

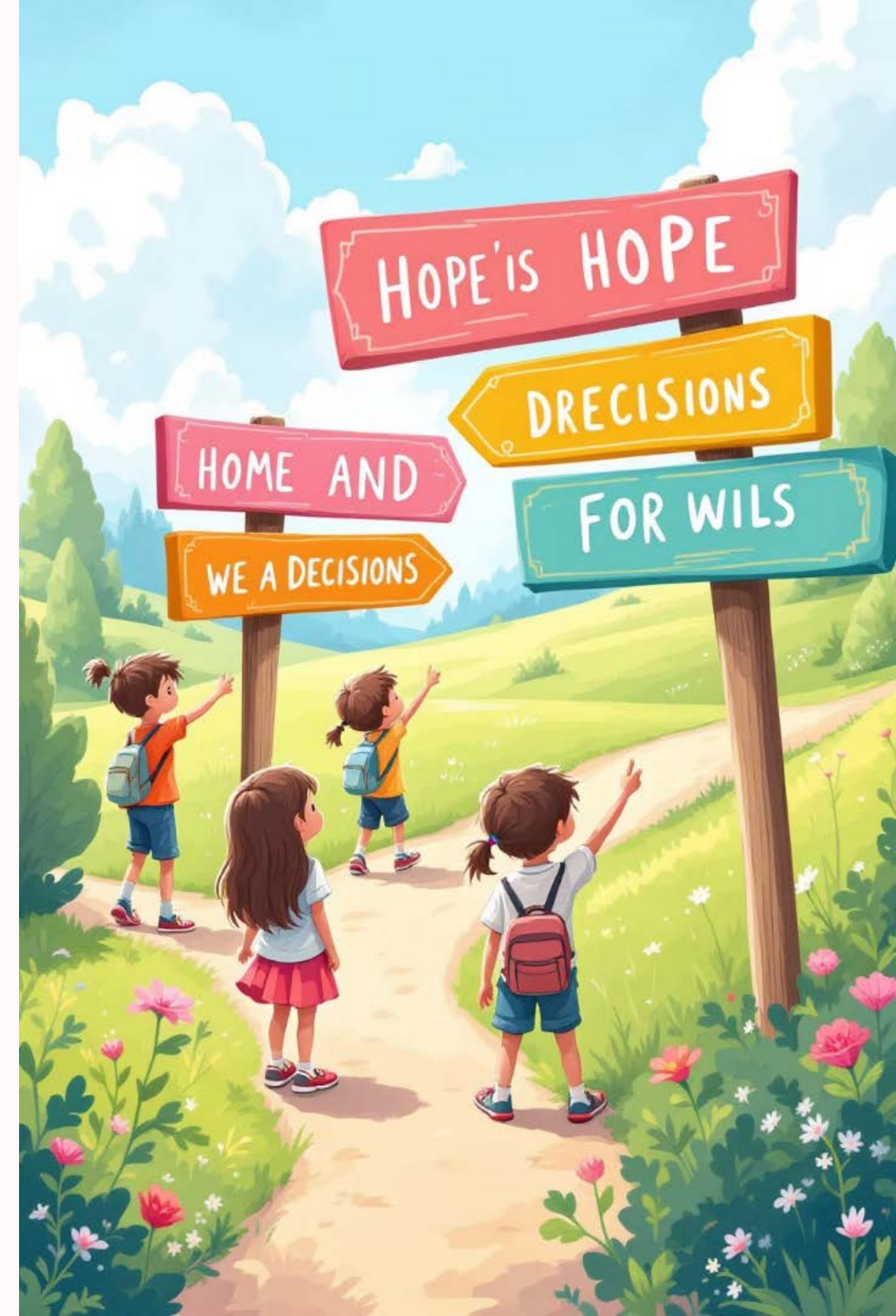
# Life Skills Training

## UNITÀ 2 PRENDERE DECISIONI: FA' LA COSA GIUSTA!

Benvenuti all'Unità 2 del nostro percorso educativo dedicato a un'abilità fondamentale nella vita di ogni persona: prendere decisioni in modo consapevole. In questo modulo, esploreremo insieme un semplice ma efficace modello decisionale che aiuterà i bambini a sviluppare questa competenza essenziale.

