



Sintonie didattiche: l'ascolto attivo come strumento di gestione della classe

Percorso formativo per docenti di scuola secondaria di primo e secondo grado



19 marzo 2026
Itis A. Artom - Asti



Modulo 1

Il Valore dell'Ascolto nel Contesto Scolastico

Che cos'è l'Ascolto?

La parola deriva dal latino "**auscultare**", cioè *sentire con l'orecchio*. L'ascolto è l'atto intenzionale, l'arte dello stare a sentire attentamente.

Senza ascolto non c'è comunicazione! È il primo passo per la relazione.

"La mente ha bisogno di una scintilla che l'accenda e vi infonda l'impulso della ricerca e un amore ardente per la conoscenza e la verità."

— Plutarco



Sentire vs Ascoltare

Spesso usiamo i termini come sinonimi, ma c'è una sostanziale differenza che determina l'efficacia della comunicazione.

Sentire

Processo sensoriale

È un'attività sensoriale spontanea e involontaria (livello "basic"). I suoni pervengono all'orecchio e il cervello li filtra continuamente. Si usa l'udito in modo **passivo** per il 100% del tempo, anche mentre dormiamo.

Ascoltare

Processo psicologico

È un'attività intenzionale e volontaria (livello "advanced"). I suoni vengono convertiti in concetti e sentimenti. Si usa l'udito e la vista in modo **attivo**, con la volontà di comprendere fatti, opinioni e punti di vista altrui.

Il Tempo dell'Ascolto

Nella scuola di oggi, il **paradosso scolastico** più diffuso è la sensazione di non avere mai abbastanza tempo. Gli insegnanti spesso percepiscono l'ascolto come un lusso o un ritardo sulla tabella di marcia curricolare.

In realtà, come sottolinea *Chiara Quadrelli*, fermarsi ad ascoltare **non è tempo perso, ma tempo investito**. L'ascolto attivo preventivo costruisce una relazione di fiducia che previene i conflitti.



Le 4 Categorie dell'Ascolto



Passivo

Il ricevente non interagisce. Limita il dispendio di energia, ma è utile per avviare il processo, lasciando spazio all'altro senza interrompere.



Selettivo

Focalizzato sull'obiettivo di ottenere informazioni precise. Si applica un "filtro" trattenendo solo ciò che è ritenuto utile (primo livello di ascolto utile).



Attivo

Partecipazione costante e assenza di giudizio. Coinvolge feedback continui, domande e riformulazioni. Ha lo scopo di comprendere l'altro appieno.



Empatico

Stato superiore: ci si immedesima emotivamente. Si percepiscono le sfumature e il vissuto, dimostrando un alto livello di intelligenza emotiva.

Radici Pedagogiche e Democrazia



Mario Lodi e la scuola

L'introduzione del "diritto all'ascolto" nel contesto scolastico italiano deve molto al lavoro di pedagogisti come Mario Lodi e al Movimento di Cooperazione Educativa. La classe diventa un laboratorio democratico in cui ogni voce ha valore e dignità.

L'alunno come co-creatore

L'ascolto scardina l'idea di una didattica meramente trasmissiva. L'alunno cessa di essere un "contenitore vuoto" da riempire con nozioni, diventando invece un **co-creatore del sapere** attivo e partecipe nel processo di apprendimento.

I Maestri del Metodo



Carl Rogers

Pioniere della psicologia umanistica, ha introdotto il concetto di **accettazione incondizionata**. L'apprendimento significativo avviene solo in un clima empatico, privo di giudizi minacciosi e svalutanti.



Daniel Goleman

Teorico dell'**intelligenza emotiva**, sostiene che quest'ultima sia la base imprescindibile per l'apprendimento. Emozioni positive e capacità di gestire le frustrazioni sono il motore cognitivo degli studenti.

Modulo 2

Il Metodo Gordon: Dall'Empatia alla Pratica

La Trappola del Giudizio



La nostra prima reazione di fronte all'affermazione di un altro è una valutazione o un giudizio, anziché uno sforzo di comprensione... Molto di rado ci permettiamo di 'capire' esattamente quale sia per lui il significato dell'affermazione.

— Carl Rogers

Il Metodo Gordon

Se una persona è in grado di sentire e comunicare sincera approvazione ad un'altra, possiede la capacità di essere veramente d'aiuto.

