

STRUMENTO 6 - PROSPETTIVA/EQUILIBRIO**Modulo: IDENTITÀ****Foglio di lavoro****Obiettivi:**

Consapevolezza delle diverse prospettive.
Esercitarsi a scegliere tra diverse prospettive.
Sperimentare le diverse emozioni suscitate dai diversi punti di vista.
Prendere coscienza della propria visione attuale della vita.
Prendere coscienza del fatto che è possibile cambiare prospettiva.

Materiali necessari:

6-8 prospettive stampate su fogli A4
Tema stampato su fogli A4
Nastro adesivo
Libri e matite

Guida passo passo per la facilitazione:

- Prima che i partecipanti entrino nella stanza:
- Disegnate con il nastro adesivo una grande croce sul pavimento con 6-8 tasche tra una e l'altra.
- Inserite in ogni spazio una prospettiva stampata, per un totale di 6 o 8. Alternate una prospettiva ottimistica a una pessimistica.
- Spiegate ai partecipanti cosa rappresenta questo schema e come dovranno procedere nella fase successiva.
- Chiedete loro di visitare ogni prospettiva e di osservare come ci si sente a trovarsi in ciascuna di esse.
- Scegliete quella che vi sembra più adatta a voi e spiegate perché.
- Scegliere quello che ritengono meno vero per loro e spiegare il motivo.
- Chiedete loro di scegliere una prospettiva che li aiuti a trovare un lavoro.
- Fate un riepilogo della loro esperienza.

Durata prevista

55 minuti

Risultati attesi

Comprendere che è possibile scegliere diversi punti di vista per guardare a se stessi e al mondo.

Rendersi conto che esistono molte verità.

I partecipanti possono scegliere la prospettiva ("gli occhiali") che desiderano utilizzare quando osservano il mondo.

Aumentare la flessibilità e la capacità di risolvere i problemi.

Adattamenti specifici per l'autismo

Istruzioni strutturate e svolgimento prevedibile – Tempistiche flessibili e carico cognitivo ridotto. Adeguamenti dell'ambiente per ridurre al minimo lo stress sensoriale.

SUPPORTO VISIVO E SCRITTO		
🙄 Emozioni "negative" • Tristezza • Rabbia • Paura • Ansia • Senso di colpa • Vergogna • Gelosia	😊 Emozioni "positive" • Gioia • Amore • Eccitazione • Gratitudine • Orgoglio • Soddisfazione	😬 Sentimenti contrastanti • Sorpresa • Confusione • Curiosità • Nostalgia • Solievo
LA COSTELLAZIONE DI UN TEMA E LE 6-8 DIVERSE PROSPETTIVE 		
IL TEMA + 6-8 PROSPETTIVE DIVERSE PRONTE PER LA STAMPA		
LISTA DI CONTROLLO • Quanti sono i partecipanti: • Cosa ha funzionato e perché: • Cosa non ha funzionato come previsto: • Numero di partecipanti che hanno partecipato: • Fase 1 completata: • Fase 2 completata: • Fase 3 completata: • Fase 4 completata: • Debriefing completato:		

SUPPORTO VISIVO

La vita è...

Piena di sfide e aspettative

Qualcosa che devi solo lasciare andare

Impegnativa

Divertente e spensierata

Sovrastata dai social media

Magica