Attraverso attività pratiche e riflessioni guidate, i vostri alunni impareranno a riconoscere l'importanza di fermarsi, riflettere e poi agire - un'abilità che li accompagnerà per tutta la vita, aiutandoli a fare scelte sempre più autonome e orientate al proprio benessere.

 **by Danilo Cozzoli**



# L'Importanza di Decisioni Consapevoli

Insegnare ai bambini a prendere decisioni va oltre le questioni immediate come rispondere a un insegnante o evitare pericoli. Si tratta di un tema più complesso che influenzerà il loro futuro, incluse scelte sulla salute e possibili comportamenti a rischio in adolescenza.

Se i bambini si abituano a decisioni veloci e impulsive, tenderanno a mantenere questo stile per tutta la vita. Al contrario, incoraggiandoli a riflettere con attenzione, svilupperanno abitudini positive che li accompagneranno nella crescita.

Questa Unità si concentra sull'insegnare un modello semplice di presa di decisioni consapevole. I bambini conosceranno questo modello e lo applicheranno a situazioni reali. Quanto più si eserciteranno, tanto più probabilmente faranno affidamento su questo comportamento appreso nelle situazioni reali.



## Sviluppo di Abitudini Positive

La riflessione attenta sulle decisioni crea modelli comportamentali duraturi



## Protezione per il Futuro

Buone abilità decisionali preparano a scelte appropriate sulla salute



## Apprendimento Pratico

L'esercizio con situazioni reali rafforza il comportamento desiderato

# Obiettivi e Struttura dell'Unità

Questa unità didattica è stata progettata per fornire agli alunni gli strumenti necessari per prendere decisioni in modo attento e consapevole. Attraverso un percorso strutturato, i bambini impareranno a riconoscere i processi decisionali e ad applicare un modello semplice ma efficace nelle situazioni quotidiane.

Il metodo dei tre passi "Stop-Pensa-Vai!" rappresenta il cuore di questa unità, offrendo ai bambini un approccio pratico e facilmente memorizzabile. Le attività proposte richiederanno circa 3 ore complessive e utilizzeranno principalmente la Guida dello Studente come materiale didattico.

## Finalità

Insegnare agli alunni un modello semplice per prendere decisioni in modo attento e consapevole

## Obiettivi Principali

- Identificare come si prendono decisioni
- Conoscere il modello di base di presa di decisioni
- Fare pratica nell'utilizzo del modello di presa di decisione

## Vocabolario Chiave

- Decisione
- Risultato

# Introduzione al Tema delle Decisioni

Oggi parleremo di come e perché le persone prendono decisioni. Ogni giorno tutti facciamo delle scelte; a volte è molto semplice, altre volte è più difficile. In alcuni casi si può scegliere da soli, in altri è opportuno scegliere con l'aiuto di qualcuno, come i genitori, gli insegnanti e gli amici.

È importante tenere conto dei consigli degli altri, senza farsi tuttavia influenzare in maniera eccessiva, imparando a prendere decisioni in modo sempre più autonomo. Questo equilibrio tra ascolto e autonomia rappresenta una competenza fondamentale che i bambini svilupperanno gradualmente.

Le decisioni che prendiamo ogni giorno, anche quelle apparentemente piccole, contribuiscono a formare la nostra identità e influenzano il nostro benessere. Imparare a prendere decisioni consapevoli è quindi un'abilità essenziale per la vita.



