

Le Scuole della Felicità

Ideazione e Coordinamento Scientifico: prof. Mariano Laudisi

Il progetto

Il progetto “*Le scuole della felicità*” nasce, nel 2018 presso l’IC Virgilio Salandra in Troia (Fg), in cui insegna il prof. Mariano Laudisi, dall’esigenza di escogitare un modo nuovo di lavorare per abitare insieme questo nostro tempo di fragilità e solitudine prendendosi cura degli altri e di sé stessi.

Tenendo presente l’articolato e complesso panorama della ricerca, l’attività educativa oggi deve, come sempre, promuovere quell’atteggiamento strategico, basato su conoscenze e controllo metacognitivo, ma soprattutto favorire un corretto atteggiamento emotivo-motivazionale e relazionale che costituisca il presupposto di ogni tipo di apprendimento, di ogni percorso di crescita personale globale che includa, innanzitutto, una profonda conoscenza di sé e delle proprie emozioni.

Parliamo, perciò, di felicità riferendoci non alla dimensione *edonica*, alla soddisfazione immediata di un piacere istantaneo e inconsistente, ma alla dimensione *eudemonica* di aristotelica memoria. È uno stile di vita, sono le scelte e quindi i comportamenti intenzionali che mettiamo in atto per realizzare un percorso di cambiamento e di crescita personale investendo sulle competenze emotive: la felicità è una competenza che si può costruire insieme.

Si tratta di far acquisire ai ragazzi competenze non cognitive attraverso indicazioni e attività didattiche in cui vengono integrate le prospettive della Psicologia Positiva e della Programmazione neurolinguistica (PNL) che danno solide fondamenta teoriche al progetto al fine di raggiungere la felicità, un equilibrato sviluppo personale.

In sostanza è rilevante predisporre attività educative mirate allo sviluppo delle *life skills* che secondo la definizione che ne ha dato nel 1994 l’OMS sono “competenze che portano a comportamenti positivi e di adattamento che rendono l’individuo capace di far fronte efficacemente alle richieste e alle sfide di tutti i giorni”.

Questa innovazione pedagogico-didattica è l’obiettivo de “*Le scuole della felicità*” e se tali competenze non cognitive vengono esercitate quotidianamente a scuola, come competenze

trasversali, permetteranno a studenti e studentesse di scoprire, la propria vocazione, i propri talenti e saranno questi i più sicuri e significativi indicatori di successo nel lavoro scolastico.

Le principali linee di azione, su cui sostanziare il percorso per costruire una didattica realmente inclusiva e gratificante per tutti, possono essere individuate nelle cinque aree di intervento per una *leadership personale* che, per Roberto Re, tra i più quotati formatori e coach nazionali, vanno a formare la *sfera di controllo*:

- **Gestione delle emozioni**
- **Gestione delle relazioni**
- **Gestione della comunicazione**
- **Gestione del tempo e degli obiettivi**
- **Benessere psicofisico**

Solo se impariamo a gestire e, quindi, a dialogare con queste dimensioni, la nostra vita potrà ottenere risultati funzionali ad uno stato di benessere psicofisico, altrimenti siamo destinati alla frustrazione, a rimanere sempre nei nostri schemi tossici e limitanti o addirittura a regredire.

Sarebbe auspicabile, allora, come propongo nel mio libro *La scuola della felicità. Strategie didattiche per le life skills e la crescita personale*, edito da Sanoma, che passasse nella mentalità professionale e nella pratica didattica quotidiana l'urgenza di un'alfabetizzazione emotivo-relazionale e motivazionale che, come sostiene Massimo Recalcati in molte conferenze, non deve essere ritenuta semplice involucro del processo educativo, ma sostanza.

Una metodologia fondata sull'attenzione alle emozioni, alla relazione e alla comunicazione, sviluppata e proposta a partire dall'approccio neurolinguistico e da altre esperienze psicoanalitiche suggerisce numerosi esercizi e tecniche estremamente utili che inducono alla modificazione del comportamento per il conseguimento di una crescita personale globale, un aumento di flessibilità per avere a disposizione in ogni contesto il numero più elevato possibile di alternative.

Il progetto può essere realizzato in tutti i momenti dell'età evolutiva (dal nido alla scuola secondaria di secondo grado) e può avere come destinatari non solo i discenti, ma anche gli altri principali attori della formazione e dell'educazione, ovvero docenti, formatori, educatori, genitori e tutta la comunità educante.

