

Insegnare agli insegnanti: l'iniziativa di Focusing a Santee

Teaching the Teachers: the Santee Focusing initiative - Spring 2009
Our School Project in Los Angeles

by Lucinda Gray, Focusing Coordinator

Traduzione di Laura Talamoni

Nella primavera del 2009, Diana Marder ed io abbiamo lavorato insieme per presentare un programma di formazione per gli insegnanti in una scuola superiore della città di Los Angeles. Eravamo molto entusiaste perché opportunità di questo tipo sono estremamente rare. Allo stesso tempo, eravamo scoraggiate dalle molte difficoltà. Grazie a questo progetto abbiamo imparato molto rispetto a tutti gli aspetti coinvolti nella progettazione ed esecuzione di un programma di formazione di Focusing in un liceo urbano. Lo scopo di questo articolo è quello di condividere la nostra esperienza con voi, su come il processo di progettazione si è svolto, la struttura di base del progetto, le sfide che abbiamo affrontato e le strategie che abbiamo escogitato per superare queste sfide. Includerò anche alcuni risultati interessanti ed entusiasmanti del nostro sforzo. Ho fiducia ora nella possibilità di sviluppare metodi efficaci di intervento in tutti i livelli di istruzione. Naturalmente il bisogno è enorme. Spero che questo articolo sarà di aiuto ad altri formatori di Focusing e Coordinatori che sono alla ricerca di modi per inserirsi nei loro sistemi scolastici locali e per sviluppare programmi di formazione per la scuola basati sul Focusing.

Contesto del progetto

Il progetto ha avuto luogo presso la Santee Academy, un liceo professionale/accademico in un quartiere nel centro di Los Angeles con circa 300 studenti, suddivisi equamente in quattro classi, dalle matricole fino ai senior, in 25 facoltà. Santee è una scuola superiore speciale sotto la diretta supervisione dell'ufficio del sindaco, con a disposizione alcuni finanziamenti supplementari.

Il Distretto Scolastico Unificato di Los Angeles è noto per la sua popolazione studentesca molto impegnativa, per lo più proveniente da famiglie povere e dalla classe operaia di origine ispanica e afro-americana.

La città di Los Angeles ha 6 milioni di residenti americani messicani e migliaia di bambini con limitate competenze della lingua inglese. La comunità e gli studenti di Santee soffrono di problemi sociali endemici come la violenza familiare e gli abusi, la povertà, l'alcool e questioni di droga e criminalità, che contribuiscono a creare un tasso di abbandono scolastico vicino al 40 per cento. Abbiamo osservato che gli insegnanti erano sotto stress per le esigenze didattiche in un ambiente urbano centrale con condizioni instabili di occupazione, orari, minacce di licenziamenti. Il preside ha descritto il personale docente come significativamente stressato a causa dei loro problemi personali. L'aspetto positivo è che ha descritto gli insegnanti come per lo più giovani ed entusiasti di insegnare, molto intelligenti e aperti all'apprendimento. Era molto favorevole rispetto a loro.

Creazione del Team

Il contatto favorevole con la scuola è avvenuto tramite Fernando Hernandez, Ph.D., un trainer di Focusing in formazione con me. Fernando ci ha offerto l'opportunità di implementare questo progetto introducendoci al fratello il Dr. Bill Hernandez, preside della scuola superiore dove il progetto ha avuto

luogo. Fernando ha anche incontrato me e Diana per facilitare la nostra interfaccia con il distretto scolastico. Noi tre abbiamo deciso fin dall'inizio di utilizzare l'approccio del Focusing nelle nostre riunioni e in tutte le nostre interazioni con il distretto scolastico. Diana ed io ci siamo incontrate settimanalmente e spesso due volte alla settimana per tutta la durata del progetto, che durò da metà marzo fino alla fine di giugno. Questo programma è stato per noi un investimento molto intenso di tempo e di energie.

Raccolta di informazioni

In concomitanza ad una serie di incontri con il dottor Hernandez presso la scuola, abbiamo iniziato il nostro lavoro, facendo una revisione della letteratura disponibile rispetto alla formazione sul Focusing nelle scuole. Abbiamo scoperto che è stato scritto molto poco rispetto a tali interventi. Tutti i progetti precedenti che abbiamo trovato sono stati fatti nelle scuole elementari, o con un numero esiguo di bambini. Abbiamo parlato con gli insegnanti di Focusing che avevano lavorato nelle scuole negli Stati Uniti, in Canada, in Europa e in Afghanistan. Sono stati molto gentili e incoraggianti, e abbiamo trascorso molto tempo a parlare con loro. Attraverso questi contatti, abbiamo sentito il sostegno di tutta la comunità di Focusing e questo è stato meraviglioso per noi.

