

RP Tools^{ITA Version}

Typology – RESTORE Implementation Matrix





Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Le Souffle
association socio-éducative européenne



RP CIRCLES

RP Circles

(RESTORE Implementation Matrix – ITA Version)

WHAT?

It is an Italian adaptation of the tools “Proactive Circles” and “Restorative Circles” of the RESTORE Project’s Implementation Matrix, based on reference literature by IIRP and Le Souffle, with the direct supervision by Le Souffle.

PURPOSE

The purpose is to provide interested Italian readers with basic elements to approach RPs.

DESCRIPTION

This document offers a concise but accurate overview about the Circles in RPs, along with examples and hints derived from the activities within the RESTORE project.



Restorative Circle Training hosted by Llgand (RESTORE Project, Kortrijk – BE, 2019)

Cerchi RP

I cerchi sono uno strumento fondamentale per le RP. Ovviamente non si tratta di reinventare la ruota: riti in cerchio vengono fatti sin dagli albori della civiltà umana, e nelle scuole italiane sono diffuse una quantità di varianti di Circle Time. Ciò che caratterizza i cerchi RP è un mix di ritualità, emozionalità e funzionalità derivante dal rapporto con gli altri RP Tools ed elementi del Continuum RP. In questa sezione si riporta una panoramica sui cerchi RP dal punto di vista delle esperienze sperimentate dal **CRESM** nell'ambito del progetto Erasmus+ RESTORE, grazie alla formazione ricevuta da Le **Souffle** ed **IIRP Europe**.

Contenuti della sezione:

Cerchi di Ascolto o di Parola, Cerchi Proattivi

Cerchi Restorativi (introduzione)

The DIRCLE

Esempi di Check-in e Check-out

Cerchi di Ascolto (o di Parola) e Cerchi Proattivi

I cerchi RP attribuiscono particolare importanza agli aspetti di empowerment individuale e collettivo. In questa discussione ci si riferisce ad un adattamento metodologico dei Cerchi di Parola (o Cerchi di Ascolto, Dialogue Circles) derivati dal programma ProDAS (Programme de Développement Affective e Social), concepito nell'America del Nord come un metodo strutturato per aiutare ciascuno a identificare la coscienza di sé (inclusi sentimenti e frustrazioni) e le proprie risorse personali, ed a vivere meglio le relazioni sociali. Si tratta di un metodo di comunicazione di gruppo, che riserva a ciascuno l'occasione di potersi esprimere su temi prestabiliti in sicurezza e verità in un contesto di protezione simbolizzato dal cerchio. I cerchi di parola permettono di imparare ad ascoltare senza interrompere gli altri e senza fare commenti, secondo i principi del rispetto della persona e del non-giudizio. Tali metodologie sono riproposte e riadattate per valorizzare l'intelligenza emozionale personale ed interpersonale, e più in generale l'intelligenza collettiva. Il rapporto tra i partecipanti è alla pari.

I Cerchi di Parola si svolgono condividendo un insieme di "regole" di base, come le seguenti 6 (Le Souffle):

1. parlare in prima persona
2. ascoltare senza interrompere
3. accogliere quanto si dice senza giudicare o prendere in giro
4. partecipare volontariamente e sinceramente
5. le parole di ciascuno hanno lo stesso peso
6. ciò che si dice nel cerchio resta nel cerchio

I cerchi sono di solito condotti da due facilitatori RP adeguatamente formati e "complici", possibilmente seduti di fronte; iniziano con un check-in (accoglienza) e si concludono con un check-out (commiato), possono prevedere varie fasi di debriefing (riflessione e valutazione collettiva) su invito dei facilitatori.

La ritualità ed il ricorso a simboli evocativi possono essere fattori importanti, ed i facilitatori in questo senso possono introdurre le dosi opportune di creatività e teatralità.

Per agevolare la regola dell'ascoltare senza interrompere, si può fare uso di un oggetto che fa da testimone (possibilmente morbido!) per il passaggio di parola: solo chi è in possesso del testimone può parlare, ed i facilitatori governano il passaggio del testimone tra i partecipanti, uno per uno a turno nel cerchio in senso orario o antiorario (deciso dal primo intervento), od a saltare a seconda dei casi.

Ad esempio, in molti cerchi nelle scuole abbiamo usato il cavallino Hyppo (preso in prestito dalla figlioletta di una nostra collega :-), e proposto le seguenti "regole del cerchio", che, se approvate dai partecipanti, venivano fissate al centro del cerchio tramite le "pietre della concordia":



TURNO e TEMPO

- Si parla solo se in possesso del "testimone", solo su richiesta o per turno, senza interrompere o commentare; si può richiedere la parola alzando la mano (mano con indice: prenotazione della parola; mano piena: stop, attenzione immediata).

- Si parla prendendosi il giusto tempo, stando comunque attenti a lasciare spazio anche agli altri: le parole di ognuno hanno lo stesso peso.

IO

Parlare di sè e per sè (in prima persona), liberamente e con sincerità, in maniera diretta

ACCOGLIENZA

Accogliere le parole degli altri senza giudicare, prendere in giro, incolpare

COMFORT

Il cerchio si mette in pausa in caso di eccessiva confusione (il testimone si ferma al centro del cerchio); gli smartphone vanno silenziati; i partecipanti si chiamano per nome e si danno del "tu".

RISERVATEZZA

Ciò che si dice nel cerchio rimane dentro il cerchio (riguardo alla sfera personale).

QUI e ADESSO

Impegnarsi ad essere "presenti" fisicamente e mentalmente; ascoltare, osservare

Le regole evidenziate in rosso sono basilari per tutti i tipi di cerchi RP, ma anche per gestire conflitti occasionali tramite riunioni informali improvvisate (es. le Small Impromptu Conference, anche non in forma di cerchio) in cui si può fare uso delle Restorative Questions.

