



*E*ducare al
MOVIMENTO

In collaborazione con

 **SPORT
E SALUTE**

SCUOLA
DELLO SPORT

Sport e Scuola: come favorire l'alleanza educativa

Josefa Idem

Campionessa olimpica di canoa,
psicologa dello sport, del lavoro
e delle organizzazioni,
HR consultant e motivational speaker

*E*ducare al MOVIMENTO



In collaborazione con

 **SPORT
E SALUTE**
SCUOLA
DELLO SPORT

Il torto della ragione



Il torto della ragione

TUTTI HANNO RAGIONE OGNUNO LA PROPRIA

Una delle storie più significative ed efficaci riguardanti l'arte di ascoltare è quella di quel giudice saggio di fronte al quale furono portati i due litiganti. Il giudice ascolta il primo litigante con grande concentrazione e attenzione e "Hai ragione", gli dice. Poi ascolta il secondo e "Hai ragione", dice anche a lui. Si alza uno del pubblico: "Eccellenza, non possono aver ragione entrambi!". Il giudice ci pensa sopra un attimo e poi, serafico, gli dice: "Hai ragione anche tu!"

Citato da Mariella Sclavi in
Arte di ascoltare e mondi possibili

Garantire lo sviluppo equilibrato di tutte e 4 le aree cognitiva – motoria – emotiva – sociale

Sviluppo
del cervello



Sviluppo
emotivo



Sviluppo motorio

Sviluppo sociale





Questione di punti di vista



Ottimista

"Il bicchiere è mezzo pieno"



Realista

"Sì, d'accordo, è un bicchiere"



Idealista

"Un giorno, la fusione nucleare di questo bicchiere porterà la pace e la prosperità"



Comunista

"Questo bicchiere appartiene a noi tutti nella stessa uguale proporzione"



Opportunista

"Vedo una bella camicia qui"



Capitalista

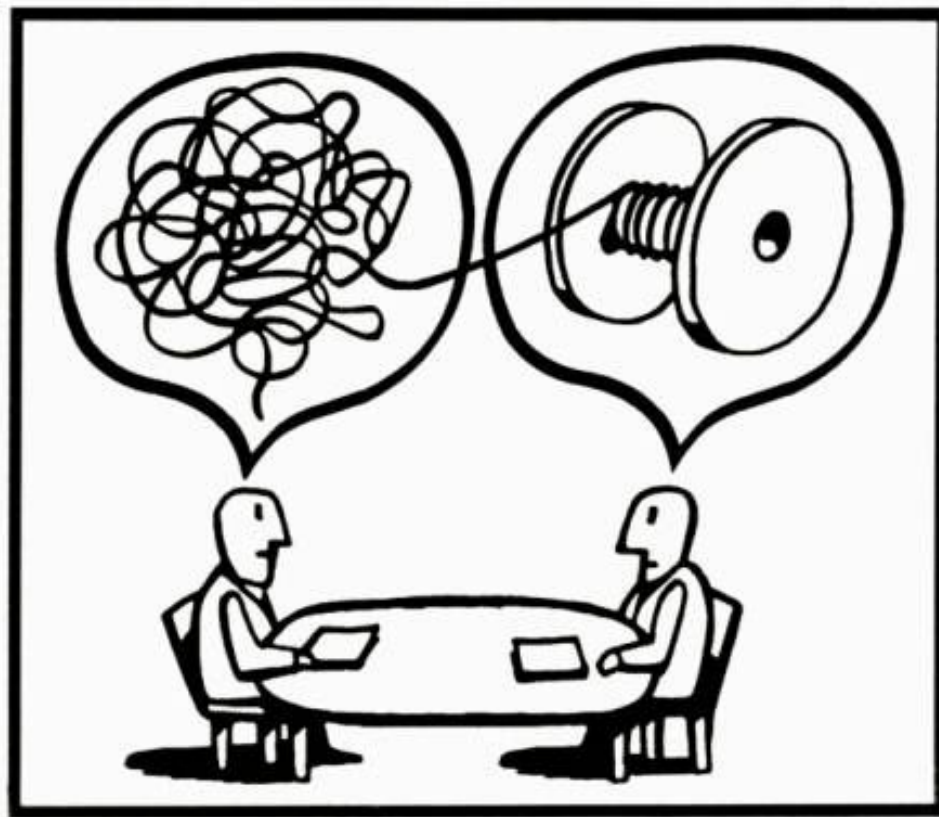
"Se lo imbottiglio e gli do un altro nome posso fare una fortuna"



Nichilista

"Questo bicchiere non esiste, in realtà neanche io"

Ascolto attivo



L'ascolto

Perché a volte non riusciamo ad ascoltare?

- **Ignorare:** ascolto solo per dovere
- **Interrompere:** è più importante ciò che so
- **Dialogo interno:** penso già a quello che dirò
- **Ascolto selettivo:** solo ciò che mi interessa
- **Ascolto con filtro:** giudizio e pregiudizio
- **Ascolto attivo:** apertura al messaggio



L'ascolto attivo e empatico

- Prestare attenzione
- Sospendere il giudizio
- Comunicare comprensione
- Evitare distrazioni
- CNV
- Riformulare quanto è stato detto



Sospendere il giudizio



Il conflitto

Nasce spesso dal bisogno di affermazione:

- del proprio ruolo
- delle proprie idee
- delle proprie opinioni
- delle proprie ragioni
- DEL PROPRIO IO



Strategie per prevenire il conflitto

- "Vediamo se ho capito bene..."
- "Quindi mi stai dicendo..."
- "Secondo te allora..."
- "Dal tuo punto di vista quindi..."



Grazie per
l'attenzione!



Educare al 
MOVIMENTO

In collaborazione con



**SPORT
E SALUTE**
SCUOLA
DELLO SPORT