

PROGETTO PER LE SCUOLE: Unità psicofisica e padronanza di sé



PREMESSA

Il Metodo Vittoz è un metodo psico-pedagogico il cui fine è l'educazione all'utilizzo ottimale delle funzioni psichiche con particolare attenzione allo sviluppo, coordinazione e integrazione delle sue capacità ricettive (percezione cosciente) ed emissive (concentrazione e libera volontà).

Proponiamo il Metodo Vittoz nell'intento di promuovere i contenuti della legge 176/91 e diffondere nuove metodologie psico-pedagogiche atte alla tutela dei diritti fondamentali dell'infanzia quali l'istruzione e il benessere psicofisico.

FINALITÀ

Offrire all'educatore e di riflesso all'allievo un percorso pratico di integrazione progressiva dell'unità mente-corpo al fine di sviluppare una maggior consapevolezza e padronanza di sé.

In età sempre più precoce i giovani mostrano i segni dei condizionamenti negativi cui sono sottoposti oggi: l'omologazione, la competizione, l'eccessiva lateralizzazione dell'apprendimento, le carenze educative ed affettive, l'emulazione di falsi valori, contrapposti alle iperstimolazioni più svariate. Automatismi comportamentali quali l'iperattività, l'aggressività, l'indifferenza o il "vagabondaggio cerebrale" non sono che le naturali conseguenze.

Di fronte all'apatia, alla denigrazione sistematica, al rifiuto della comunicazione di alcuni allievi, molti insegnanti si sentono destabilizzati e impotenti. Non riuscendo a rinnovare il dialogo rischiano di reagire, secondo la loro personalità, con atteggiamenti rigidi o lassisti, spesso inadatti.

"Rimettersi in gioco" diviene d'importanza capitale.

Il Metodo Vittoz si fa mediatore nella riduzione del danno psicofisico degli insegnanti (burn-out) e degli allievi e strumento di prevenzione per quei malesseri che col tempo tendono a cronicizzarsi o a peggiorare.

OBIETTIVI

Esperienze pratiche di percezione cosciente:

- . Favorire lo sviluppo della consapevolezza corporea
- . Favorire il risveglio dell'intelligenza istintiva mediata dalla percezione sensoriale
- . Educare alla percezione e verbalizzazione dello stato psichico
- . Educare alla distensione psico-motoria
- . Liberare dagli automatismi le azioni più abituali
- . Rieducare l'espressione creativa

Esperienze pratiche di Concentrazione e Volontà

- . Favorire il potenziamento della concentrazione e della memoria
- . Esercitare più efficacemente il pensiero e la capacità di scelta
- . Sviluppare un equilibrio dinamico tra corpo-emozione-mente
- . Educare la capacità di gestire gli stati emotivi
- . Educare alla Volontà, alla capacità di perseguire uno scopo con unità, autonomia e responsabilità
- . Promuovere un'attitudine di autostima, forza ed elasticità
- . Educare all'utilizzo del pensiero e dell'immaginazione