— *Thomas Gordon*

Gordon traduce la filosofia rogersiana in strumenti concreti per i docenti. L'obiettivo è un'interazione basata su **congruenza, empatia e rispetto**, trasformando la classe in uno spazio "senza perdenti".

Le Barriere della Comunicazione

Gli ostacoli invisibili

Le barriere comunicative sono reazioni automatiche che mettiamo in atto credendo di aiutare, ma che in realtà bloccano l'apertura dello studente. Spesso comunicano inaccettazione.

- **Dirigere:** "Devi fare così..."
- **Ammonire:** "Se non studi, bocci..."
- **Moraleggiare:** "Dovresti sapere che..."

Gli effetti negativi

Queste barriere – che includono giudicare, sminuire, ridicolizzare o persino fornire soluzioni non richieste – generano difensiva, ribellione e calo dell'autostima nel ragazzo.

- **Giudicare:** "Sei immaturo."
- **Analizzare:** "Lo fai per attirare attenzione."
- **Minimizzare:** "Non è la fine del mondo."

I "Cattivi" Ascoltatori



Il multi-attività: "Sì, ti ascolto. Finisco una frase... scusa, intanto rispondo al telefono."



Il mondano: "Entra pure... oh scusa, c'è qualcun altro alla porta." Si distrae continuamente.



Il finisci-frasi: "So benissimo dove vuoi arrivare. Non c'è bisogno che tu finisca, lo so."



Il contraddittore: "Qualsiasi cosa tu dica, proverò a dire il contrario. Faccio l'avvocato del diavolo."



Il grande filosofo: Cerca sempre di allargare il concetto in un'accezione troppo cosmica e lontana.



L'autobiografo: "Questo mi evoca dei ricordi. Ti racconterò la mia esperienza. Dunque, nel 1992..."



Lo scruta-orologio: "Sì sì. Scusa, no, non vado di corsa. È solo che... sai l'ora? Continua pure."

Come Sviluppare l'Ascolto Attivo



Evitare distrazioni

Evitare smartphone o pc per non disturbare l'interazione. Osservare la comunicazione non verbale (tono, postura, volto).



Silenzio e Attenzione

Nella fase iniziale, stare in silenzio. Non giudicare il contenuto del messaggio né l'interlocutore stesso.



Riformulare

Usare la parafrasi per verificare: "Mi stai dicendo che oggi ti senti a pezzi senza sapere il motivo?".



Comunicare Comprensione

Mostrare di aver capito tramite accoglimento verbale e non verbale: cenni del capo, "Ti ascolto", "Continua".

Consigli d'Oro per Ascoltare Meglio

- ✓ **Non interrompere e non giudicare** prematuramente; evita giudizi che blocchino il flusso espressivo.
- ✓ **Ricapitolare e fare parafrasi** ("Quindi se ho capito bene...?") dice all'altro che stiamo attenti a ciò che dice.
- ✓ **Non distrarti**, non pensare ad altro e tieni lontano lo smartphone. Non vagare con la mente.
- ✓ **Non correggere l'altro** mentre afferma qualcosa, anche quando non sei d'accordo. Rimani in ascolto e non sopraffarlo.
- ✓ **Non cercare di insegnare verità**; trattieni la tentazione di immetterti per correggere.
- ✓ **Non cercare subito una soluzione** ai suoi problemi. Talvolta la cosa più utile è farlo sentire compreso.
- ✓ **Testimonia interesse** e partecipazione attraverso segnali verbali e il linguaggio del corpo.

L'Ascolto Empatico

Oltre le parole

È la capacità di sintonizzarsi emotivamente e percepire lo stato profondo del vissuto dell'interlocutore. L'empatia è puro interesse a conoscere l'altro: si sospende il giudizio senza filtri.

"Ogni emozione è un messaggio. Il nostro compito è ascoltarlo."

— G. Zukav



Il Messaggio-Io vs Messaggio-Tu

Come esprimere il proprio disagio di docenti senza colpevolizzare lo studente e scatenare reazioni difensive.