## Riconoscere la Decisione

Identificare quando è necessario fare una scelta

## Valutare il Supporto

Decidere se è meglio scegliere da soli o con aiuto

## Considerare le Opzioni

Esaminare le alternative disponibili

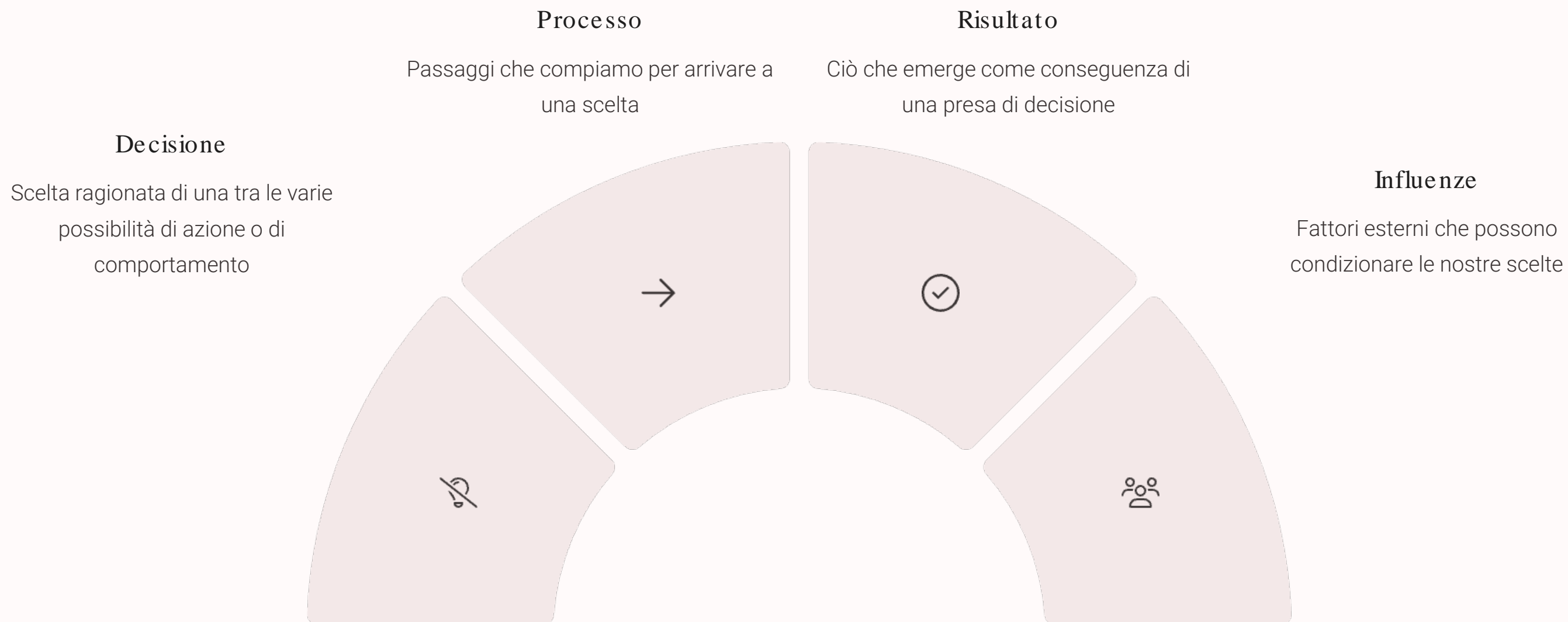
## Fare la Scelta

Prendere una decisione autonoma e consapevole

# Attività 1: Cos'è una Decisione?

Chiedete agli alunni di fare degli esempi, presi dalla loro vita quotidiana, relativamente a prendere una decisione o fare una scelta, segnandoli su una lavagna. Questo esercizio aiuta i bambini a riconoscere i momenti decisionali nella loro esperienza personale.

Successivamente, guidate la classe nella ricerca di una definizione per le parole "decisione" e "risultato". Al termine dell'attività, riportate le definizioni alla lavagna o su cartellone, creando un riferimento visivo che accompagnerà l'intera unità didattica.




# Attività 2: Le Mie Decisioni Quotidiane

Chiedete agli alunni quali decisioni hanno preso oggi e quali decisioni capita loro di prendere solitamente. Invitateli a compilare la Scheda 5 "Le mie decisioni quotidiane", riflettendo su scelte fatte in diversi contesti: a casa, a scuola e con gli amici.

Dopo la compilazione della scheda, avviate una discussione chiedendo ai vostri alunni di valutare se ciascuna delle decisioni riportate sia stata "facile" o "difficile", con l'indicazione di spiegare sinteticamente in base a quali elementi hanno preso la loro decisione.

Contesto	Esempio di Decisione	Difficoltà
A Casa	Aiutare la sorella con i compiti invece di guardare i cartoni	Facile/Difficile
A Scuola	Dire alla maestra di non aver capito la spiegazione	Facile/Difficile
Con gli Amici	Andare a giocare al parco	Facile/Difficile



**Scheda 5**

## LE MIE DECISIONI QUOTIDIANE

Pensa a quali decisioni hai preso oggi e alle decisioni che ti capita di prendere solitamente.

