

# LIBERI DI SCEGLIERE

## (Laboratorio Filosofico di Consapevolezza di Sé)

### DESCRIZIONE DEL PROGETTO

Il presente progetto propone la pratica filosofica nella **scuola secondaria di secondo grado** come strumento di conoscenza del proprio sé individuale e sociale nei vari campi dell'esperienza umana.

Lo scopo didattico-pedagogico è quello di fornire agli/alle alunni/e uno spazio e delle tecniche di indagine del proprio Sé, che consentano a ciascuno/a di **scoprire il proprio talento (aretè)** e di esprimere le capacità **intuitive**, nell'ottica di uno sviluppo armonico della personalità.

Agli studenti e alle studentesse delle **classi del triennio** interessati/e, pertanto, si propone la partecipazione ad un **laboratorio filosofico di educazione alla scelta consapevole**. Le attività si articoleranno a partire dall'esame dei miti filosofici platonici (*Mito della Biga Alata, Mito della Caverna, Mito delle cicale, Metafora dell'animo umano*, ecc.).

Mediante tecniche di conoscenza di sé e degli altri quali il dialogo guidato, le attività cooperative, la riflessione su testi e concetti analizzati, gli esercizi di rilassamento e concentrazione-meditazione (anche attraverso l'ausilio della musica), i **membri dell'Associazione Paideia** accompagneranno i partecipanti nell'esame delle diverse componenti dell'animo umano (piano istintivo, emotivo, sentimentale, mentale e intuitivo), portandoli a riconoscere lo strettissimo legame che unisce corpo e anima, e favorendo la costruzione della consapevolezza di ciò che accade nella loro interiorità e nelle relazioni con gli altri.

Proprio per la natura del percorso proposto, il laboratorio potrà accogliere un **massimo di 18 studenti**.

Nel caso in cui il numero di richieste fosse esuberante, è possibile valutare l'attivazione di un secondo laboratorio.

### FINALITÀ

Sviluppare la **conoscenza di sé**, per scoprire il **proprio talento (aretè)** e vivere in maniera consapevole il presente, essendo in grado di riflettere su sé stessi, sulle relazioni con gli altri e con il mondo ed affrontare con serenità le scelte future.

### OBIETTIVI FORMATIVI

- 1) Educare alla **scelta consapevole** a partire dall'indagine filosofica del proprio Sé, sviluppando la capacità di formulare domande di senso che portino alla maturazione dell'identità, consentendo di conoscersi e di conoscere il mondo in cui si vive.
- 2) Far acquisire ai ragazzi conoscenza del proprio mondo interiore: istinti, emozioni, sentimenti, processi mentali, possibilità intuitive.
- 3) Portare gli studenti a conoscenza dei meccanismi che regolano le relazioni tra gli individui e tra di essi e l'ambiente in cui vivono.
- 4) Offrire uno spazio di dialogo con sé stessi e con i pari che consenta a ciascuno di **scoprire il proprio talento**.
- 5) Agevolare la riflessione sulle modalità con cui il proprio talento può **trovare espressione nel mondo** in cui si vive e sui fattori, interni e/o esterni al soggetto, che potrebbero impedirlo.
- 6) Far conoscere agli alunni tecniche che favoriscano l'attenzione, la concentrazione e l'armonizzazione delle proprie energie.
- 7) Stimolare la **creatività** dei ragazzi.

## ATTIVITÀ

- 1) Lettura e analisi dei miti filosofici proposti.
- 2) Dialogo guidato.
- 3) Pratiche di scrittura come tecnica di indagine e costruzione del Sé.
- 3) Attività che stimolino la creatività.
- 4) Esercizi di rilassamento, attenzione e concentrazione-meditazione, anche attraverso l'ausilio della musica.

## ORGANIZZATORI

Membri dell'associazione Paideia.

## DESTINATARI

Alunne/i delle **classi del triennio della scuola secondaria di secondo grado (massimo n. 18)**.

## TEMPI E SPAZI

**5 incontri da 2 ore** ciascuno **in orario extracurricolare**.  
Aule scolastiche.

## MATERIALE OCCORRENTE

Computer e proiettore o LIM.

## COSTO

Le attività verranno svolte gratuitamente.

## CONTATTI

e-mail: [mari.dibaudo@gmail.com](mailto:mari.dibaudo@gmail.com)  
numero di cellulare: 3896457998 (dott.ssa Maria Di Baudo)