Le regole evidenziate in blu possono essere proposte se adeguate al caso. Ad esempio, per coadiuvare la regola del "Qui e Adesso", si può proporre un check-in basato sulla respirazione (vedere più avanti).

E' importante tenere presente che:

- la partecipazione al cerchio è libera e spontanea;
- il cerchio inizia e termina con gli stessi partecipanti (per quanto possibile);
- i facilitatori sono i garanti del rispetto delle regole;
- se si concordano delle regole accessorie, i facilitatori per primi devono adoperarsi per il loro rispetto. La parola dei facilitatori dev'essere autorevole: se si è concordato di interrompere e rinviare un cerchio "alla quarta volta che Hyppo va al centro", così deve accadere (eventualmente diventa un'occasione per riflettere sulle conseguenze delle azioni ed assumersi le responsabilità);
- il cerchio è paritetico: se sono presenti delle figure di autorità (es. preside, vice-preside...), condivideranno come gli altri le stesse regole (es. darsi del tu).



Cerchio in classe (una quinta elementare) con le regole al centro e segnaposti per i partecipanti.

I **Cerchi di Parola** solitamente non hanno un tema di discussione prestabilito, nell'ottica del Continuum RP possono essere finalizzati all'ascolto di esigenze, bisogni o problemi dei partecipanti, o semplicemente alla libera espressione di emozioni (Tomkins' Blueprint), ad esempio chiedendo a ciascuno, a turno, "come vi sentite da 1 a 10?". Possono essere svolti in maniera estemporanea, seduti o all'impiedi, purché ci sia lo spazio fisico per il cerchio. Possono avere una durata e una cadenza variabili (es. in una classe un paio di volte a settimana), ed i facilitatori (in tal caso spesso docenti) possono ricorrere a piccoli pretesti (o anche alle Affective Questions o Restorative Questions) per innescare brevi discussioni (es. certe difficoltà sui compiti per casa; cfr video "Restorative Problem Solving Circle in School" relativo ad una scuola di Dublino).

Spesso si avviano **Cerchi di Parola** per provare a far emergere problemi latenti di relazioni (o di comunicazione) tra docenti e allievi, o anche tra gli stessi allievi. Con l'aiuto di facilitatori esperti, gli allievi possono trovare le condizioni di agio e relativa confidenza per aprirsi e condividere informazioni inattese e sorprendenti, che compagni e docenti non avrebbero sospettato o appreso diversamente. Spesso si risolvono delle incomprensioni che, in mancanza di spazi di discussione, sarebbero diventati conflitti piuttosto seri (funzione preventiva dei cerchi). È importante costruire e mantenere un clima di tranquillità e confidenza, che non metta sotto pressione i partecipanti per ottenere una soluzione veloce ma effimera. Se comunque dovesse emergere un conflitto o una questione di una certa rilevanza, si può affrontare successivamente l'argomento in cerchi dedicati e più strutturati quali i **Cerchi Proattivi** e Restorativi, o anche tramite incontri di Mediazione.

Per stimolare ulteriormente la riflessione e la presa di coscienza, nelle fasi di debriefing i facilitatori possono proporre le **4 domande integrative** (Le Souffle/ ProDAS):

cosa avete ascoltato di simile?

cosa avete ascoltato di diverso?

cosa vi ha colpito?

cosa avete imparato? (cosa portate con voi dell'esperienza?)

Nei **Cerchi Proattivi** il focus è invece su temi ben precisi pre-stabiliti, ed in tal senso conviene strutturarne lo svolgimento con adeguata preparazione. Per i facilitatori può essere di aiuto condividere uno script del cerchio (un cronoprogramma delle attività); quello che segue è un esempio sul bullismo.

Script per Cerchio Proattivo sul Bullismo (durata prevista circa 2 ore)

F1: Facilitatore1, F2: Facilitatore2 (incontrano per la prima volta una classe; vengono usati fogli A4 piegati come segnaposti, su cui i partecipanti scrivono liberamente un loro soprannome tramite pennarelli colorati)

1. preparazione setting cerchio con segnaposti e nicknames

2. F2: breve presentazione dell'attività

3. F1: check-in

a. (facilitatori seduti accanto) disporsi in ordine, nel cerchio, prima per nr civico di abitazione, poi per colore degli occhi (portare con sè i segnaposti)

b. debriefing libero: cosa avete dovuto fare per superare la difficoltà? (importanza di cercare i "punti di vista degli altri)

c. (facilitatori seduti di fronte) spiegazione delle regole del cerchio, sorvegliate dai facilitatori che interverranno se vengono infrante; regole approvate con "alzate la mano se siete d'accordo":

1 - turno e tempo (non interrompere o commentare)

2 - io (parlare per sè)

3 - non giudizio (non giudicare, non incolpare)

4 - riservatezza

5 - comfort (eventuale "regola delle 3 chances")

d. tutti a turno: come vi sentite da 1 a 10?

e. liberi: qualcuno vorrebbe motivare la risposta?