Definizione dello scopo del progetto

Poiché ci siamo rese conto che la formazione di Focusing è stata solo minimamente sperimentata in una scuola superiore di un contesto urbano, abbiamo deciso di definire il nostro progetto come progetto pilota esplorativo, progettato per individuare approcci che potrebbero funzionare in un tale scenario, per identificare i problemi che potrebbero sorgere e quindi esplorare le possibili soluzioni di lavoro.

Negoziare di un accordo di lavoro

Innanzitutto ci siamo dedicate a creare un rapporto con il preside e ad ascoltare la sua percezione delle esigenze della scuola. Abbiamo iniziato con un processo interattivo allo scopo di sviluppare obiettivi specifici: una serie di incontri con lui per un periodo di circa sei settimane. Il dottor Hernandez era molto collaborativo ed entusiasta. Dopo ogni incontro gli inviavo una email in cui riportavo ciò che era stato deciso e gli chiedevo di specificarmi se fosse d'accordo con la mia versione di ciò che avevamo stabilito. Questo è stato il modo più preciso per sviluppare insieme a lui un contratto per il progetto. Quando il processo si è realizzato, alcuni accordi che avevamo stabilito non hanno funzionato nel modo che ci aspettavamo. In definitiva mi sono resa conto che l'ambiente amministrativo della scuola e il distretto nel suo complesso sono stati così fluidi e costantemente in cambiamento, che il dottor Hernandez, la dottoressa Marder ed io abbiamo dovuto continuamente modificare i nostri piani e programmi. Per noi questo è stato l'aspetto più difficile di tutto il programma. Dal lato positivo, abbiamo scoperto che il preside era una persona molto solidale con cui lavorare. Egli aveva veramente a cuore le esigenze degli studenti ed era molto impegnato con i problemi della popolazione studentesca. Era ottimista rispetto al fatto di lavorare con noi. Egli era anche sotto una grande pressione a causa delle richieste del suo tempo, così come rispetto a varie tensioni politiche e finanziarie e alle incertezze con cui si confrontava costantemente.

Il dottor Hernandez era particolarmente preoccupato per le esigenze degli studenti più grandi che stavano avendo grandi difficoltà a completare i loro studi e per la transizione tra lavoro e scuola. La Santee Academy ha alcuni vantaggi rispetto alla maggior parte delle scuole superiori all'interno del distretto. È sia accademica che professionale. Hernandez desiderava fornire agli allievi le abilità di lavoro così come una base accademica in modo che potessero trovare lavori ben retribuiti che permettessero loro di terminare le scuole superiori e possibilmente proseguire all'Università. Esprime la sua preoccupazione: molti dei più grandi si stavano avvicinando al diploma senza essere in grado di fare progetti per il loro futuro, a causa di mancanza di fiducia e di intuizione, per paura, e pressioni sociali. Ci disse che dei 60 studenti più grandi, 20 di loro erano in difficoltà e avevano bisogno di aiuto immediato.

A molti degli studenti mancava la fiducia ed erano sottoposti a tanta pressione a causa della povertà, della famiglia e per problemi sociali, ed era preoccupato che non sarebbero stati in grado di superare con successo questo passaggio.

Il nostro processo

Nelle nostre discussioni, abbiamo capito le preoccupazioni del preside rispetto agli allievi, ma abbiamo ritenuto che lavorare con gli insegnanti dovesse avere la priorità. Diana ed io abbiamo capito che avevamo bisogno del sostegno dell'amministrazione e degli insegnanti, se mai avessimo dovuto lavorare con gli studenti. Abbiamo anche riconosciuto che non avevamo tempo sufficiente né il numero di formatori necessari per lavorare efficacemente con gli studenti, senza alcuni mesi di tempo di preparazione. Era già marzo e noi stavamo appena iniziando ad articolare il nostro approccio. Quindi abbiamo presto deciso di proporre un programma di formazione per gli insegnanti e poi di guardare ad un possibile progetto di follow-up con gli studenti.