Scrivi alcuni esempi di decisione che prendi a casa, a scuola e con i tuoi amici.

**A CASA**

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**A SCUOLA**

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

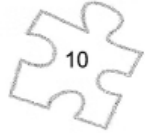
**CON GLI AMICI**

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



10

LifeSkills Training: Promoting Health and Personal Development, Primary School Program, Level One Student's Guide. Copyright 2021 Dr Gilbert J. Brown. All Rights Reserved. Traduzione e adattamento di Bahin, G. J.

# Punti da Evidenziare

Spesso prendiamo decisioni velocemente, senza pensarci a lungo: anche se non ce ne rendiamo conto, per giungere ad una decisione eseguiamo alcuni passaggi. Questo processo automatico può essere reso più consapevole attraverso la riflessione e la pratica.

Ogni decisione, anche quelle che sembrano istantanee, segue un percorso logico che può essere analizzato e migliorato. Rendere visibili questi passaggi aiuta i bambini a comprendere che possono avere maggiore controllo sulle proprie scelte.

La consapevolezza del processo decisionale è il primo passo per sviluppare un approccio più riflessivo e meno impulsivo alle scelte quotidiane, preparando i bambini ad affrontare decisioni sempre più complesse con gli strumenti adeguati.



## **Decisioni Rapide**

Molte scelte quotidiane vengono prese in modo quasi automatico, senza una riflessione approfondita



## **Processo Nascosto**

Anche nelle decisioni veloci seguiamo inconsciamente dei passaggi logici che possono essere analizzati



## **Consapevolezza**

Riconoscere questi passaggi è il primo passo per migliorare il nostro processo decisionale



# Attività 3: Il Modello di Presa di Decisione

Scegliete un testo narrativo tra i molti presenti nella letteratura dell'infanzia, in cui siano messe particolarmente in evidenza una presa di decisione e le relative conseguenze (ad esempio nella fiaba "I tre porcellini", ogni porcellino sceglie di costruire la casa in modo diverso, con conseguenze diverse all'arrivo del lupo).

Successivamente, illustrate il metodo dei Tre Passi "Stop, Pensa, Vai!", spiegando i tre passaggi che eseguiamo per prendere una decisione, utilizzando le scelte dei personaggi della storia come spunto di riflessione.



## STOP

Chiediti qual è il problema o la decisione da prendere

## PENSA

Chiediti quali sono le alternative possibili e le tue preferenze. Pensa anche a quali conseguenze e risultati possono portare le diverse opzioni.

## VAI!

Agisci e fai ciò che è meglio per te!



# Attività 4: Quale Decisione Vorresti Prendere?

Dividete la classe in piccoli gruppi e assegnate a ciascuno una delle situazioni elencate, chiedendo loro di applicare il metodo dei Tre Passi, come presentato nella Scheda 6 "Quale decisione vorresti prendere?".

Le sezioni della scheda sono accompagnate da alcune domande stimolo che possono aiutare gli alunni nel processo di riflessione. Successivamente condividete con tutta la classe i lavori dei sottogruppi, facilitando il confronto tra le diverse soluzioni proposte.



## Identificare la Situazione

Comprendere il contesto decisionale



## Applicare il Metodo

Seguire i tre passi: Stop-Pensa-Vai!



## Condividere in Gruppo

Confrontare le diverse soluzioni



## Discutere con la Classe

Presentare e analizzare insieme i risultati



Scheda 6

## QUALE DECISIONE VORRESTI PRENDERE?

Leggi la situazione assegnata. Usa il modello Stop-Pensa-Vai! per prendere una decisione.

**Descrivi la situazione - Chi è coinvolto? Cosa sta succedendo?**

---

---

---

**STOP e Identifica il problema - Quale scelta deve compiere la persona?**

**Perché la persona ha dei dubbi e non riesce a prendere una decisione?**

---

---

---

**PENSA alle alternative e ai possibili risultati**

ALTERNATIVE Cosa potrebbe decidere di fare la persona? Tu cosafaresti al suo posto?	RISULTATI Per ogni alternativa considerata, come cambierebbe la situazione? Quali potrebbero essere le conseguenze?
1.	1.
2.	2.
3.	3.