Principi guida

I principi che guidano l'intervento didattico che *Le Scuole della Felicità* promuovono sono stati individuati in quelle cinque aree di intervento che vanno a formare, come sopra accennato, la *sfera di controllo*. Nello specifico, esse andranno a costituire un percorso finalizzato alla costruzione di competenze di vita, le *life skills*, che risulteranno essere la struttura della dimensione *eudemonica* della Felicità a cui si faceva riferimento.

1. Gestione delle emozioni

Gli alunni sono sorgenti ricche di emozioni. Insegnare loro a riconoscerle, a comprenderle e a gestirle dovrebbe essere compito di ogni insegnante perché la competenza emotiva degli alunni può facilitare e consolidare l'apprendimento cognitivo.

L'alfabetizzazione emotiva dovrà accompagnare, nelle varie fasi dell'età evolutiva, l'allievo perché impari a non rimanere in balia delle proprie emozioni, ma diventi padrone di esse per servirsene, goderle e gestirle.

Tante sono le procedure per imparare a gestire le nostre emozioni e impedire che esse diventino stati d'animo negativi e permanenti e credenze depotenzianti che si reificano in filtri attraverso i quali leggiamo la nostra realtà e quella che ci circonda.

La nostra quotidiana esperienza didattica mostra, spesso, che queste credenze vanno a influenzare ciò che la PNL chiama la *Triade* e che rappresenta gli elementi che muovono i fili della nostra esistenza: *focus, fisiologia, linguaggio*.

- Il *focus* è ciò su cui il nostro cervello si focalizza sulla scorta di quanto gli viene dettato dai filtri delle nostre credenze. La potenza del focus di condizionare la nostra vita è testimoniata dai riscontri avuti in esperimenti nel campo della psicologia positiva e la massima "Ciò su cui mi focalizzo diventa realtà" - nota nel campo della PNL - trova ultimamente riscontro anche nell'ambito medico e nella fisica quantistica. Per esercitare gli alunni al cambio di focus vengono proposti esercizi che mirano a osservare le cose da un'altra prospettiva, a percorrere strade insolite, a guardare con occhi nuovi.
- Il *linguaggio* ha una forza creatrice inimmaginabile: la parola genera l'immagine, l'immagine il pensiero, il pensiero lo stato d'animo, lo stato d'animo produce azioni e, di conseguenza, risultati che, nella maggior parte dei casi, corrispondono esattamente all'immagine iniziale prodotta dal nostro dialogo interno.

Intervenire sul linguaggio del nostro dialogo interno, ovvero servirsi di un lessico attento e modificato consapevolmente, porterà a sicuri miglioramenti della qualità della nostra vita. Si dovrà educare, nel dialogo educativo quotidiano, alla descrizione di noi stessi in modo inedito rispetto a come fatto nel passato, a trovare parole-chiave nuove, motivanti ed energizzanti al fine di creare per ognuno una massima che possa rappresentare la nuova immagine di sé stessi.

- La *fisiologia* riguarda il modo in cui muoviamo il nostro fisico. Se il corpo è abitato da un'emozione negativa ne registra la presenza e la esprime nelle sue movenze. Per agevolare il superamento dello stato in cui versa, caratterizzato da un loop demotivante e limitante, bisogna che cambi movimenti e atteggiamenti perché essendo il corpo "l'interruttore della mente" tutta la persona, modificando il proprio modo di muoversi e il proprio atteggiamento, potrà, insieme al cambio di focus e di linguaggio, favorire il passaggio ("cambio di modulo") da uno stato emotivo negativo a una condizione di benessere che si riverserà in tutto l'ambiente educativo. Correre, sorridere, urlare, fare smorfie imbarazzanti..., anche solo nel breve spazio del cambio dell'ora, possono ricreare l'animo dei nostri alunni che, nell'immediato, modificando la biochimica del corpo, risulteranno più recettivi e assertivi.

2. Gestione delle relazioni

Nell'epoca dei social media, dove ognuno di noi sembra oltremodo connesso in qualsiasi momento della giornata, ci sentiamo sempre più soli e sole, meno inclini alle relazioni autentiche, meno capaci di instaurare rapporti reali e duraturi.

L'ambiente classe sembra reggere l'urto dei grandi cambiamenti introdotti dall'uso della rete e si attesta come luogo privilegiato dove rianimare la speranza ed inverare un'autentica relazione tra pari.