Finanziamenti

Diana ed io eravamo entrambe impegnate come psicologhe in una attività privata e avevamo bisogno di essere pagate per poter dedicare tempo al progetto. C'erano dei fondi disponibili e il dottor Hernandez ci disse che avrebbe potuto finanziare il progetto se avesse potuto pagarci per i materiali, piuttosto che per il nostro tempo. Per pagarci su una base oraria avrebbe dovuto scrivere una proposta di sovvenzione e farla approvare dal Consiglio di istruzione. Questo processo avrebbe potuto richiedere fino a un anno. Per evitare questo ritardo e l'incertezza, ci suggerì di pagarci per i materiali che avremmo prodotto per ogni workshop che potevano essere venduti al distretto ad un costo fisso. Concordammo di produrre quattro cartelle di lavoro in coincidenza con un programma di quattro workshop.

Disponibilità degli insegnanti e problemi di programmazione

Uno dei principali punti concordati con il preside è stato relativo al tempo che ogni insegnante poteva dedicare al progetto. Il tempo degli insegnanti è molto costoso. Ogni volta che il preside allontana un insegnante dal lavoro in classe deve mettere a bilancio il costo di chi lo sostituisce, e pagarlo dai fondi scolastici. Ritenevamo fosse necessario un minimo di 12 ore per un workshop introduttivo al Focusing. Il preside ha voluto concederci solo 8 ore. Diana ed io sapevamo di aver bisogno di più tempo, così abbiamo suggerito al dottor Hernandez che non avremmo potuto realizzare il progetto a meno che non avessimo avuto almeno 10 ore con gli insegnanti. Ci rispose che la richiesta di dieci ore era accettabile. Infine, a causa dei continui cambiamenti di programma abbiamo avuto solo le otto ore che ci aveva offerto in origine. Avremmo preferito lavorare con gli insegnanti in 4 sessioni settimanali consecutive, tuttavia, a causa di altre richieste relative al loro tempo di formazione, abbiamo dovuto accettare un programma semi-settimanale. In tutto il programma abbiamo costantemente dovuto modificare i nostri piani per soddisfare le esigenze di pianificazione e i tempi dell'ambiente scolastico. In ultima analisi, questo ha portato ad un ritardo di 2 settimane supplementari tra 2 dei workshop, così come la riduzione di due ore dei workshop, che a nostro avviso hanno ridotto l'efficacia della formazione.

Definizione dello scopo del progetto

Eravamo consapevoli di dover fare molta attenzione nel definire i nostri obiettivi. Anche se ci sarebbe piaciuto insegnare a tutti il Focusing, sapevamo di non poter aspettarci di insegnare un workshop introduttivo di Focusing completo nel tempo a nostra disposizione. Così, tenendo questo in considerazione, abbiamo deciso di limitare i nostri obiettivi di insegnamento a "Creare uno spazio libero", alla introduzione del concetto di Felt Sense e alla modalità di ascolto del Focusing.

Creazione delle cartelle di lavoro

Nella progettazione e produzione delle cartelle di lavoro, abbiamo dovuto affrontare una sfida particolarmente grande a causa del poco tempo disponibile. Il modo in cui i workshop sono stati programmati: ci aspettavamo di avere un workshop ogni due settimane, così avevamo previsto di dover produrre il materiale di lavoro ogni due settimane. In realtà, il dottor Hernandez ha voluto avere le cartelle di lavoro quattro o cinque giorni prima di ogni seminario in modo che gli insegnanti avessero la possibilità di leggerle. Siamo state sottoposte a una grande pressione, sapevamo che avremmo avuto bisogno di preparare diverse cartelle di lavoro in anticipo in modo che potessero essere stampate e riprodotte in rapida successione tra i workshop. Sapevamo di non poter scrivere tutto il materiale delle cartelle di lavoro da sole. Semplicemente non c'era tempo.