**VAI! Agisci e fai ciò che è meglio per te - Qual è la decisione migliore? Perché?**

---

---

---



# Punti da Evidenziare

Qualche volta prendiamo decisioni affrettate senza pensarci veramente bene. Alcune volte va tutto bene, ma altre volte facendo la scelta sbagliata si corre il rischio di non ottenere quanto sarebbe più utile per noi.

Usare il modello Stop-Pensa-Vai! può aiutarci a prendere la decisione migliore, dedicando la giusta attenzione al processo decisionale. Questo approccio strutturato ci permette di considerare tutte le opzioni disponibili e le loro possibili conseguenze.

La pratica regolare di questo metodo aiuta a sviluppare un'abitudine alla riflessione che diventerà sempre più naturale con il tempo, migliorando la qualità delle nostre decisioni quotidiane.



# Diario di Viaggio: Buon Compleanno!

Chiedete a ciascun alunno di provare ad applicare quanto imparato oggi nella situazione proposta dal Diario di viaggio nella Scheda 7 - Guida dello studente. "I tuoi genitori ti stanno aiutando ad organizzare una tua festa con i tuoi amici. Ti dicono che puoi scegliere tra 3 tipi di festa."

Gli alunni dovranno utilizzare il metodo Stop - Pensa - Vai! per decidere quale tipo di festa organizzare tra le opzioni disponibili. Se lo ritenete opportuno, chiedete agli alunni di condividere ciò che hanno scritto con la classe e, se qualcuno lo desidera, anche con i propri genitori.



## Opzione 1

Invitare tre amici e trascorrere la giornata in un parco giochi



## Opzione 2

Invitare sei amici ad andare al cinema e mangiare una pizza



## Opzione 3

Invitare dieci amici a casa per un pigiama party

# Per Riassumere...

Tutti prendiamo molte decisioni ogni giorno: alcune più piccole, altre più importanti. A volte lo facciamo senza pensarci troppo, ma esistono dei passaggi che eseguiamo per arrivare a decidere. Il metodo Stop-Pensa-Vai! che abbiamo imparato oggi può essere applicato tanto ai piccoli quanto ai grandi problemi.

Riflettere insieme sulle attività svolte aiuta a consolidare l'apprendimento. Chiedete agli alunni: Di cosa abbiamo parlato in questa unità? Quali attività abbiamo fatto insieme? Cosa è stato facile e cosa difficile? Perché? Cosa hai imparato da questa unità? In che modo potrà esserti utile per stare bene nella vita di tutti i giorni?



# Lettera alla Famiglia

Gentile Famiglia, la nostra classe ha affrontato il tema del "saper prendere decisioni". Abbiamo imparato che decidere significa fare una scelta ragionata tra le varie possibilità di azione e che a ogni decisione corrispondono risultati e conseguenze differenti.

In classe abbiamo sperimentato insieme un modello di presa di decisione, chiamato "Stop - Pensa - Vai!", che insegna a prendere decisioni in modo ragionato e non superficiale. Abbiamo sottolineato inoltre come spesso sia importante confrontarsi con un adulto o con un amico in merito alle decisioni da prendere.

## 1

### Obiettivo Comune

Sviluppare l'autonomia decisionale orientata al benessere

## 2

### Modi per Supportare

Chiedere spiegazioni e coinvolgere nelle decisioni familiari

## 3

### Passi del Metodo

Stop, Pensa, Vai! - un approccio semplice ma efficace





# Idee per l'Integrazione nel Curriculum

Il modello decisionale "Stop-Pensa-Vai!" può essere efficacemente integrato in diverse aree del curriculum scolastico, offrendo opportunità di apprendimento trasversale e consolidamento delle competenze acquisite.

**Scienze:** Applicare il modello per formulare ipotesi, fare previsioni e trarre conclusioni durante gli esperimenti scientifici.

**Italiano e Teatro:** Analizzare le decisioni dei personaggi nelle storie e improvvisare scenette sulle conseguenze di scelte diverse.

**Matematica:** Utilizzare il processo decisionale per risolvere problemi complessi, valutando diverse strategie di soluzione.

**Arte e Immagine:** Creare rappresentazioni visive del modello decisionale e progetti artistici che riflettono il processo di scelta.

**Storia:** Esaminare eventi storici significativi attraverso la lente delle decisioni prese dai protagonisti e delle loro conseguenze.