Urgente e salvifica risulta essere un'educazione "all'altro da sé" in cui lo sguardo dei compagni e delle compagne non sia visto come sfidante o escludente, ma come uno "specchio" in cui trovare rinnovata forza e fiducia nel corso delle attività quotidiane. Una cultura, quindi, che favorisca un ambiente in cui il *noi* risulti più efficace e proficuo dell'*io*. E questo anche in situazioni di conflitto.

Il conflitto è un processo relazionale in cui ciascuno difende la propria posizione cercando un nuovo equilibrio. Il conflitto, se gestito con intelligenza relazionale, è una forza evolutiva: permette ai ragazzi di crescere e alla comunità di cambiare. Chi sa stare nel

conflitto impara a stare nella vita: c'è un legame profondo tra conflittualità e benessere personale e collettivo. Non è una malattia della relazione, ma un segnale vitale: indica che qualcosa si muove, che due punti di vista si incontrano e hanno bisogno di trovare nuovo equilibrio.

Sarebbe buona prassi, inoltre, educare ragazzi e ragazze a comprendere profondamente l'alto beneficio che si può ricevere nello spendersi per l'altro con azioni di volontariato: “è dando che si riceve”, insegnava Francesco d'Assisi.

Ogni singola relazione, infine, non contribuisce, forse, ad abbassare i livelli di stress, aiutando l'individuo a riprendersi più velocemente dalle tensioni quotidiane?

3. Gestione della comunicazione

Da quanto ci viene trasmesso dalle culture religiose e popolari, fin dall'antichità alla parola è sempre stato attribuito un enorme potere di influsso su chi la pronuncia e sull'ambiente circostante. Importante, pertanto, è fare un'attenta analisi del nostro linguaggio e dell'impatto che esso può avere sulla nostra e altrui vita.

L'importanza del lessico che mettiamo in campo risulta più rilevante se prendiamo consapevolezza del fatto che il nostro cervello funziona per immagini e queste sono prodotte dalle parole.

La tecnica del *vocabolario trasformatore*, pertanto, deve diventare strumento importante nelle aule e deve servire a educare a un linguaggio consapevole. Chi, infatti, ha una seria padronanza del proprio linguaggio, ha il potere di cambiare la qualità della propria vita attraverso il dialogo quotidiano con sé stesso.

Per quanto concerne, invece, la comunicazione con l'altro da sé, il panorama diventa molto più articolato e complesso e, pertanto, per chi insegna, diventa urgente una specifica preparazione per padroneggiare al meglio le tecniche di comunicazione. Infatti, per rendere questa davvero efficace, persuasiva e coinvolgente, bisogna che si apprendano almeno le nozioni di base che ci fornisce la PNL, specie per quanto concerne due postulati della comunicazione: “si comunica sempre” e “la mappa non è il territorio”.

Tutti, anche in silenzio, comunichiamo, inevitabilmente. Il corpo, le espressioni, la postura, gli atteggiamenti e l'energia sono molto più eloquenti di ogni espressione orale. Un docente, con formazione adeguata, non farà molta fatica a cogliere tutti questi messaggi silenziosi inviati dai ragazzi e dalle ragazze e avrà una visione molto più completa di chi ha di fronte. In più, saprà scorgere il *modello del mondo* dei suoi alunni e alunne, il modello mentale che

essi si sono creati, nel tempo, con il loro modo di percepire, di filtrare e di leggere la realtà. Queste abilità faranno sì che l'insegnante avrà a propria disposizione un panorama molto più vasto sia nell'interazione sia nella valutazione di studenti e studentesse.

4. Gestione del tempo e degli obiettivi

Saper governare il proprio tempo significa indirizzare in modo produttivo le attività al fine di raggiungere una condizione di piacere e di benessere.

Il tempo è la dimensione grazie a cui possiamo equilibrare la nostra esistenza attraverso una modulazione oculata e calibrata delle nostre attività. Saper gestire il tempo significa saper discernere, saper dare priorità alle attività più importanti, saper dire alcuni no, saper delegare, saper organizzare "la ruota della vita" in modo che tutte le sue aree risultino in armonia e non siano in disequilibrio.

Solo attraverso, poi, una seria programmazione degli obiettivi, si può generare un'oculata organizzazione del tempo che risulti efficace sia per le mansioni lavorative e formative, sia per le attività improrogabili, sia per la cura delle relazioni affettive.

Abituare a educare i nostri alunni e le nostre alunne alla cura dell'obiettivo e alla pianificazione del tempo è sicuramente per loro uno strumento in più per orientare e organizzare in modo produttivo gli impegni che la scuola e la vita pongono loro dinanzi.