4. discussione proattiva

a. F2: video "ciao Bullo (quelli di Lesmo)" (4 min)

b. F2: debriefing video

-
- i. a turno: quali emozioni avete provato guardando il video? (ruota di Plutchik a disposizione, gradazioni e combinazioni di gioia/tristezza, paura/rabbia; libera espressione di emozioni)
 - ii. liberi: quale parte o frase vi ha colpito di più? (testo canzone su schermo o lavagna)
 - c. F2: mini role play con 3 personaggi: bullo/autore, vittima, facilitatore; viene letto uno scenario a tutti, vengono scelte tre volontari per i ruoli (raccolta candidature con un passo avanti nel cerchio, eventualmente usare un criterio imparziale - fair process - per la selezione, come estrazione carta più alta da un mazzo); bullo e vittima ripetono lo scenario dal loro punto di vista, il facilitatore fa le domande (RQ assistite da F1 ed F2) a bullo e vittima
 - d. F1 (se tempo sufficiente): domande di disarruolamento per i personaggi:
 - cosa ti è piaciuto del tuo ruolo?
 - cosa cambieresti la prossima volta?
 - in cosa sei diverso tu dal tuo personaggio?
 - e. debriefing role play (cerchio)
 - i. F2: liberi: quale parte o frase vi ha colpito di più?
 - ii. F1: restituzione del senso dell'attività, importanza dell'ascolto (senza giudizi o pregiudizi) dei differenti punti di vista, e della presa di coscienza delle conseguenze delle proprie azioni, sul piano sia materia le che emotivo (la libertà di espressione delle emozioni, e lo scambio di emozioni, sono importanti per migliorare le relazioni; rif. al video)
 - f. F1: "secondo voi cosa potrebbe fare la scuola, o si potrebbe fare a scuola, riguardo al bullismo?" (idee concrete e fattibili, quali sportello o spazio di ascolto, cortometraggi, poesie, canzoni...); "scrivete sul retro del segnaposto la vostra idea concreta sul bullismo"
5. F1: check-out
- a. gioco "Mira e soffia" (vedere sezione dedicata più avanti)

Si intuisce come sia importante per i facilitatori essere in due, gestire un cerchio del genere non è banale e richiede esperienza. A volte per i partecipanti non è facile "rompere il ghiaccio", a volte invece sono esuberanti e non è facile prendere nota delle prenotazioni di chi vuole parlare con imparzialità. Lo script è di aiuto (trust the script!) ma talvolta occorre improvvisare qualcosa.

Il numero di partecipanti non dev'essere eccessivo (se possibile non oltre 25, numero ottimale 20) per dare la possibilità a tutti di avere uno spazio di espressione, e non disgregare l'atmosfera di "connessione" collettiva del cerchio. Devono essere sempre e comunque salvaguardate le condizioni di sicurezza e comfort dei partecipanti (F.R.E.S.H.: Fair, Respect, Engage, Safe & Honest), interrompendo il cerchio se necessario. In una scuola potrebbe essere una buona idea sistemare un box per raccogliere richieste anonime di Cerchi RP da parte degli alunni, in cui si specifica almeno la classe di riferimento ed il tema da affrontare. Analogamente potrebbe essere fatto per i docenti (senza anonimato).



Check-out di un cerchio con una canzone gitana cantata da una Mediatrice spagnola ospite

Introduzione ai Cerchi Restorativi (Restorative Conferences)

I Cerchi Restorativi (Restorative Conferences, o CRG - Concertation Restaurative en Groupe) rappresentano il Tool RP con maggiore grado di formalità e struttura nel Continuum RP considerato in questo percorso. Si ricorre ai Cerchi Restorativi in caso di conflitti agiti piuttosto seri, che coinvolgono un discreto numero di persone tra autori, vittime, supporter degli uni e degli altri. Richiedono un addestramento particolare per i facilitatori, per cui questa discussione ha un carattere solamente introduttivo; per approfondimenti si rimanda ai corsi organizzati da IIRP o Le Souffle, o alla bibliografia di IIRP Europe, o al libro di Joëlle Timmermans (direttrice di Le Souffle) "Pratiquer la Concertation Restaurative en groupe avec des jeunes".



Formazione Facilitatori RP con John Boulton (IIRP Europe) - Kortrijk (Belgio), 2019 (Progetto E+ RESTORE)



Formazione Facilitatori RP con Joëlle Timmermans (Le Souffle) - CRESM, 2019 (Progetto E+ RESTORE)

E' importante anzitutto chiarire cosa NON sono i RC:

- patrocinio per rappresentare una delle parti;
- arbitrato: i facilitatori non prescrivono soluzioni o opzioni per un accordo; facilitano il processo di riparazione, le proposte provengono dalle persone direttamente coinvolte;
- consulenza, orientamento, investigazione, giudizio; i facilitatori non sono lì per dire ciò che è giusto o sbagliato (cfr. "Guide des attitudes socio-professionnelles", Le Souffle; "Being Restorative, Attitude", IIRP).

Nell'ipotesi che un'organizzazione, con in organico facilitatori RP adeguatamente formati, riceva il mandato di organizzare e gestire un CR, le fasi di preparazione, svolgimento e follow-up (monitoraggio) sarebbero, sommariamente: interviste preparatorie (in presenza, telefoniche o tramite videochiamate), basate su Restorative Questions, rivolte a ciascuno degli interessati coinvolti (vittime, autori, supporter di ambo le parti, rappresentanti dell'autorità...) definizione delle strategie da adottare in base ai partecipanti, inclusa la messa a punto della disposizione delle persone nel cerchio (es. segnaposti e accoglienza) svolgimento del cerchio vero e proprio (F.R.E.S.H.), coinvolgendo tutti i partecipanti, tramite un predefinito script basato sulle Restorative Questions elaborazione del Piano di Riparazione (insieme di azioni materiali e concrete), concordato e sottoscritto dagli interessati cerchio di monitoraggio (all'incirca un mese dopo).

E' importante sottolineare come i principi del Fair Process sottendano le varie fasi: gli script utilizzati devono presentare per tutti domande (RQ) e schemi ricorrenti, chiari, coerenti. Questo contribuisce a creare un relativo clima di confidenza se non fiducia nell'imparzialità e nell'oggettività del processo restorativo, oltre che a una migliore predisposizione a rispondere alle domande.

