ogni studente e ricevere quelle che verranno a lui/lei proposte dagli alunni.

## A5 - ORA E NEL FUTURO

### Area

Consapevolezza di sé, immaginazione, progettualità a lungo termine, metariflessione.

### Materiali

Penna/pennarelli e un foglio.

### Attività:

1. Chiedere agli studenti di prendere un foglio e dividerlo in 3 parti.
2. Chiedere ai ragazzi di scrivere/disegnare/elencare nelle tre colonne:
  - a. *Come ti vedi ... oggi*
  - b. *Come ti vedi ... tra 5 anni* (es. alla fine delle superiori promosso, bocciato, con un lavoro o senza ecc.)
  - c. *Come ti vedi ... tra 10 anni* (es. alla fine dell'Università o al lavoro, con figli o senza ecc.)
3. Chiedere ai ragazzi di presentare il lavoro ai compagni
4. Proporre ai ragazzi la seguente domanda: *“Cosa puoi iniziare a fare già da ora per aiutarti a diventare ciò che immagini?”*, chiedendo loro di scrivere le risposte sul retro del foglio.
5. Discussione rispetto a come l'idea di un percorso di vita aiuta a comprendere meglio la scuola che lo promuove, in quanto ogni scuola fornisce competenze e conoscenze che aiutano a raggiungere la professione “dei sogni”.

## A6 – STUDIO O SON DESTO?

### Area

Metodo di studio.

### Materiali

Penna, un foglio, libri di testo.

### Attività:

1. Chiedere alla classe: *“Quali metodi di studio conoscete?”*
2. Scrivere alla lavagna le differenti tipologie di metodo di studio che i ragazzi riportano e/o aggiungere delle possibilità
3. Dividere i ragazzi in piccoli gruppi (3/4 per gruppo)
4. Chiedere ai ragazzi di prendere due loro libri di materie differenti (es. scienze e storia; italiano e matematica); chiedere di aprire a caso una pagina e di confrontarsi, all'interno del gruppo, su quale sia il metodo di studio maggiormente efficace per studiare il brano letto
5. Chiedere di indicare i vantaggi e gli svantaggi di ogni metodo, scrivendoli su due fogli
6. Chiedere ad ogni gruppo di presentare il lavoro alla classe
7. Discussione rispetto all'importanza di trovare un metodo di studio proprio, differenziato per le singole materie e di comprendere quali metodi potrebbero essere più adatti allo studio di ogni materia, in relazione alle proprie caratteristiche e attitudini.

## **A7 – UNIRE SEMPLIFICA**

### **Area**

Metodo di studio, capacità di organizzazione, ragionamento.

### **Materiali**

Penna e un foglio. Eventualmente giornali/riviste

### **Attività:**

- Proporre più argomenti differenti alla classe (tratti da argomenti scolastici, fatti di cronaca, attualità o argomenti presi diversamente da vari ambiti).
- Da soli o in piccoli gruppi i ragazzi devono selezionare gli argomenti proposti dall'insegnante di loro maggior interesse.
- Chiedere al gruppo di trovare dei collegamenti che possano unire tra loro le informazioni selezionate, che possono essere più o meno differenti.
- Creare una mappa concettuale, un diagramma o una rappresentazione che possa rappresentare il pensiero del gruppo e che unisca i vari argomenti tra loro.
- Chiedere ai singoli/piccoli gruppi di unirsi in piccoli/medi gruppi e cercare di unire gli argomenti che hanno selezionato (alcuni in comune, altri no) in modo da connetterli tutti tra loro.
- Riflettere sull'idea che unire argomenti differenti tra loro aiuta a ragionare sulle differenze e le uguaglianze che spesso sussistono, oltre a fornire un metodo per connettere argomenti che sentiamo lontani (es. storia antica) alle notizie di oggi.

## **B1 - IL TRIBUNALE DELLE PROFESSIONI**

### **Area**

Consapevolezza di sé, conoscenza delle professioni, progettualità futura.

### **Materiali**

Penna e un foglio.

### **Attività:**

- Ogni ragazzo deve scegliere il lavoro di suo interesse. Se più studenti scelgono lo stesso rimangono vicini. Si sceglie un ragazzo/gruppo che con il suo lavoro rappresenta la “difesa della professione scelta”.
- Gli altri ragazzi della classe sono “l'accusa” e devono comprendere quanto lo studente/piccolo gruppo conosce quel lavoro, ponendo delle domande relative alla professione scelta
- Da ripetere per ogni professione, pensando di utilizzare circa dieci minuti per ogni professione.
- Si riporta in conclusione l'importanza di saper argomentare le proprie conoscenze e nel caso approfondirle per meglio comprendere cosa implica un certo lavoro.