5. Benessere psicofisico

Nelle nostre aule non si dà ancora il giusto peso alla sfera fisica come presupposto fondamentale per l'apprendimento e il processo cognitivo.

Risultano utili anche pochi minuti dedicati al risveglio muscolare e allo *switch energetico* con semplici esercizi come i salti, gli abbracci, i sorrisi o il *tapping* per mettere in circolo le sostanze biochimiche capaci di cambiare, in pochi istanti, lo status emozionale dei ragazzi e delle ragazze potenziando la loro attenzione e la loro capacità di apprendere.

Attenzione particolare, poi, dovremmo dare anche alla respirazione, che in occidente si cura poco. Il nostro stile di vita, le continue sollecitazioni, l'ansia da prestazione, ci inducono a praticare inconsapevolmente una respirazione *clavicolare*, cioè superficiale, che richiama il nostro fisico e la nostra mente a una sensazione di attacco e fuga e, perciò, di massima tensione, con scariche di adrenalina e cortisolo.

Per educare i nostri alunni e le nostre alunne a una respirazione consapevole e controllata, in grado di veicolare e gestire gli stati d'animo, fondamentale risulta la pratica della

meditazione che, come ci insegnano da millenni le culture orientali, stimola il sistema parasimpatico aiutandoci a condurre una vita serena.

Obiettivi

Nel contesto del progetto *Le Scuole della Felicità*, gli obiettivi a lungo termine sono stati strutturati con l'intento di promuovere un cambiamento culturale e metodologico duraturo all'interno delle istituzioni scolastiche, valorizzando il benessere personale, relazionale e professionale di tutti gli attori coinvolti.

Gli obiettivi sono articolati in due macroaree:

➤ **Obiettivi per i docenti:**

La figura dell'insegnante è centrale nel percorso proposto da *Le Scuole della Felicità*. La massima latina recitava *nemo dat quod non habet*, ovvero *nessuno può dare ciò che non ha*. È fondamentale, pertanto, sperimentare prima su sé stessi il vero cambiamento volto al benessere psicofisico per, poi, poterlo trasmettere in classe agli alunni.

Dunque, è propedeutico che ogni docente possa raggiungere i seguenti risultati:

- Benessere psicofisico personale
- Competenze della leadership personale
- Competenza nella gestione dello stress e degli stati d'animo depotenzianti
- Nuova percezione del sé
- Rinnovata motivazione
- Riscoperta della mission
- Competenze relazionali avanzate
- Nuova consapevolezza e valorizzazione del ruolo fondamentale del docente inteso come guida sicura

➤ **Obiettivi in uscita per le alunne e gli alunni:**

Operando sulle cinque aree, alla scoperta graduale del proprio potenziale, l'alunno prende consapevolezza delle proprie capacità e questo genera un innalzamento dell'autostima.

Quest'ultima diviene per lui strumento efficace, soprattutto nei momenti difficili e nelle sfide

quotidiane, per trovare le giuste soluzioni e le risposte appropriate al fine di non cedere allo sconforto né a quello stato di “impotenza appresa” in cui, purtroppo, tanti giovani precipitano poiché privi di strumenti adeguati.

Quando uno studente o una studentessa comincia ad avvertire il ruolo di leader di sé stesso/a, cambia il proprio modo di approcciarsi alle circostanze della vita ed è portato/a a misurarsi con la dimensione scolastica non più come un impedimento alla felicità, ma come ulteriore campo di prova dove poter mettere a frutto i talenti che progressivamente scopre e fa maturare.

SCUOLA INFANZIA E PRIMARIA

- Alfabetizzazione emotiva
- Conoscenza del sé
- Introduzione alla leadership personale
- Benessere psicofisico
- Padronanza del linguaggio positivo

SCUOLA SECONDARIA DI I GRADO

- Gestione delle emozioni
- Allineamento corpo-mente
- Gestione dei conflitti
- Principi fondamentali della comunicazione con sé e con gli altri
- Gestione del tempo e degli obiettivi
- Scoperta dei talenti
- Orientamento

SCUOLA SECONDARIA DI II GRADO

- Sviluppo della leadership personale
- Vocazione di vita
- Gestione del cambiamento
- Sviluppo e consolidamento della resilienza

Strumenti e attività operative

Nel percorso operativo, fondamentale importanza rivestono le attività concrete, pensate per accompagnare gli alunni nella costruzione di un ambiente educativo che metta al centro il benessere emotivo degli alunni e delle alunne.

