

## "WALKING PEOPLE"

*ovvero camminare e apprendere*

Valeria Pruzzi - 04/2013

*"L'unica cosa che so è che chi vuol imparare impara....."*

*Un insegnante, al massimo, è uno che facilita le cose, imbandisce la mensa, mostra agli altri che è eccitante e meravigliosa e poi li invita a mangiare... "*

In questa frase di Karl Rogers (esponente della psicologia umanista ) ritrovo pienamente tutto il mio modo di intendere la formazione e tutto il mio modo di agire il ruolo di formatore.

Mi rispecchia e "risuona" dentro di me.

"Imbandire la mensa" , dunque , è il mio mestiere ed è innegabile che ci sono molti modi per farlo; l'intento di queste note è raccontare il senso di alcune scelte metodologiche che nel corso degli anni ho privilegiato.

Vent'anni di esperienza nel campo dell'apprendimento degli adulti mi hanno confermato che tutte le resistenze insite in qualsivoglia proposta di cambiamento possono essere ammorbidite o abbattute se , alla percezione di utilità ( apprendo ciò che mi serve per la mia crescita ed il mio sviluppo), si affiancano l'attenzione alla creazione di un "clima" rilassato e proposte di lavoro attive e coinvolgenti dal punto di vista emozionale ( apprendo e "fisso" in me più velocemente ciò che mi emoziona).

In tale cornice rientrano progetti di " action learning" , attività d'aula operative e pratiche focalizzate sull'interpretazione di ruoli e sulla gestione di situazioni concrete ( strutturate sulla logica del "pretend play" ovvero il "facciamo finta che....." dei bambini) , utilizzo di materiale ludico ( costruzioni, carte da gioco), story telling con uso della fotografia , formazione esperienziale.

Ed eccoci a parlare di *formazione esperienziale e attività del camminare*.

La **formazione esperienziale** è una metodologia formativa basata sui seguenti aspetti:

- il partecipante è chiamato , attraverso l'attività proposta, a mettere in circolo il canale cognitivo, emotivo e fisico (apprendimento olistico e , proprio per questo, apprendimento accelerato)
- il partecipante affronta una sfida e trova nella sfida un terreno di sviluppo e utilizzo di energia e creatività ( il nuovo , il dis-confort come terreno di elaborazione di nuove soluzioni)
- il partecipante è chiamato a " riflettere su" dovendosi fermare , con il supporto del formatore/facilitatore, a "rivedere" azioni , scelte e conseguenze del proprio agire
- il partecipante "fa" , "agisce" ed ha modo di osservare subito e concretamente "cosa succede se..."
- il partecipante attraverso l'esperienza vive sensazioni e su di esse è chiamato a riflettere , favorendo in tal modo il processo di memorizzazione somatica (la memoria del corpo)

- il partecipante si diverte e , come i bambini, attraverso un'emotività positiva, apprende
- il partecipante , attraverso l'uso di una metafora (dal greco meta “oltre” e phero “trasportare”) è portato a usare competenze a lui utili per il ruolo professionale o per il proprio " stare bene nel mondo. Per questo è un'attività formativa

Ed eccoci all'attività del "camminare " collegata alla formazione esperienziale e al progetto "Walking People sui sentieri della Valle Versa".

Sinceramente non so cosa sia arrivato prima , se il desiderio di camminare nuovamente , forse più consapevolmente, sulle strade ed i prati di Golferenzo (la memoria va all'infanzia, alle passeggiate verso la Ca' o alla fontana con la mia famiglia, all'imparare ad andare in bicicletta , all'adolescenza serena , al buio puntato di stelle e lucciole...) , recenti esperienze personali di "cammino" o il desiderio professionale di sperimentare il "camminare" come metafora formativa.

Qualunque sia l'incipit del progetto, la proposta ha come obiettivo l'attivazione di risorse personali tramite un'esperienza fisica , basata sull'utilizzo di un'abilità innata e vissuta in un contesto naturale di straordinaria armonia , quiete e bellezza.

Volutamente distanti dalle sfide proposte dall'orienteeing nei boschi, dal rafting, dalla vela , vicini però alla sfida del self-empowerment (\*), camminare potrà servire a:

- vedere i propri punti forti e le proprie risorse attuali e potenziali
- soffermarsi sulle difficoltà che "una volta riconosciute e accolte" diventano un terreno di sperimentazione della propria auto- efficacia
- cogliere in modo evidente la relazione tra comportamenti adottati, conseguenze e responsabilità personali.
- valorizzare il pensiero positivo.

In sintesi , se l'apprendimento c'è nel momento in cui si apportano cambiamenti al nostro agire , favorire questo processo è alla base del mestiere del formatore. Ecco dunque il senso del camminare nella formazione.

Camminare è attivazione delle risorse dell'altro, non riempimento.

Camminare è una forma di scoperta e auto-ascolto piacevole.

Camminare significa coinvolgere il piano cognitivo (scelta , decisionalità) , emotivo ( nostalgia, serenità, piacere) e fisico ( muscoli, cuore , respiro , rumori, odori, colori, freddo, caldo...).

Il corpo non dimentica nulla e conserva eventi , visioni, sguardi e suoni in ogni cellula.

I ricordi corporei (memoria somatica) rimangono.

Rendiamoli belli.

---

\*Bruscaglioni (La società liberata, 1994, Angeli) Self Empowerment *“processo di ampliamento (attraverso il miglior uso delle proprie risorse attuali o potenziali acquisibili) delle possibilità che il soggetto può praticare e rendere operative e tra le quali può quindi scegliere”*