## B2 – LAVORI DIFFERENTI

### Area:

Conoscenza delle scuole, capacità critiche di giudizio, professionalità

### Materiali

**Una penna e un foglio**

### Attività:

1. Chiedere ai ragazzi di individuare una professione di loro interesse e di compilare la prima colonna di una tabella (simile a quella sotto indicata) secondo quelle che sono le loro idee
2. Chiedere di dividersi a coppie e intervistarsi a vicenda rispetto all'idea che un altro studente ha del lavoro selezionata. Riportare le risposte nella seconda colonna
3. Chiedere ai ragazzi di proporre le stesse domande a una persona adulta che sta facendo realmente quel lavoro e di inserire le risposte nella terza colonna
4. Proporre una riflessione su come, punti di vista differenti, danno idee più o meno simili di una certa professione e comprendere se gli alunni aveva realmente consapevolezza della professione scelta.

	<b>Professione scelta dal ragazzo</b>	<b>Professione intervistando un compagno di classe</b>	<b>Professione intervistando una persona che svolge quel lavoro</b>
Tipologia lavoro			
Titolo di studio richiesto			
Mansioni principali			
Strumenti utilizzati			
Ambiente di lavoro			
Orario di lavoro			
Abilità e conoscenze richieste			

Caratteristiche lavoro			
Motivi di soddisfazione			
Motivi di insoddisfazione			
Figure con cui si entra in contatto			

P.S. è possibile aggiungere alla tabella sopra ulteriori aree, magari scelte dagli studenti stessi, che possono meglio aiutare gli alunni a comprendere una certa professione.

## **C1 –LA MAPPA DELLE SCUOLE**

### **Area**

**Conoscenza del territorio, progettualità, consapevolezza del percorso futuro**

### **Materiali**

**Cartina del territorio, penne, post-it.**

### **Attività:**

1. Chiedere ai ragazzi di informarsi (anche tramite internet) circa le scuole offerte dal territorio circostante.
2. Chiedere di segnare sulla cartina indicandole con dei pallini rossi.
3. A ogni pallino associare un post-it (magari di colore differente), che rappresenti la categoria della scuola (Liceo, Tecnico, Professionale o CFP).
4. Per ogni scuola chiedere ai ragazzi di dare un punteggio da 1 a 5 stelle, rispetto a una serie di aree che per loro sono importanti (es. distanza, grandezza, bellezza della struttura, ecc.).
5. Dare un voto medio finale a ogni scuola, in base alla media dei voti della classe.
6. Proporre di appendere questa mappa in classe e riflettere su come alcuni aspetti indagati (es. interesse verso la scuola), siano maggiormente importanti rispetto ad altri (es. distanza).

## C2 - SCUOLE DIFFERENTI, COMPETENZE DIFFERENTI

### Area

Conoscenza delle scuole, cambiamenti, gestione dello stress

### Materiali

Penna e foglio

### Attività:

1. Chiedere agli alunni di creare su un foglio una tabella simile a quella sotto presentata.
2. I ragazzi possono, in un primo momento, compilare le prime due colonne, indicando rispetto alle aree indagate le risposte relative alla scuola secondaria di primo grado che stanno frequentando e relative alla scuola futura per come se la immaginano.
3. In un secondo momento i ragazzi possono chiedere le stesse cose agli studenti che hanno realmente frequentato la scuola secondaria di secondo grado di loro interesse. Possono riportare le risposte nella terza colonna.
4. Proporre un confronto per singola riga, in modo da vedere due aspetti: il cambiamento di scuola e le possibili differenze tra un'idea che ci si è costruita e la situazione attuale raccontata da un alunno che la sta vivendo.

	Scuola attuale	Propria idea rispetto scuola futura	Idea raccolta da intervista a studenti aventi già frequentato quella scuola
Durata lezioni giornaliere			
Numero materie			

Numero insegnanti			
Caratteristiche dei libri di testo			
Modalità di lavoro in classe (soli, in gruppo, ecc.)			
Rapporto con insegnanti			
Rapporto con compagni			
Tempo a casa dei compiti			

## Scheda di valutazione

### Laboratorio di Orientamento



Nome e codice del Laboratorio (riportato nella guida ai laboratori)

.....

Materia insegnata dal docente .....

Orario attività - dalle ..... alle .....

Numero studenti partecipanti .....

Perché si è scelto questo laboratorio?

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

Quanto si è rivelata utile l'attività proposta? (segnare una casella da 0 a 10)

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Interesse mostrato dai ragazzi (segnare una casella da 0 a 10)

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Livello di partecipazione (segnare una casella da 0 a 10)

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Eventuali cambiamenti apportati

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

Aspetti positivi del Laboratorio proposto

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

**Criticità emerse**

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

**Suggerimenti**

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

**Grazie per la collaborazione**

**Vi chiediamo la cortesia di inviare la scheda all'indirizzo mail  
gianluca.gualdi01@universitadipavia.it**