Tuttavia, nel completare la nostra revisione della letteratura, avevamo già identificato un certo numero di articoli che riguardavano direttamente o indirettamente l'ambiente scolastico. Abbiamo deciso di chiedere il permesso agli insegnanti di Focusing e ai coordinatori di pubblicare i loro articoli come parte delle cartelle di lavoro. Abbiamo scelto alcuni articoli secondo noi eccezionali che avevamo individuato esaminando la letteratura disponibile. Abbiamo pensato che questo avrebbe avuto il vantaggio ulteriore di dimostrare al personale scolastico che ci sono molti eccellenti insegnanti di Focusing in tutto il paese, in realtà in tutto il mondo. Abbiamo anche deciso di scrivere noi stesse alcuni dei materiali, allo scopo di produrre uno o due scritti originali per ogni cartella di lavoro. Hernandez ci offerto di far stampare e rilegare il materiale presso la scuola. Questo ci ha fatto risparmiare il costo della loro produzione ed è stato un vantaggio speciale per noi perché oltre ad essere un liceo accademico, Santee è una scuola professionale. Hanno grafici molto esperti e il laboratorio di stampa nel campus. Il progetto ha offerto agli studenti la possibilità di mettere in pratica le loro competenze. Gli studenti hanno creato l'immagine di copertina per i libretti, così come hanno curato la stampa e il loro assemblaggio. Come parte della nostra programmazione, abbiamo dovuto fornire tempo sufficiente agli studenti per riprodurre e rilegare il materiale delle cartelle di lavoro.

Ci sono stati molti problemi tecnici, ad esempio i nostri stessi limiti nell'uso della tecnologia informatica. Gli studenti della scuola ci hanno aiutato a risolvere alcuni di questi problemi. Attraverso Internet, abbiamo contattato gli autori degli articoli che avevamo ritenuto particolarmente preziosi e abbiamo chiesto il permesso di pubblicare il loro lavoro come parte delle cartelle di lavoro. Tutti hanno risposto in modo molto positivo e siamo loro grate per i loro contributi.

Creazione dei workshop - un processo costantemente emergente

Dal nostro punto di vista, l'intero progetto è stato un processo di adattamento continuo dei nostri metodi e approcci, man mano che procedevamo, basato sulla nostra valutazione dell'efficacia dei vari approcci utilizzati. Nei nostri frequenti incontri abbiamo iniziato con l'obiettivo di progettare ogni workshop in modo che contenesse elementi provenienti da tre aree: ascolto, focalizzazione e la creazione di uno spazio libero. Gli schemi sono stati costantemente modificati durante lo svolgimento delle attività.

Nel primo workshop abbiamo dedicato del tempo alla descrizione del Focusing in termini generali. Abbiamo scoperto che gli insegnanti potevano mantenere l'attenzione sul materiale didattico solo per brevissimi periodi di tempo. Così abbiamo deciso di limitare a 10 minuti il tempo delle spiegazioni didattiche e di alternarle a brevi processi esperienziali. La scuola ha risposto molto bene a questo schema generale, soprattutto rispetto ai processi esperienziali come nel caso degli esercizi di ascolto.

Il collegamento con gli insegnanti

Sapevamo che avevamo bisogno di coinvolgere gli insegnanti a livello personale, ascoltare le loro preoccupazioni rispetto all'insegnamento, le loro esperienze in classe e chiedere dei loro problemi.

Attraverso questo processo si sono motivati di nuovo ed hanno risposto con entusiasmo. Per esempio, il primo importante passo avanti è avvenuto quando abbiamo chiesto loro come si sentivano rispetto al trauma che gli studenti stavano vivendo e come ne erano toccati. All'inizio hanno risposto che non avevano notato che gli allievi stessero vivendo un trauma. Tuttavia, dopo pochi minuti, un insegnante menzionò uno studente che la preoccupava. Immediatamente parecchi altri insegnanti hanno cominciato a segnalare le difficoltà che gli allievi stavano avendo e di cui erano abbastanza preoccupati. Sembravano apprezzare veramente l'opportunità di condividere i loro sentimenti di preoccupazione rispetto agli studenti. Sembrava che quasi tutti gli insegnanti stessero vivendo un trauma indiretto. Molti degli insegnanti hanno riferito sintomi di stress come mal di testa e insonnia. Un'altra area di successo fu quella degli esercizi di ascolto. Diana ed io abbiamo mostrato diverse fasi del processo di ascolto, cominciando dall'ascoltare in silenzio mentre esprimevamo preoccupazione, e continuando attraverso un processo di ascolto con rispecchiamento semplificato. Gli insegnanti hanno davvero apprezzato di parlare tra loro di ciò che stavano vivendo in classe e di come percepivano i problemi. Appariva chiaro che avessero bisogno di un posto sicuro per esprimere i loro sentimenti e per avere la possibilità di costruire una comunità di sostegno.

