

Progetto Orientamedie



# Allenarsi alla ricerca del futuro

A cura di  
Matteo Lei, coordinatore  
pedagogico, Unione Comuni  
Distretto Ceramico

# La vita è fatta di continue scelte

*«Ho dovuto fare una scelta importante quando ho dovuto scegliere da che parte stare in un litigio ed è stato parecchio difficile»*

*«Quando ho iniziato le scuole medie ero spaventato, avevo paura di non essere all'altezza; in generale le nuove situazioni mi mettono un po' di ansia, perchè bisogna riorganizzare tutto e aprire la mente al nuovo»*

*«Spesso mi ha ostacolato l'ansia di fare la scelta sbagliata, di sbagliare tutto»*



# Scegliere= decidere

**Tutte le scelte comportano delle decisioni**

**Quando si decide, inevitabilmente,  
si lascia qualcosa**

**Non esistono scelte giuste,  
esistono scelte che possono esser fatte  
in modo più o meno consapevole**



# Tre livelli di incertezza

- **Incerteza attesa:** possiamo mitigarla recuperando informazioni dall'ambiente, o facendo simulazioni. È quella che sperimentiamo quando, per esempio, sbagliamo strada e non sappiamo più in che direzione andare. Allora chiediamo informazioni, o ricorriamo al navigatore satellitare, o torniamo sui nostri passi fino a ritrovare un luogo conosciuto. E tutto torna a posto.
- **Incerteza inattesa:** non riusciamo a contenerla ricorrendo alle strategie consuete, e che possiamo affrontare solo alzando il nostro tasso di apprendimento, esplorando nuove opportunità, e imparando a fare delle stime di probabilità. È, per così dire, un'incerteza di secondo livello. Può essere produttiva e creativa perché forza le nostre abitudini di pensiero e di comportamento.
- **Volatilità:** un susseguirsi di cambiamenti così repentini e disordinati che fare stime è impossibile e non c'è nemmeno il tempo per imparare qualcosa di nuovo. È un'incerteza di terzo livello. Una situazione in cui simulazioni e stime sono impossibili, e in cui gli esiti di qualsiasi azione sono aleatori. Risultato: frustrazione, senso di impotenza, apatia, fino alla paralisi.