Caratteristica	Messaggio-Tu	Messaggio-Io
Focus	Sul comportamento dell'alunno (giudizio).	Sui sentimenti dell'insegnante e l'impatto.
Struttura tipica	"Tu sei sempre...", "Tu non mi ascolti..."	"Quando succede [X], io mi sento [Y]..."
Reazione emotiva	Genera rabbia, chiusura o ribellione.	Suscita empatia e senso di responsabilità.
Esempio in classe	"Sei il solito maleducato che disturba."	"Quando si parla mentre spiego, perdo il filo."

Gestire le Domande in Classe

Saper porre le domande in modo corretto è cruciale per evitare di trasformare l'ascolto in un interrogatorio ansiogeno.

- **Il potere del silenzio:** Dare tempo agli studenti di elaborare e proseguire il discorso senza fretta. Il silenzio non è un vuoto, ma uno spazio vitale.
- **Domande Aperte:** Formulare quesiti (chi, come, quali) che lasciano ampia possibilità di risposta e stimolano l'auto-esplorazione.
- **Evitare Domande Chiuse:** Le domande che prevedono solo "sì/no" restringono il campo della conversazione e spesso celano un giudizio.



Modulo 3

L'Adolescente e la Rete di Supporto

Tempesta Adolescenziale

Una fase di turbolenze e scoperte

L'adolescenza è una fase di trasformazione complessa. Il corpo che cambia, lo sviluppo cognitivo e la vitale ricerca di autonomia creano un disorientamento profondo.

In questo mare in burrasca, l'**ascolto a scuola diventa uno scoglio sicuro**. Molti ragazzi non trovano veri spazi di condivisione tra i pari. Un docente attento funge da "adulto di riferimento".



Il Ruolo dello Sportello

Lo Sportello di Ascolto è una risorsa istituzionale vitale per la promozione della salute psicofisica. Serve non solo agli studenti, ma anche ai docenti per districare nodi relazionali complessi.

Il Counselor Scolastico si occupa di:

- Fornire consultazioni brevi (counseling) non terapeutiche.
- Prevenire il disagio (dispersione, bullismo, ansia da prestazione).
- Aiutare lo studente a chiarire aree problematiche familiari e sociali.
- Orientare, se necessario, verso i servizi territoriali adeguati.



Sinergia tra Docente e Counselor

Il docente rappresenta la prima "sentinella" del disagio. La collaborazione deve avvenire nel rispetto dei ruoli:

 **Osservazione attenta:** Il docente nota i cambiamenti repentini (isolamento, calo drastico del rendimento, aggressività).

 **Non sostituirsi al terapeuta:** L'insegnante offre supporto pedagogico, ma riconosce i propri limiti di fronte a problematiche cliniche.

 **Invio corretto:** Suggestire lo Sportello senza stigmatizzare: "Lo sportello è un ottimo spazio per parlarne in riservatezza."

 **Restituzione al gruppo:** Collaborare con lo psicologo per migliorare le dinamiche dell'intera classe con interventi mirati.

La "Comunità di Ascolto"



Oltre la lezione

Trasformare la classe da luogo di pura erogazione nozionistica a vera e propria comunità emotiva, dove ogni studente è riconosciuto.



Cittadinanza emotiva

Educare all'empatia e all'intelligenza emotiva crea le basi per cittadini capaci di gestire i conflitti e collaborare.



Docente Facilitatore

L'insegnante abbandona l'aura puramente autoritaria, diventando il "regista" delle dinamiche di classe.

Modulo 4

Laboratorio e Strategie per l'Aula

L'Ascolto nel Momento Didattico

Adattare la modalità di ascolto al corretto momento della lezione.



Ascolto Informativo

Fase di erogazione e studio. Assorbimento concetti chiari. Si allena con indicazioni precise e pause per fissare i contenuti.



Ascolto Critico

Fase di dibattito e analisi. Si educa il ragazzo a valutare le argomentazioni senza attaccare la persona avversaria.



Ascolto Empatico

Fase relazionale e di conflitto. Quando emerge un disagio, il focus si sposta sulle emozioni per ripristinare il clima.

Lab: "Prendere in prestito un compagno"

Un esercizio di cittadinanza emotiva

Per combattere individualismo e gruppetti chiusi, questo semplice ma potente laboratorio costringe a guardarsi con occhi nuovi.