A titolo puramente indicativo, per visualizzare come i principi del Continuum RP possono essere tradotti in pratica, si riportano di seguito degli esempi di script usati dai facilitatori RP per le interviste preparatorie ed il CR.
Gli slash "/" indicano opzioni alternative, le parentesi tonde (...) commenti utili per i facilitatori, le parentesi angolari <...> segnaposti da sostituire secondo i casi.

Intervista di preparazione individuale al CRG - script per i facilitatori

• Intervista privata CRG con data

• **Presentazione dell'organizzazione, mandato, principi di base e scopo del CRG, svolgimento intervista**

Organizzazione: io..... lavoro a/ presso

- Mandato: la direzione mi chiede di organizzare un Cerchio Restorativo (CRG) a proposito di /un incidente /situazione difficile /fatti gravi /altro che ha avuto ripercussioni su <nome/i>, in riferimento alle informazioni ricevute da loro /mandato /rapporto /altro.

- Principio: ci basiamo sul principio che un gruppo di persone abbia effettiva volontà e potenzialità di risolvere insieme determinati problemi o difficoltà.

Il facilitatore è qui per ascoltare le persone e invitarle a riparare ed andare avanti. Non è qui per giudicare (chi è buono, chi cattivo). Ognuno si assume le proprie responsabilità nella concatenazione degli eventi e delle loro conseguenze nel processo di riparazione.

- CRG: il Cerchio Restorativo si organizza con tutti coloro che, in un modo o nell'altro, sono toccati direttamente dagli avvenimenti e/o ne subiscono le conseguenze. Le altre persone potranno partecipare come "risorse" per sostenere il gruppo a migliorare la situazione.

- Scopo: aiutare tutti ad assumersi le proprie responsabilità affinché ci siano miglioramenti /nell'ambiente di lavoro /altro.

- Svolgimento dell'intervista: è importante che voi possiate parlarci di ciò che è successo e di esprimervi in prima persona (IO). Vi spiegheremo come si svolge un CRG.

• **Svolgimento della CRG attorno alle quattro domande restorative:**

- Cos'è successo? Con quali conseguenze per te, per gli altri?
- Cos'è più difficile in questo momento per te? per gli altri?
- Cosa dev'essere riparato per andare avanti per te? per gli altri?
- Piano d'azione e riparazione: cosa proponi? in cosa ti puoi impegnare personalmente?

• **Composizione del cerchio: da verificare insieme all'interlocutore**

- Persone coinvolte: autore/i; vittima/e; supporters; persone- risorse; autorità

• **Partecipazione:** siete motivati a partecipare? Qual è la motivazione?

• **Check-out dell'intervista**

- Cosa portate con voi dell'incontro? Cosa avete appreso?
- Come ripartite?
- Cosa possiamo ripetere? Cosa non può essere ripetuto?
- Avete altre domande o cose da dire prima di terminare l'incontro?
- Secondo voi, chi dovremmo vedere adesso?

¹ J.Timmermans-Delwart et J.Blomart, "Pratiquer la Concertation Restaurative en Groupe avec des jeunes", Chronique Sociale, 2017 (p.115-116)

Cerchio Restorativo RP - script per i facilitatori

Step I - Check-in e presentazione (FRESH: Fair, Respect, Engage, Safe, Honest)

Benvenuti, come sapete mio chiamo <nome> e mi è stato chiesto di essere il facilitatore di questo incontro (invitare i partecipanti a presentarsi se necessario). Vi ricordo che siamo qui volontariamente per discutere di cosa è successo, e non per discutere gli aspetti caratteriali delle persone coinvolte, nè per giudicare. Ci basiamo sul principio che un gruppo di persone abbia volontà e potenzialità di risolvere insieme determinati problemi o difficoltà. Vi inviterò a parlare di come ciascuno di voi è stato implicato dall'accaduto. Questo aiuterà ognuno a comprendere cosa occorre che sia fatto per aiutare a riparare il danno o migliorare le cose. La conduzione del cerchio si basa sulle seguenti "regole":

1. Parlare in prima persona (regola dell'"io")
 2. Ascoltare senza interrompere o commentare
 3. Ascoltare senza giudicare e senza prendere in giro
 4. Partecipare volontariamente e sinceramente
 5. Le parole di ognuno hanno lo stesso peso
 6. Ciò che si dice nel cerchio resta nel cerchio
- Invitiamo <nome_autorità> (solo se presente) a riportare brevemente l'accaduto, e a riportare la motivazione del mandato.

Step 1 - Iniziare con l'Autore 1:

Vorrei iniziare da <nome_autore>

Cos'è successo? Con quali conseguenze per te? Per gli altri?

(fare la stessa domanda, a turno e nell'ordine, agli altri autori, ai supporter degli autori, alle vittime, ai supporter delle vittime, alle persone-risorse, alla persona-autorità; riportare i fatti raccontati in caso di persone assenti)

Step 2 - Chiedere all'Autore 1:

Cos'è più difficile in questo momento per te? Per gli altri?

(fare la stessa domanda, a turno, agli altri autori, ai supporter degli autori, alle vittime, ai supporter delle vittime, alle persone-risorse, alla persona-autorità; seguire lo stesso ordine dello step 1; riportare i fatti raccontati in caso di persone assenti)

Step 3 - Chiedere all'Autore 1:

Cosa occorre fare per andare avanti per te? Per gli altri?

(fare la stessa domanda, a turno, agli altri autori, ai supporter degli autori, alle vittime, ai supporter delle vittime, alle persone-risorse, alla persona-autorità; seguire lo stesso ordine dello step 2; riportare i fatti raccontati in caso di persone assenti)

Step 4 - Piano di azione e riparazione (partecipazione volontaria)

Cosa proponi? in cosa ti puoi impegnare personalmente?