- **Le schede operative** (così come in modo esemplificativo e orientativo sono presentate nei testi del prof. Laudisi o costruite insieme agli insegnanti nei corsi di formazione o, ancora, consultabili sul sito internet www.lescuole dellafelicità.it nella sezione contenitore delle buone prassi) non sono semplici strumenti didattici ma un vero e proprio punto di partenza per portare in classe un approccio innovativo e trasformativo. Ogni proposta è progettata per essere utilizzata dagli alunni sotto la guida dell'insegnante: il linguaggio semplice e chiaro parla proprio a loro, per farli sentire protagonisti del percorso. L'insegnante potrà integrare le schede nelle sue lezioni quotidiane, utilizzandole come base per momenti di riflessione, gioco o lavori in gruppo.

- **Focus sulle vocazioni**

Il percorso educativo pone al centro la scoperta e la valorizzazione delle inclinazioni personali di ciascuno studente. Attraverso strumenti di osservazione, ascolto attivo e attività esperienziali, il docente aiuta gli studenti a riconoscere il proprio potenziale inespresso e a orientarlo verso scelte consapevoli e significative per la propria realizzazione.

Si sono rivelati utili, a tal fine, strumenti come:

- *Il diario della Felicità*
- *La scatola della Felicità*
- *Le card della Felicità*
- *Il cartellone trasformativo*

- **Traduzione didattica di pratiche della PNL e della crescita personale declinate nelle varie discipline curriculari**

I percorsi formativi certificati de *Le Scuole della Felicità* offrono ai docenti strumenti e metodologie riconducibili alla Programmazione Neuro-Linguistica (PNL) e alle pratiche di crescita personale che, attraverso sezioni laboratoriali, vengono declinati nelle attività didattiche quotidiane per le varie discipline curriculari.

L'obiettivo è promuovere il benessere emotivo e relazionale di docenti e studenti che

favorisca un apprendimento significativo e lo sviluppo di competenze trasversali, in un'ottica di educazione integrale della persona.

- **Libri e materiale didattico**

A supporto dei docenti e dell'attività didattica vi sono anche i libri pubblicati dal prof.

Laudisi, dai quali poter attingere idee e spunti per tradurli in materiale didattico da offrire agli alunni per realizzare i percorsi e verificare l'efficacia degli interventi.

Inoltre, quotidianamente, sul sito www.lescuole dellafelicità.it e sui canali social ufficiali, i docenti possono trovare a disposizione il grande contenitore delle buone prassi, ovvero un archivio, sempre aggiornato, di tutte le attività, le strategie e gli strumenti che i docenti delle scuole aderenti pongono in essere nelle loro classi.

Ancora, i docenti aderenti, periodicamente, ricevono articoli, studi e riflessioni di esperti nel campo della psicologia, della crescita personale, della PNL e, in generale, del benessere psicofisico.

Strategie e prassi didattiche

Per poter realizzare interventi educativi efficaci, è importante immaginare un'evoluzione del ruolo dell'insegnante da fondamentale trasmettitore di contenuti a facilitatore di benessere e di sviluppo personale. È utile, pertanto, cercare di identificare alcune linee strategiche per realizzare specifici interventi qui di seguito individuati:

1. **Strategie per promuovere la resilienza e le capacità per affrontare le difficoltà**

- Aiutare gli studenti a rileggere le difficoltà come opportunità di apprendimento.
- Utilizzare strumenti di coaching (*Metamodello*, *Comunicazione efficace*, *Mirroring* ecc.) per stimolare la riflessione e la consapevolezza.
- Insegnare tecniche di gestione dello stress come la *mindfulness*, la *meditazione*, l'uso della *Triade* e strategie di PNL per un cambio di modulo.

2. **Strategie per prevenire l'abbandono e la dispersione scolastica**

- Ascoltare attivamente gli studenti in difficoltà, offrendo uno spazio sicuro in cui sentirsi accolti.
- Personalizzare i percorsi educativi, valorizzando talenti e passioni individuali.

- Collaborare con le famiglie e i colleghi per creare un ambiente motivante e inclusivo.

3. Strategie di contrasto al bullismo e al cyberbullismo

- Promuovere una cultura della gentilezza, dell'empatia e della responsabilità sociale.
- Favorire attività di gruppo basate sulla cooperazione e sul rispetto reciproco.
- Intervenire con prontezza e autorevolezza nei casi critici, ma sempre con l'obiettivo di educare e non punire.
- Intervenire con tecniche motivazionali, atte ad una maggiore consapevolezza del sé e allo sviluppo della resilienza, in situazioni di fragilità e bassa autostima.