- **La Consegna:** Ogni alunno prende in prestito un compagno per osservarlo e conoscerlo a fondo.
- **Il Compito:** Usare l'ascolto attivo. Trovare affinità nascoste, rispettare le differenze.
- **La Restituzione:** Un *circle time* conclusivo in cui condividere le scoperte, superando il pregiudizio iniziale.



I Benefici a Lungo Termine



1

CLIMA

Miglioramento delle Dinamiche

Un ambiente dove tutti si sentono accolti riduce drasticamente l'incidenza di bullismo, isolamento ed episodi di indisciplina grave.

2

RISULTATI

Potenziamento Apprendimenti

Studenti sereni, ascoltati e valorizzati partecipano con più interesse. Si impara meglio se si vivono emozioni positive.

3

BENESSERE

Riduzione del Burnout

Relazioni efficaci ed empatiche evitano il logoramento causato dallo stress repressivo. L'insegnante ritrova gratificazione.



**Un buon ascoltatore aiuta ad ascoltare
noi stessi.**

(Yahia Lababidi)

Riflessione Finale

Alla luce di quanto visto oggi, qual è la prima piccola cosa che proverai a cambiare nel tuo modo di ascoltare in classe a partire da domani?

Bibliografia e Ringraziamenti

Risorse fondamentali per approfondire le tematiche trattate:

 **Mario Lodi:** *"Il paese sbagliato"* - Riflessioni sulla scuola democratica e partecipativa.

 **Thomas Gordon:** *"Insegnanti Efficaci"* - Le pratiche educative e le 12 barriere all'ascolto attivo.

 **Carl R. Rogers:** *"La terapia centrata sul cliente"* - L'approccio umanistico e l'accettazione.

 **Daniel Goleman:** *"Intelligenza emotiva"* - L'educazione emotiva essenziale per lo studio.

Grazie per la partecipazione e l'attenzione.

Image Sources



[https://th-thumbnailer.cdn-si-edu.com/UMFb_mWIT9pzYwYjDQNT7DK3_Go=/1026x684/filters:no_upscale\(\)/https://tf-cmsv2-smithsonianmag-media.s3.amazonaws.com/filer/da/6a/da6a32c8-5ad5-4921-9900-41943d7d7c8e/42-29421947.jpg](https://th-thumbnailer.cdn-si-edu.com/UMFb_mWIT9pzYwYjDQNT7DK3_Go=/1026x684/filters:no_upscale()/https://tf-cmsv2-smithsonianmag-media.s3.amazonaws.com/filer/da/6a/da6a32c8-5ad5-4921-9900-41943d7d7c8e/42-29421947.jpg)

Source: www.smithsonianmag.com



<https://c8.alamy.com/compit/2ge8man/ragazza-studente-di-scuola-superiore-che-ascolta-l-insegnante-e-prende-appunti-durante-la-lezione-2ge8man.jpg>

Source: www.alamy.it



<https://media.post.rvohealth.io/wp-content/uploads/sites/4/2021/06/distracted-looking-away-phone-talking-ignoring-1296x728-header-1024x575.jpg>

Source: psychcentral.com



<https://i.natgeofe.com/n/8bee1958-64c2-464a-8f1a-527e19c94ffa/76740.jpg>

Source: www.nationalgeographic.com



<https://c8.alamy.com/compit/3ay0br9/un-gruppo-di-studenti-diversi-partecipa-a-una-discussione-informale-in-aula-guidata-da-un-insegnante-promuovendo-l-apprendimento-interattivo-e-l-educazione-inclusiva-3ay0br9.jpg>

Source: www.alamy.it



<https://c8.alamy.com/compit/my3jef/gli-studenti-chiacchierando-in-corridoio-scuola-tra-classi-my3jef.jpg>

Source: www.alamy.it

Image Sources



https://media.istockphoto.com/id/1299855966/it/foto/psicologa-scolastica-donna-che-parla-e-aiuta-studentessa-adolescente.jpg?s=612x612&w=0&k=20&c=eZyvrsH8z9eW1i9pFf8-wLkDW_hWty5hqWxEZTB2uBY=

Source: www.istockphoto.com



<https://thumbs.dreamstime.com/b/sorridendo-due-libri-di-lettura-dei-ragazzi-scuola-che-si-siedono-sul-banco-citt%C3%A0-145467738.jpg>

Source: it.dreamstime.com