Gli esercizi di "Creare uno spazio libero" hanno avuto molto successo. Gli insegnanti sembravano afferrare i concetti, ed erano in grado di praticare il processo. Il concetto di percepire il Felt Sense era più difficile da trasmettere, nel breve tempo che avevamo a disposizione.

Naturalmente c'era un'ampia differenza tra le risposte degli insegnanti ai workshop. Alla fine di ogni sessione, consegnavamo dei moduli di feedback e richiedevamo loro di scrivere alcune frasi che descrivessero la loro risposta al workshop. La maggior parte delle risposte sono state positive, e alcuni sono stati molto entusiasti soprattutto per gli esercizi di ascolto e di "Creazione di uno spazio". Alcuni degli insegnanti hanno riconsegnato le loro schede in bianco o hanno risposto che si erano annoiati. Alcuni insegnanti erano più aperti al contatto personale di altri. Oltre ai seminari strutturati, abbiamo fatto alcuni interventi individuali con insegnanti che stavano avendo problemi emotivi. Questi insegnanti hanno richiesto aiuto individuale e ci siamo incontrate individualmente con loro un paio di volte per ascoltare, con la modalità di ascolto del Focusing i loro problemi personali specifici e le tematiche riguardanti l'ambiente scolastico.

Siamo rimaste molto soddisfatte della risposta degli insegnanti ai materiali di lavoro. La maggior parte degli insegnanti ha letto tutto il materiale prima di ogni seminario e ne erano entusiasti.

Esito del progetto

Di recente, ho avuto un incontro informale con il dottor Hernandez, preside della scuola. Ero molto entusiasta nel sentire la sua visione positiva del nostro programma. Il dottor Hernandez mi ha detto che hanno sperimentato un significativo miglioramento in tutti e tre gli indicatori di successo nel loro programma scolastico. I tre indicatori utilizzati sono: voti, frequenza e tasso di abbandono. I voti sono migliorati, la presenza è migliorata e il tasso di abbandono (una delle loro preoccupazioni principali) è diminuito.

Attualmente sto valutando con il dottor Hernandez la pianificazione anticipata di un nuovo programma per una scuola superiore a Maywood, all'interno del Distretto Scolastico Unificato di Los Angeles. C'è la possibilità che la formazione di Focusing sia inclusa come parte di un nuovo programma volto a dare particolare attenzione agli studenti di terza media e ad aiutarli nel passaggio alle scuole superiori. Questo progetto è in una fase di pianificazione preliminare e non sapremo ancora per qualche tempo se ci sarà l'opportunità di presentare la proposta di includere il Focusing nel programma. La mia idea è che la formazione di Focusing per gli insegnanti potrebbe essere inclusa attraverso un approccio di squadra, che includa me e diversi formatori di Focusing. Fernando Hernandez ha suggerito di inserire una parte basata su Internet per il programma, che permetterebbe agli insegnanti di accedere a determinati materiali specifici sul Focusing.

Sono molto entusiasta della possibilità di presentare una proposta per un nuovo progetto di Focusing nell'autunno del 2010.

Mentre stavo scrivendo questo articolo non avevo ancora parlato con il dottor Hernandez rispetto a come il progetto era stato ricevuto. Io in realtà mi sono sentita delusa rispetto al programma, perché lo sforzo era stato così grande e le condizioni erano state tali che non avevamo potuto fare quanto volevamo. Ci siamo sentite come se fossimo immerse in un ambiente in continua evoluzione, con molta incertezza e instabilità, e di dover ridurre pesantemente lo scopo del progetto. Sono rimasta sorpresa di sentire il meraviglioso feedback positivo dal Dr. Hernandez.

Nonostante le grandi sfide presentate da questo progetto, siamo liete che sia stato ben accolto. Penso che questo rispecchi il potere del Focusing e l'efficacia della nostra presenza personale, nel dare attenzione alle esigenze degli insegnanti e del personale. Sembra che abbiamo avuto un effetto positivo, anche se l'intervento è stato limitato sia nel tempo che nel suo scopo. Siamo in attesa della possibilità di partecipare alla formazione di questo nuovo programma scolastico nell'autunno del 2010.