4. Strategie per lo sviluppo della proattività e dell'autoefficacia personale

- Incoraggiare l'autonomia e l'iniziativa degli studenti, anche attraverso piccoli incarichi di responsabilità.
- Celebrare i successi (anche piccoli) per rafforzare la fiducia in sé.
- Utilizzare il goal setting per aiutare gli studenti a porsi obiettivi sfidanti ma raggiungibili.

5. Strategie per prevenire il ritiro sociale (fenomeno Hikikomori)

- Riconoscere precocemente segnali di isolamento o chiusura emotiva.
- Creare contesti relazionali sicuri in cui ciascuno può sentirsi parte del gruppo.
- Coinvolgere con gradualità gli studenti più fragili, rispettando i loro tempi e spazi.
- Costruire e implementare un percorso volto all'autostima e alla conoscenza del proprio potenziale.

6. Strategie per prevenire comportamenti autolesivi

- Introdurre momenti di educazione socio-emotiva nelle routine scolastiche.
- Favorire il dialogo interiore e la consapevolezza emotiva con strumenti come il *Diario della Felicità*, *La scatola della Felicità*, *il Cartellone motivazionale*.
- Insegnare tecniche di comunicazione non violenta per migliorare le relazioni.

7. Strategie per promuovere corretti stili di vita e prevenire disturbi del comportamento alimentare

- Collaborare con esperti (nutrizionisti, psicologi) per progetti di educazione alla salute.
- Proporre attività per allineare mente e corpo (sport, movimento, alimentazione consapevole, respirazione consapevole, presenza nel "qui ed ora").

- Favorire una cultura del corpo, centrata sull'accettazione e non sul giudizio, che porti a riconoscere il proprio fisico quale "interruttore della mente".

8. Strategie per prevenire uso e abuso di psicofarmaci e sostanze

- Lavorare sull'autostima e sulla gestione dello stress come strategie di prevenzione primaria.
- Insegnare come la mente, attraverso il processo "placebo", può divenire cura per il corpo.
- Attivare percorsi di consapevolezza fisica e mentale (anche con testimonianze o esperti esterni).
- Favorire un clima scolastico in cui il benessere psicofisico è al centro del processo educativo.

9. Strategie per prevenire uso inadeguato ed eccessivo degli strumenti digitali

- Creare un programma di "digital detox" per ripristinare un equilibrio sano della nostra vita, per rieducare a interazioni reali, autentiche e profonde e non essere abitati da sensazioni di solitudine e isolamento.

Il docente-coach: una nuova figura di riferimento

Il Docente-Coach, **modello e testimone autentico** dei valori e delle competenze che intende trasmettere agli studenti, rappresenta una nuova figura di riferimento all'interno del modello *Le Scuole della Felicità*. Agisce come **guida e facilitatore** che, unendo coaching, motivazione, comunicazione e didattica efficace, promuove un ambiente educativo centrato sulla persona e orientato alla crescita integrale dello studente.

Per accompagnare gli studenti nel percorso educativo e trasformativo, il docente è chiamato a sperimentare in prima persona i principi del modello: prima su di sé, poi nella relazione educativa. Solo un insegnante che **sta bene con sé stesso**, che ha coltivato **leadership personale**, intelligenza **emotiva**, **comunicazione efficace** e **auto-regolazione** può davvero favorire negli studenti autonomia, benessere emotivo e proficua crescita personale.

Il cambiamento parte da dentro: ogni percorso educativo efficace passa attraverso l'**esperienza diretta del docente** che diventa, così, esempio vivente di ciò che propone.

Il benessere dell'insegnante, dunque, non è accessorio, ma è **fondamento del processo educativo**: un docente che si prende cura di sé è più efficace, più empatico e più capace di attivare il potenziale degli studenti.

Conformità normativa

Il modello *Le Scuole della Felicità* è **pienamente conforme** sia a quanto previsto dalla **Legge 22 del 2025** (*introduzione dello sviluppo di competenze non cognitive e trasversali nei percorsi delle istituzioni scolastiche e dei centri provinciali per l'istruzione degli adulti nonché nei percorsi di istruzione e formazione professionale*) sia in materia di **orientamento scolastico e sviluppo del benessere personale degli studenti** secondo le relative **Linee guida** emanate dal **Ministero dell'Istruzione e del Merito (MIM)**.