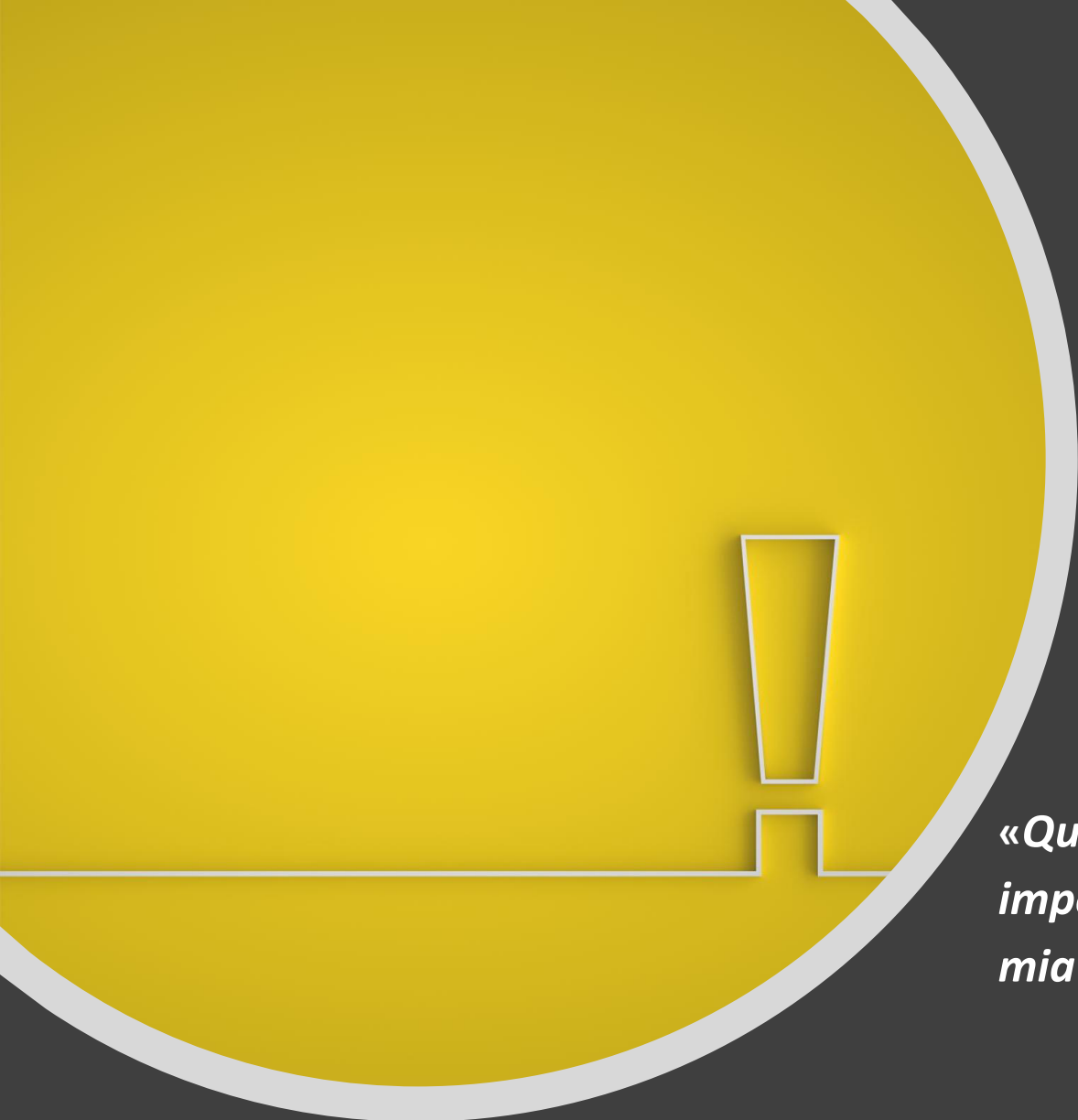
# La palestra delle scelte

6 esercizi

per allenarsi a scegliere  
sviluppando strategie utili  
per sopravvivere  
all'incertezza delle scelte

# 1. conosci te stesso!

Impiega tempo per allenarti ad analizzare in modo onesto le tue caratteristiche, esplora i tuoi punti di forza e di debolezza; aggiorna l'elenco dopo che hai fatto esperienze nuove per capire cosa ti sei portato a casa; più ti conosci più saprai mettere in campo delle strategie che ti permettono di affrontare le cose nuove arrivandoci preparato (sapere di avere paura ti prepara ad averne meno)



*«Quando ho dovuto compiere una scelta importante, mi sono rivolto prima di tutto alla mia coscienza»*

*«mi sarebbe molto utile il fatto che ho imparato a non affrontare le cose in maniera impulsiva e al fatto di rimanere me stessa in tutte le occasioni»*

*«Una cosa che mi ha ostacolato è stata la mia indecisione perchè non ho pensato e riflettuto molto tempo magari pensando a cosa era giusto o sbagliato»*



## 2. crea occasioni dialogo

Parla delle tue scelte, dei tuoi dubbi con persone di cui ti fidi: che siano i tuo genitori e i tuoi migliori amici/amiche, un professore che ti piace, ascolta sempre il loro punto di vista poi però prendi una decisione che senti tua!

*«Quando ho dovuto fare una scelta importante mi sono rivolta alle mie migliori amiche, ai miei genitori e a mia cugina»*

*«Mi è stato utile parlarne, perché avevo tanta ansia e paura. Grazie ai consigli ho risolto»*