In particolare: chi? con chi? come? quando?

(se il caso, registrare le proposte, es. scrivere le proposte su un pannello)

- Sintesi e verifica della fattibilità e del comune accordo.
- Redazione del Piano di Azione, coinvolgendo i supporter.
- Sottoscrizione del Piano di Azione.

Step F - Check-out

Prima di terminare l'incontro, c'è qualche altra cosa che qualcuno vuole aggiungere o chiedere?

Cosa portate con voi dell'incontro? Cosa avete appreso? Come ripartite?

(Check-out) Grazie per la partecipazione a questo incontro. Spero che questo tempo trascorso insieme sia stato d'aiuto per tutti. Vi invitiamo ad essere presenti al successivo cerchio di monitoraggio che avrà luogo in <data_cm>

(Invitare tutti i partecipanti a restare per i rinfreschi e discutere informalmente)

Lo script può essere corredato da ulteriori linee guida ed indicazioni per i facilitatori. In questo modello proposto da Le Souffle ed adattato dal CRESM, sono previsti uno step Iniziale (I) di accoglienza, 4 step restorativi (cfr. Restorative Questions di Le Souffle), uno step finale (F) di commiato. In particolare:

Autore 1:

la persona più "facile" per il comfort del facilitatore e del gruppo; la persona che riconosce (ammette), o che è disposta a riconoscere (ammettere), le proprie responsabilità davanti al gruppo (informazione presumibilmente acquisita nella fase delle interviste).

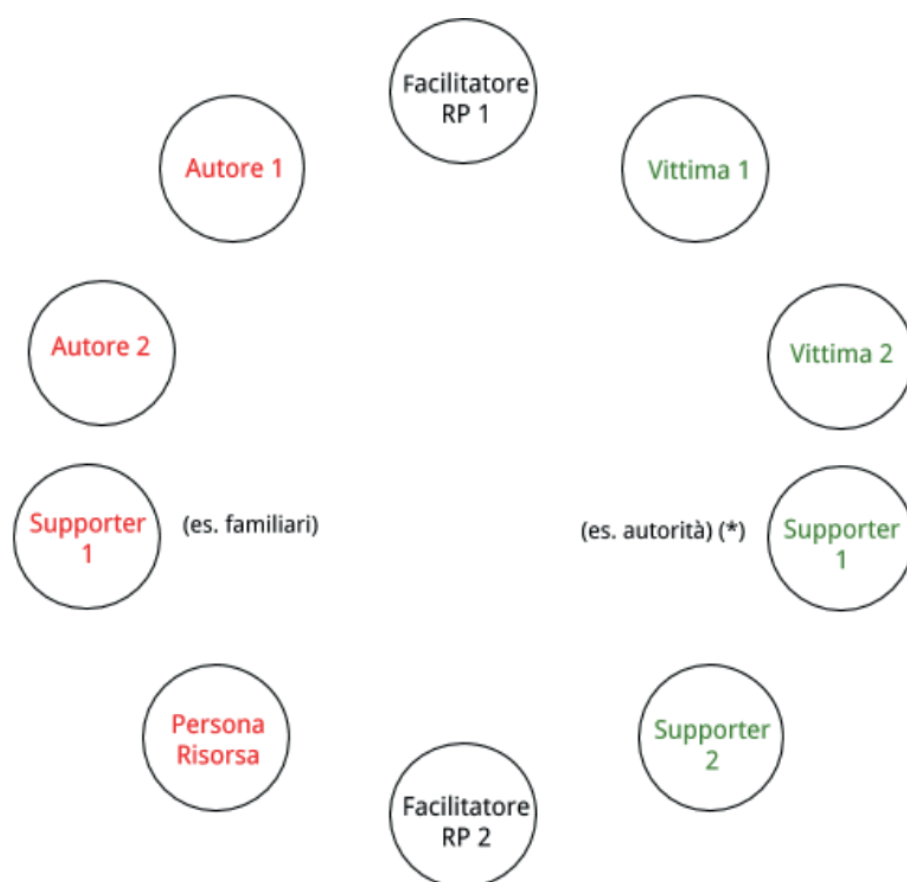
Step 1:

se opportuno, la domanda "cosa è successo" agli altri partecipanti può essere sostituita da "vuoi aggiungere qualcosa riguardo a cosa è successo?"

Step F:

<data_cm> del cerchio di monitoraggio dovrebbe essere entro 1 mese

La disposizione dei partecipanti al CRG va studiata scrupolosamente in base al caso, orientativamente disponendo la vittima "più colpita" (Vittima 1) alla sinistra del Facilitatore RP che legge lo script, insieme alle altre vittime e supporter, e l'Autore 1 alla sua destra, insieme agli altri autori e supporter. La disposizione è stabilita dai facilitatori possibilmente osservando un equilibrio tra persone "facili" e "difficili" (es. persona risorsa per il cerchio tra autori "difficili"). A titolo di esempio:



(*) Le autorità sono presenti per riportare i fatti, e per garantire le regole istituzionali, non per supportare gli uni o gli altri. In certe situazioni l'autorità può essere una vittima (furto, vandalismo, etc), ma anche un autore (es. violenza istituzionale), nel qual caso è il ruolo più difficile perchè avrà più "maschere"

The DIRCLE (the cIRCLE of Differences)

Si tratta di uno strumento grafico per visualizzare e collegare una mappa di idee a partire da un argomento specifico di discussione, allo scopo di supportare i partecipanti ad un Cerchio Proattivo nel processo di graduale consapevolezza dell'importanza delle relazioni tra differenti punti di vista.