In particolare, il progetto risponde ai seguenti obiettivi normativi:

- Promuovere l'orientamento permanente come strumento di autodeterminazione;
- Favorire la crescita del sé in relazione con gli altri;
- Sostenere lo sviluppo delle competenze trasversali e non cognitive;
- Creare ambienti scolastici inclusivi e orientati al benessere.

La Comunità di Pratiche

La scuola capofila pro-tempore, IC Virgilio-Salandra di Troia (Fg), ha istituito una “Comunità di pratiche per l'attuazione del progetto Le Scuole della Felicità” al fine di creare un contenitore di buone prassi e una rete di scambio di attività, di idee, di informazioni e di materiali utili alla declinazione didattica dei principi guida del progetto.

I docenti, pertanto, dopo aver prodotto unità di apprendimento, progetti, lezioni inerenti a quanto richiesto dal progetto stesso, inviano documentazione (foto/video con descrizione dei processi, degli obiettivi, delle aree in cui si è intervenuti e delle rilevazioni fatte in classe) al prof. Laudisi che, dopo aver vagliato l'elaborato con il Comitato tecnico scientifico, lo divulga prima sui canali social (Facebook e Instagram), poi sul sito www.lescuole dellafelicità.it nella sezione “Progetti” che, dal 2019, raccoglie quanto realizzato, nel corso degli anni, dai docenti della “Comunità di pratiche”.

Il Comitato tecnico-scientifico che valuta i lavori, misura i processi, calibra gli interventi didattici, supporta (lì dove richiesto) i docenti nella curvatura didattica dei principi guida, è così composto:

- Prof. **Mariano Laudisi**, docente di Italiano e ideatore del modello *Le Scuole della Felicità*
- **Roberto Re**, Leone d'oro alla carriera, tra i coach e formatori più autorevoli nel panorama europeo
- **Gianfranco Secondo**, mental coach, responsabile dell'area sud Italia dell'*HRD Leadership School* di Roberto Re
- **Sanoma Italia**, casa editrice scolastica, parte di un gruppo leader in Europa nel settore Education, ed ente di formazione accreditato MIM
- Prof.ssa **Maja Roch**, professoressa associata di Psicologia dello sviluppo e dell'educazione presso l'Università degli Studi di Padova
- **dott.ssa Chiara Saccà**, psicologa, psicoterapeuta, gruppoanalista, logopedista e esperta in Neuropsicologia

Referenti di disciplina:

- **prof. Mariano Laudisi**, supervisore di tutte le discipline
- **prof.ssa Antonella Spadaro**, referente di Italiano per la secondaria di primo e secondo grado
- **prof.ssa Rina Capobianco**, referente di lingua inglese e francese per la secondaria di primo e secondo grado
- **prof.ssa Angela Rosa Rosiello**, referente delle discipline artistiche di ogni ordine e grado
- **dott.ssa Miriam Sivilli**, referente della scuola primaria
- **dott.ssa Maria Rosaria Della Vista**, referente degli asili nido e della scuola dell'infanzia
- **dott.ssa Chiara Saccà**, (psicologa, psicoterapeuta, gruppoanalista, logopedista e esperta in Neuropsicologia) referente H, DSA, BES e area fragilità
- **dott.ssa Annalisa Grillo**, referente per il PTOF e per la rendicontazione dei lavori
- **prof.sse Antonella Santino e Gaia Surgo** referenti strategie di apprendimento e memorizzazione rapida

Modalità di adesione

I docenti e/o le scuole che intendono aderire al modello didattico *Le Scuole della Felicità* possono farlo con diverse modalità a seconda dei propri bisogni e obiettivi.

Per i singoli docenti

Adesione semplice

I docenti che desiderano aderire singolarmente e senza certificazione al progetto delle Scuole della Felicità riceveranno:

1. due incontri formativi gratuiti, in modalità online, a inizio e a fine anno scolastico;
2. quotidianamente, materiale per spunti operativi (Card della Felicità, Video “Un minuto di Felicità”, materiale inerente alle aree di intervento, articoli, studi e riflessioni sugli argomenti che afferiscono al progetto)
3. assistenza a richiesta dal prof. Mariano Laudisi e dai referenti per discipline per un supporto nelle attività didattiche.