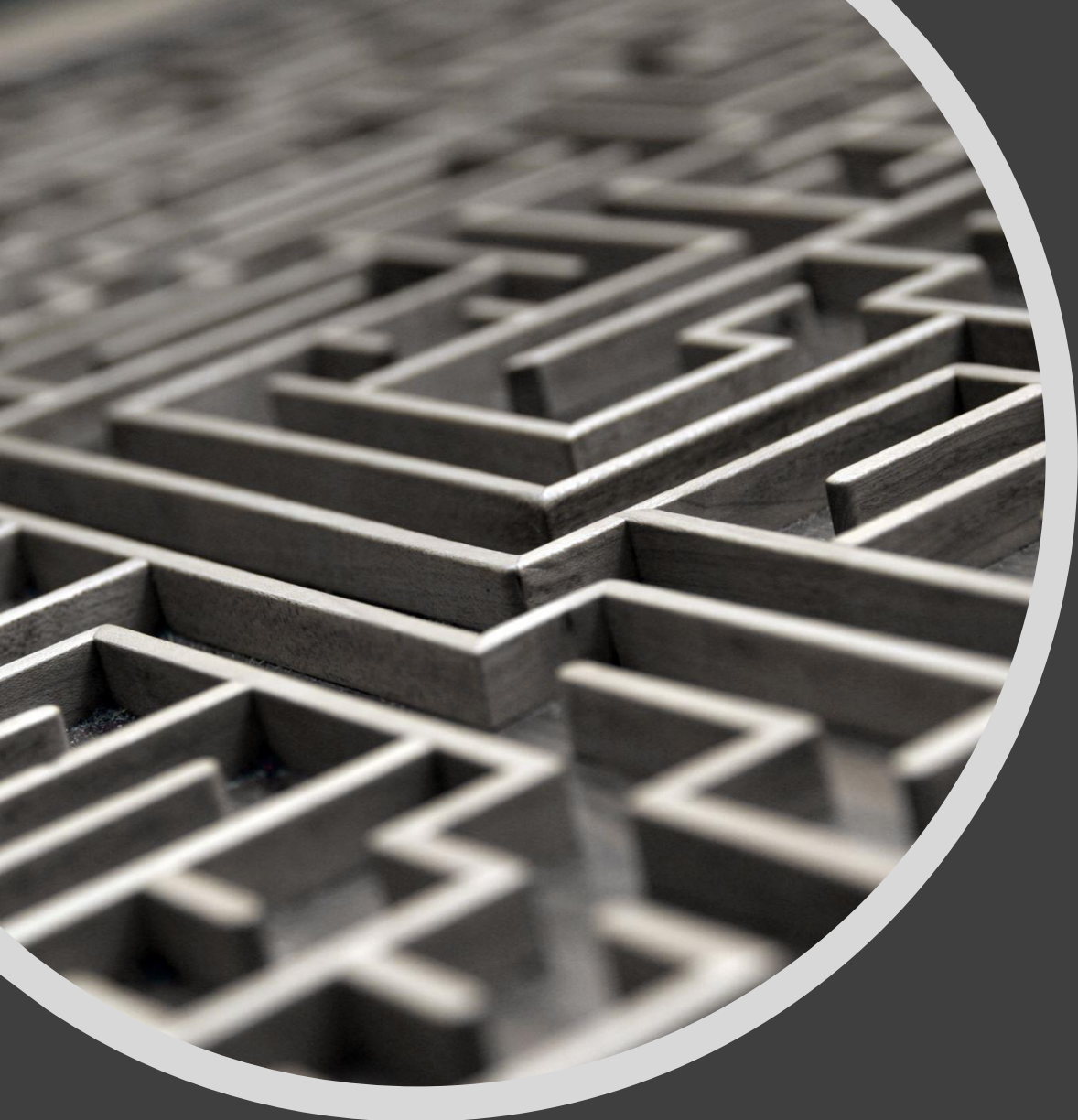
### 3. adotta una strategia!

Individua un sogno, un obiettivo, che possa rappresentare una meta a cui tendere per la tua vita e poi prova a perseguirlo elaborando dei piani, delle strategie in funzione delle informazioni raccolte e dei casi incontrati strada facendo

***«Nella mia vita non ho dovuto fare molte scelte realmente importanti, però quando ne dovevo fare una veramente speciale, che mi avrebbe "cambiato" la vita, io ho un metodo infallibile cioè fare una lista dei pro e dei contro e, dopo essermi assicurata che ci fossero tutti, ho calcolato quale delle due strade sarebbe convenuto proseguire»***







## 4. Amplia il ventaglio delle tue possibilità!

Fai tante esperienze diverse: non ti fossilizzare sulle solite cose, cerca di ampliare quanto più possibile il tuo spazio di esplorazione.

Anche le esperienze che da lontano sembra non servano a nulla possono nascondere qualcosa di utile per il futuro.

Esempi: Viaggiare, fare sport, fare volontariato, fare parte di un'associazione



## 5. Diventa amico degli errori

Fai le cose con coraggio e convinzione e non preoccuparti di sbagliare. Se ci hai messo tutto l'impegno possibile le cose possono anche non andare esattamente come avevi pensato! Prova ad analizzare i tuoi errori e a capire dove hai sbagliato e puoi fare meglio la prossima volta! Quella che ora ti sembra una perdita di tempo nel futuro si rivelerà invece come una grande risorsa!

*«Pensando alle scuole superiori, mi preoccupa maggiormente la possibilità di fare scelte sbagliate e dover rivalutare il tutto, perdendo tempo e anni»*



## 6. Scommetti sulle tue scelte!

Impara ad affrontare le tue scelte per il futuro investendo energie sulle cose in cui credi, impara a difenderle anche se agli altri, in quel momento, paiono sbagliate!

*«Ho imparato le scelte che facciamo sono sempre giuste se le prendiamo noi»*