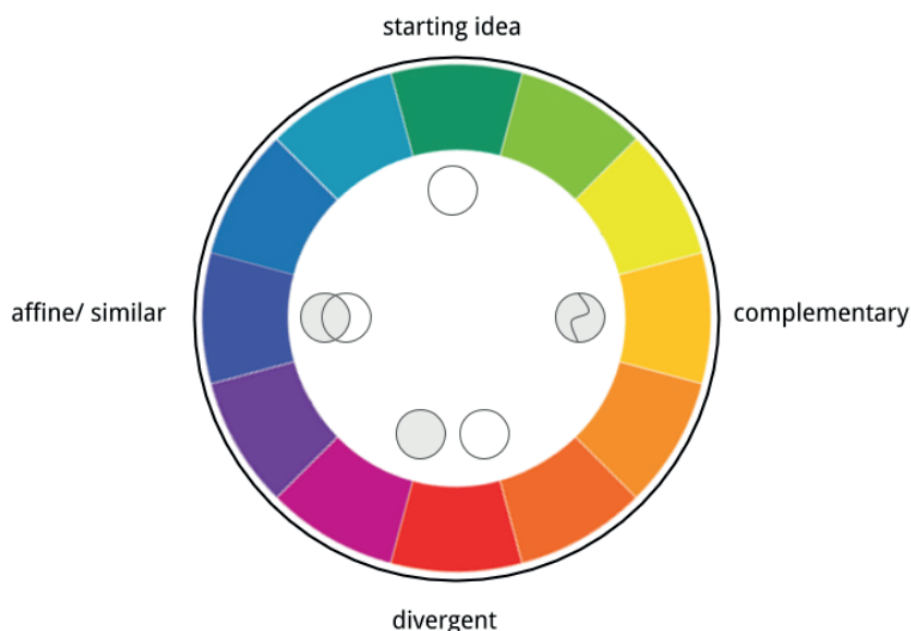
Per certi aspetti il Dircle può essere considerato uno strumento visuale correlato alle "4 domande integrative" proposte da Le Souffle per i cerchi ProDas, per facilitare la riflessione e la presa di coscienza:

1. Cosa avete ascoltato di simile?
2. Cosa avete ascoltato di diverso?
3. Cosa vi ha colpiti in particolare?
4. Cosa avete imparato da questa riunione?

Segue una descrizione dei passi (step) per la gestione del Dircle da parte dei facilitatori.

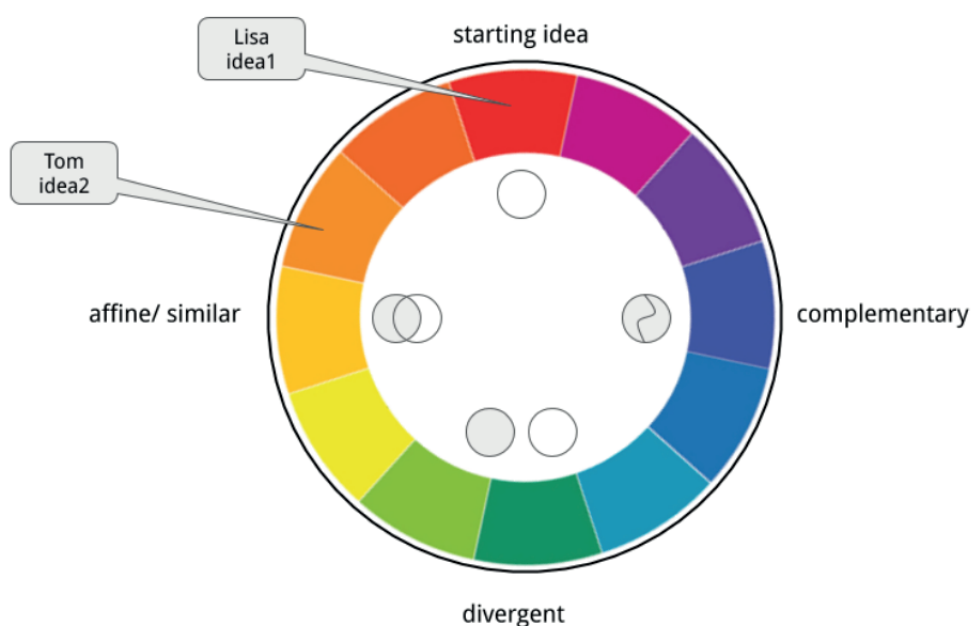
(1) Preparazione

L'ipotesi iniziale è che ci sia una discussione ben focalizzata su un argomento specifico all'interno del cerchio. L'aspetto iniziale del Dircle potrebbe essere il seguente (può essere realizzato sia in formato digitale che cartaceo):



(2) Mappatura

I partecipanti sono invitati dal facilitatore ad esprimere liberamente le loro idee, e la prima idea diventa l'idea iniziale "polare" segnata sul Dircle (indicando nome del partecipante, alcune parole chiave per ricordare l'idea); se possibile, il facilitatore può invitare questa prima persona a scegliere un colore del cerchio, e il facilitatore ruota il cerchio come in figura:

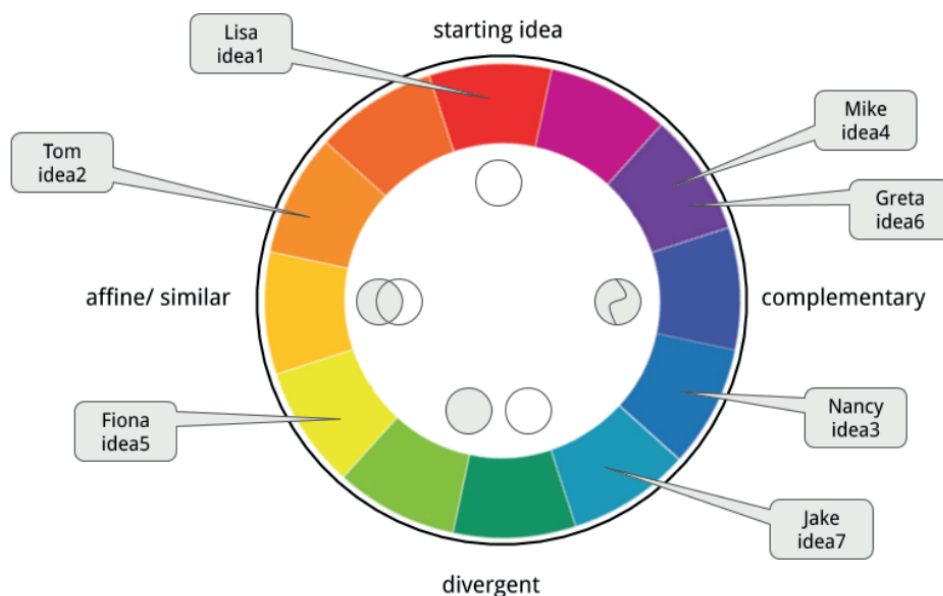


La seconda idea viene mappata dal facilitatore, con il contributo dei partecipanti, secondo i seguenti criteri:

- sulla base di una percezione qualitativa dell'idea, più la nuova idea differisce dalla prima, più distante dall'idea polare è posta sul cerchio;
- se la nuova idea ha diversi punti / fattori in comune con la prima, è mappata sul lato delle idee "affini / simili";
- se la nuova idea ha punti / fattori che non sono in comune ma che "possono funzionare insieme" con la prima, è mappata sul lato delle idee "complementari" (come ricordato dai simboli all'interno del Dircle).

(3) Debriefing / Considerazioni

Dopo alcuni passaggi vengono mappati diversi segnaposti, probabilmente polarizzati intorno ad alcune idee in particolare:



A questo punto, il facilitatore avvia una fase di debriefing, che può anche includere la rimappatura (riconsiderazione) di alcune idee, e può chiedere se alcune idee sembrano più correlate (collegate) ad altre, possibilmente disegnando linee di connessione (link) tra i segnaposti interessati.

L'idea di fondo del Dircle, rappresentata anche dai diversi colori, è l'analogia con il modello del DNA (la "D" di Dircle indica anche questo): i nuclei delle idee individuali (memi) corrispondono ai geni nell'analogia del DNA, e sappiamo che le dinamiche del DNA dimostrano l'importanza di avere molti geni disponibili per ricombinarsi. Pertanto questo strumento potrebbe essere un modo per riflettere sull'importanza di condividere e confrontare idee diverse, e sui vantaggi che possono derivare, a livello personale, interpersonale e di gruppo. In un certo senso, questo aspetto della consapevolezza del vantaggio reciproco e delle opportunità che altrimenti andrebbero perse è uno dei fattori di base della cooperazione a tutti i livelli.

Abbiamo sperimentato il Dircle anche in vari Cerchi Proattivi sul bullismo in classe, gli alunni sembravano stimolati da una rappresentazione visiva, interattiva e creativa, soprattutto se effettuata attraverso dispositivi digitali. Lo strumento può certamente essere migliorato e perfezionato, ad esempio nella definizione di "idea divergente", ma in pratica come facilitatori non è stato affatto difficile mappare "al volo" le idee degli studenti.

Esempi di Check-in e Check-out

In questa sezione sono descritti esempi di attività di supporto ai Cerchi di Ascolto e Proattivi, con la precisazione dell'adattabilità ai Check-in, ai Check-out, o entrambi. Nei simboli seguenti, i cerchi bianchi rappresentano i due facilitatori RP seduti di fronte. I facilitatori avranno cura, in tutti i casi, di rispettare e custodire le condizioni **FRESH** (Fair, Respect, Engage, Safe, Honest). Se appropriato, ai Check-in e Check-out i facilitatori fanno seguire fasi di riflessioni comuni (debriefing; es. "cosa è stato per voi più difficile? più facile?"). Alcuni esempi sono citati solo per rendere l'idea, altri riportano informazioni più concettuali. stato affatto difficile mappare "al volo" le idee degli studenti.



Check-in (accoglienza)



Check-out (commiato)

Respirazione



Una respirazione adeguata può migliorare la salute (riduzione dello stress, prevenzione dell'insonnia, controllo delle emozioni negative, miglioramento della concentrazione), e nelle RP può rappresentare un vero e proprio tool. La respirazione è un potente alleato per mantenere la calma e la concentrazione (focus) in varie situazioni della vita quotidiana, ed affrontare al meglio il presente.

Ognuno può trovare il modo più consono e personale, ma vale la pena approfondire gli effetti fisiologici (es. stimolazione del sistema nervoso parasimpatico) e psicologici (sviare l'attenzione dal "rimuginare") che ne possono derivare. Ad esempio, il metodo della "coordinazione cardiaca" (ritmo di respirazione coordinato con il battito cardiaco fino a rallentarlo e stabilizzarlo) si basa sul fatto che una respirazione profonda stimola il nervo vago (parte del sistema parasimpatico) con l'effetto di rallentare e regolarizzare il battito cardiaco, diminuire la pressione sanguigna, rilassare i muscoli ma anche il cervello.