I docenti che aderiscono dovranno:

1. partecipare ai due incontri formativi gratuiti annuali;
2. restare sempre aggiornati con il responsabile del progetto, prof. Mariano Laudisi;
3. tenere attiva la chat di comunicazione con il prof. Laudisi;
4. inviare al comitato tecnico-scientifico nel corso di ogni anno scolastico almeno 5 attività didattiche inerenti alle *aree di intervento*;
5. stendere un report, a fine anno scolastico, delle attività svolte singolarmente o dal proprio istituto scolastico e inviarne copia al comitato tecnico-scientifico.

Adesione come Docenti-coach della Felicità certificati:

- Per certificarsi come Docenti-coach della Felicità è necessario partecipare ai corsi di formazione appositi per conseguire la qualifica (acquistabili con Carta Docente).
- Gli aspiranti *docenti-coach* devono partecipare a **tre step formativi** tenuti dal Prof. **Mariano Laudisi**, ideatore e fondatore del metodo “*Le Scuole della Felicità*”, da **Roberto**

Re, Personal Coaching tra i più rinomati nel campo della formazione e vincitore del prestigioso *Leone d'Oro* alla carriera, e da **Gianfranco Secondo**, Mental Coach responsabile Sud Italia della *Roberto Re Leadership School*, tra le più importanti scuole di leadership in Italia. Al termine del percorso formativo, gli aspiranti *docenti-coach* riceveranno **attestato e certificazione digitale** da parte di Sanoma Italia, ente di formazione accreditato.

- Ogni *docente-coach* certificato viene inserito nell'**albo nazionale** dei *docenti-coach* de *Le Scuole della Felicità*.
- Ogni *docente-coach* può applicare nelle proprie aule le tecniche e le strategie apprese.
- Tutti i *docenti-coach* devono creare ogni anno scolastico almeno 5 attività didattiche inerenti alle 5 *aree di intervento* e inviarle al comitato tecnico-scientifico, al fine di contribuire all'implementazione delle buone prassi e comprovare, così, le competenze acquisite per restare, a pieno titolo, nell'albo dei *docenti-coach*.
- I *docenti-coach* possono erogare formazione per conto de *Le Scuole della Felicità*, previa autorizzazione del comitato tecnico-scientifico.
- I *docenti-coach* possono intervenire come relatori a convegni, attività divulgative e formative per conto de *Le Scuole della Felicità*, previa autorizzazione del comitato tecnico-scientifico
- I *docenti-coach* possono, volontariamente, collaborare alla ricerca per misurare la validità del modello didattico in collaborazione con il comitato tecnico-scientifico.

I *docenti-coach* riceveranno:

- 1) quotidianamente e personalmente, materiale per spunti operativi (Card della Felicità, Video “Un minuto di Felicità”, materiale inerente alle aree di intervento, articoli, studi e riflessioni sugli argomenti che afferiscono al progetto);
- 2) assistenza a richiesta dal prof. Mariano Laudisi e dai referenti per discipline per un supporto nelle attività didattiche;
- 3) 1 consulto all'anno con il coach Gianfranco Secondo.

Per le scuole

Adesione semplice

Le scuole che desiderano divenire semplici “**Istituti affiliati a Le Scuole della Felicità**” senza ricevere certificazione né per la scuola né per i docenti possono scaricare dal sito www.lescuoledellafelicità.it , alla sezione *Il Progetto*, il modello di adesione, compilarlo e inviarlo alla mail della scuola capofila pro-tempore IC Virgilio-Salandra in Troia (Fg) (fgic85800q@istruzione.it).

Ogni istituto dovrà comunicare al responsabile del progetto, prof. Mariano Laudisi, i nomi dei docenti referenti con i quali potersi interfacciare.

Adesione come Istituto certificato

Gli Istituti Scolastici che vogliano aderire al progetto ricevendo il riconoscimento di ***Scuola della Felicità Certificata*** devono avere in organico un minimo di dieci *docenti-coach certificati* de *Le Scuole della Felicità* che restino in contatto, in veste di referenti del proprio istituto scolastico, con il comitato tecnico-scientifico.

Inoltre, se interessati, gli istituti scolastici certificati **potranno aderire, gratuitamente, alla Rete della Comunità di Pratiche** compilando il modulo di adesione, scaricabile dal sito internet www.lescuoledellafelicità.it alla sezione *Il Progetto*, e inviandolo all’I.C. Virgilio-Salandra in Troia (Fg) (fgic85800q@istruzione.it), scuola capofila pro-tempore, che ha sposato il progetto *Le Scuole della Felicità* del prof. Mariano Laudisi.