



# Educatori Consapevoli

MAPPE E STRUMENTI PER LA CURA DI SÉ

*“Educare non significa riempire  
le menti con qualcosa ad esse estraneo,  
ma si traduce nell’attivare quel fuoco  
interiore presente in ognuno”*

*Roberto Assagioli*



**VERSO**  
FONDAZIONE



Educatori Consapevoli (ECo) è una proposta formativa controcorrente: niente didattica innovativa, niente performance, niente ricette miracolistiche. Piuttosto un percorso per riflettere sul proprio ruolo di educatori, per trovare più consapevolezza delle proprie emozioni, delle proprie paure, dei propri bisogni.

**Perché chi, come gli insegnanti, si prende cura degli altri, deve imparare a prendersi cura di sé.**

## LA PROPOSTA FORMATIVA

Troviamo in circolazione infiniti corsi relativi alla didattica, allo scopo di performare meglio; quasi mai si concentrano sulla persona in carne e ossa che ogni mattina porta sul posto di lavoro motivazioni, paure, aspirazioni, aspettative, desideri, valori.

Gli educatori e le educatrici (insegnanti, docenti, formatori, educatori professionali) sono professionisti della relazione di cura, intesa come coltivazione dell'altro o dell'altra a cui si forniscono strumenti e condizioni per lo sviluppo personale. Raramente però si offrono agli educatori tempo e spazi per ascoltarsi, per acquisire strumenti per la cura di sé intesa non come terapia ma come processo di fioritura delle proprie risorse nel contesto effettivo in cui si trovano a lavorare.

Questo percorso si propone di fornire agli educatori e alle educatrici strumenti e mappe psicologiche per favorire *la cura di sé nel ruolo professionale*, di cui la consapevolezza è condizione necessaria.

Per consapevolezza si intende la capacità essenziale della mente di osservare se stessa in azione senza giudizio, accorgendosi di stati fisici, emozioni, pensieri e risposte comportamentali.



In un tempo complesso, caratterizzato dall'accelerazione e dalla quotidiana trasformazione dei contesti culturali, riteniamo necessario incentivare l'autoregolazione emotiva e cognitiva fondata sulla consapevolezza come preconditione per abitare meglio le situazioni difficili, radicarsi, orientarsi verso gli obiettivi a cui teniamo, accedere a risorse individuali spesso sconosciute.

Il percorso si articola in 20 ore complessive.

**ONLINE:** 10 incontri di 2 ore ciascuno.

**IBRIDA:** con incontri online e in presenza da concordare.

La metodologia della formazione è esperienziale e partecipata. Si svolge in piccoli gruppi e comprende esercizi di Psicosintesi, di scrittura creativa, pratiche di Mindfulness, esercizi di Training Teatrale e di Consapevolezza Corporea.

È possibile, per scuole o per gruppi di educatori, organizzare un incontro online di presentazione per una descrizione più dettagliata e per rispondere a ogni eventuale domanda.

## CHI SIAMO

Fondazione VERSO promuove progetti educativi e formativi in Italia e all'estero che guardano alla crescita e allo sviluppo della persona nella sua totalità. Tutte le nostre attività si riconoscono nelle finalità descritte dal punto 4 dell'Agenda ONU 2030 relativo all'istruzione di qualità.

Come attività legata alla mission di Fondazione Verso, alle scuole di ogni ordine e grado il percorso è offerto gratuitamente fino ad esaurimento del budget dedicato.

## OBIETTIVI

Educatori consapevoli è un percorso centrato sulla persona dei professionisti dell'educazione. Non ci occuperemo di strumenti didattici ma di allenare la consapevolezza individuale. Per raggiungere tali obiettivi cercheremo di:

- Individuare le caratteristiche effettive del nostro contesto professionale e le aspettative di chi lo abita insieme a noi (colleghi, dirigenti, alunni, genitori etc.);
- Riconnettersi con la nostra storia personale prima di studenti e poi di educatori, per individuare modelli introiettati ed elementi psichici che ci influenzano, spesso inconsapevolmente;
- Riconoscere quando agiamo mossi da un "pilota automatico" poco efficace e ricalibrare così le nostre azioni;
- Esplorare la nostra molteplicità psichica, le qualità e limiti associati alle varie parti di noi. Sviluppare un osservatore interiore capace di notare senza giudicare;
- Esplorare le aree critiche del ruolo di educatore quali competenze, giudizio, potere, affettività;
- Evidenziare risorse, aree di miglioramento, distorsioni e idealizzazioni;
- Sviluppare un piano di lavoro personale, utilizzando i nostri valori profondi come bussola orientata e come ancora che mantiene saldi nelle difficoltà;
- Collocare la nostra azione nel contesto sociale, considerando tre dimensioni compresenti: conoscenza di sé, degli altri in relazione, del mondo.

## ATTIVITÀ E METODI

Il processo di formazione si compone di elementi esperienziali, teorici, dialogici e di co-creazione. Non offriamo una formazione puramente concettuale ma un percorso dove si esplorano attivamente i temi trattati attraverso l'esperienza pratica. Utilizzeremo esercizi e tecniche di auto-esplorazione creativa e riflessiva, centratura, rilassamento corporeo. Condivideremo mappe psicologiche e strumenti utili per interpretare i propri vissuti.

Lavoreremo in gruppo perché il gruppo è un catalizzatore di processi: attraverso lo scambio, la condivisione di esperienze, la riflessione comune è possibile ricevere intuizioni e innescare piccoli cambiamenti che da soli richiederebbero molto più tempo. Inoltre, esplorare insieme questi temi aiuta a mitigare il senso di solitudine che talvolta un educatore prova.

Ribadiamo che non si tratta di uno spazio terapeutico, né approfondiremo, durante gli incontri, temi sensibili ed esperienze di singole persone. Ai partecipanti non sarà mai richiesto di condividere ciò che non desiderano: vale sempre il principio di poter sempre liberamente dire, non dire o omettere.





## QUADRO TEORICO DI RIFERIMENTO

Il percorso è ispirato ai modelli della Psicologia Umanistica, delle Neuroscienze, della Mindfulness e della Consapevolezza Corporea, con un focus particolare sulla Psicosintesi di Roberto Assagioli.

La Psicosintesi è una teoria psicologica e una visione dell'essere umano basata su una considerazione integrale e dinamica dei vari aspetti della psiche. Si applica nei campi dell'autoformazione, dell'educazione, della terapia. Ha un approccio inclusivo e pragmatico: integra varie tecniche efficaci nel generare salute e valorizza l'esperienza personale come laboratorio di trasformazione.

Prende avvio dall'opera dello psichiatra Roberto Assagioli, che in Toscana ha trascorso lunghi periodi di studio e di insegnamento con allievi di tutto il mondo. Assagioli fu il primo medico italiano ad interessarsi attivamente di Psicoanalisi; allievo di Freud e amico di C.G. Jung, con il quale sviluppa un'amicizia personale, sviluppa ben presto un percorso autonomo.

Per riferimenti più dettagliati è possibile far riferimento al libro *Psicosintesi per educatori* (ETS edizioni) dello psicoterapeuta Andrea Bocconi, che ha fornito ispirazione per questo corso.



# ***Contattaci***

Tel: 055 2342662 - 351 2485611

[info@educareverso.org](mailto:info@educareverso.org)

[fondazioneverso.org](http://fondazioneverso.org)

Costa S. Giorgio 8, 50125 – Firenze (FI)