In questa sezione sono descritti esempi di attività di supporto ai Cerchi di Ascolto e Proattivi, con la precisazione dell'adattabilità. In questo articolo di Scientific American ad esempio si fa riferimento all'efficacia di una corretta respirazione anche contro il ruminative thinking ("pensieri interferenti", ndr), ed a varie modulazioni dei tempi di respirazione (es. inspirazione breve e profonda, espirazione più lenta) che ciascuno può sperimentare individualmente. In numerosi Cerchi Proattivi ne abbiamo provate alcune, ad esempio:

- sedersi comodamente sulla sedia, schiena dritta, piedi entrambi a terra, mani posate vicino alle ginocchia;
- inspirare profondamente; trattenere il respiro contando sino a 3; espirare lentamente ("svuotare la mente");
- alternativa: inspirazione profonda in 3 tempi (individuali); espirazione in 5 tempi.

Se la respirazione in cerchio può destare imbarazzo, si può provare ad occhi chiusi, con un facilitatore che fornisce indicazioni orientative sui tempi (poco più di un minuto in tutto - "One Minute Meditation").

Vicini Virtuosi



Ognuno, a turno (in senso orario o antiorario), esprime una serie di apprezzamenti e complimenti sulle qualità del vicino al suo fianco.

Detonatori



I facilitatori dispongono al centro del cerchio una serie di piccoli oggetti. A turno, ciascun partecipante sceglie un oggetto, e condivide emozioni, ricordi, esperienze, riflessioni suscitate dall'oggetto "detonatore" scelto, ossia il significato della scelta (cfr. Tomkins' Blueprint).

Strette di Mano



Si invitano i partecipanti a formare dei sottocerchi composti da un numero pari di persone. Spesso per determinare i sottogruppi in maniera veloce e imparziale si assegnano ai partecipanti ancora in cerchio, ripetutamente, i numeri da 1 ad N con N uguale al numero di sottogruppi, determinando in tal modo il sottogruppo degli "1", quello dei "2" e così via.

Il facilitatore fornisce le seguenti indicazioni alle persone di ciascun sottocerchio:

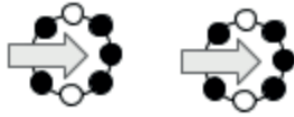
- stringere la mano destra della persona di fronte;
- stringere la mano sinistra della persona di fronte, senza lasciare la mano destra stretta prima;
- prendere il posto della persona di fronte, senza staccare le strette di mani precedenti (con estrema cautela!).

Difficilmente (a meno di soluzioni particolarmente "creative e collaborative") il compito sarà portato a termine con successo. Il debriefing di questa attività servirà per ricordare che le RP rappresentano un processo nel tempo, non necessariamente un'immediata soluzione (differenze tra risultato e soluzione). Il facilitatore può chiedere "Cosa è stato più facile? Cosa più difficile? Cosa avete imparato dall'esperienza?".



"Strette di mano" con i docenti dell'IIS "F. Ferrara" (Mazara del Vallo)

M&S (Mira e Soffia!)



Step 1 - All'impiedi in cerchio, il facilitatore mette una mano sopra l'altra e le punta verso un partecipante, quindi ne pronuncia il nome, emette un soffio e contemporaneamente fa scorrere la mano di sopra come a lanciarla verso l'obiettivo; a turno fanno lo stesso gli altri partecipanti presi di mira, a velocità crescente;

Step 2 - come nello step 1, ma pronunciando un nome di fantasia (maschile o femminile) diverso da quello del partecipante preso di mira;

Step 3 - come nello step 1, ma mirando e soffiando senza pronunciare alcun nome.

Gioco simpatico per rompere il ghiaccio (check-in) tra persone che non si conoscono (scrivendo prima i nomi su etichette adesive o segnaposti a terra), o per sviluppare il colpo d'occhio e senso dell'attenzione nel gruppo.

I&B (Inventa e Balla!)



In piedi in cerchio, si avvia una musica "energizzante", il facilitatore inventa un movimento adeguato al ritmo della musica, quando vede che viene imitato da tutti passa il ruolo ad un altro partecipante, che ripeterà a sua volta le fasi di invenzione, verifica dell'imitazione e cessione del ruolo.

Le Soleil brille / Il y a des nuages



Ogni partecipante, a turno nel cerchio, esprime cosa c'è di positivo (perchè "Il sole brilla") per lui e/o per il gruppo; se riguarda il gruppo, fa un passo avanti e chiede, alle persone che concorrono, di fare altrettanto.

Quindi esprime cosa c'è di negativo (perché "ci sono delle nuvole") per lui e/o per il gruppo; se riguarda il gruppo, fa un passo avanti e chiede, alle persone che concordano, di fare altrettanto. Alternativamente, si può fare prima un giro con "Le Soleil brille", poi un altro giro con "Il y a des nuages" (o viceversa).

Una variante più veloce è il "Meteo del Giorno": ogni partecipante esprime come si sente con metafore meteorologiche (sole, nebbia, pioggia, temporale...); successivamente il facilitatore può chiederne le motivazioni (solo per chi è disposto a condividerle).

La scatola dei valori



Ogni partecipante, a turno, apre simbolicamente una scatola, e dichiara quali valori (moralì, della propria personalità, etc) pensa di lasciare al gruppo, o cosa si impegna a fare per il gruppo, depositando simbolicamente quanto espresso nella scatola; quindi chiude la scatola e la passa al vicino nel cerchio.

Il posto dei sogni



Ogni partecipante, a turno, parla di un suo "posto ideale" dove amerebbe trascorrere del tempo da solo o con le persone care.

Punti Flash



Il facilitatore chiede a tutti, contemporaneamente, di chiudere gli occhi, di valutare mentalmente da 1 a 10 l'esperienza condivisa (10 per "fantastico!", 1 per "voglio andare via..."), e di esprimere il "voto" tramite le dita delle mani. Poi chiede a tutti di riaprire gli occhi mantenendo il punteggio segnato dalle dita. Successivamente chiede se qualcuno, liberamente, vuole motivare il suo "voto".