

Conoscere sé stessi per orientarsi: il percorso di Orientamenti - #Progettiamocilfuturo di Regione Liguria

*Di Dott.ssa Arianna Giovannetti
Servizio Orientamento di Alfa Liguria*

All'interno del progetto di orientamento di sistema *Orientamenti – #Progettiamocilfuturo*, promosso da Regione Liguria, la conoscenza di sé rappresenta una delle quattro dimensioni fondamentali che strutturano l'offerta educativa proposta alle scuole: accanto all'esplorazione del mondo del lavoro, della società e dell'offerta formativa, il progetto dedica infatti un'area specifica allo sviluppo della consapevolezza personale degli studenti.

Questo approccio riflette l'idea che un orientamento efficace non possa limitarsi alla trasmissione di informazioni sui percorsi formativi o sulle opportunità professionali, ma debba accompagnare gli studenti in un processo di riflessione progressiva su interessi, valori, competenze e aspirazioni personali. L'orientamento viene quindi inteso come un processo educativo continuo che aiuta gli studenti a comprendere meglio sé stessi, a riconoscere le proprie risorse e a sviluppare la capacità di immaginare e costruire il proprio futuro.

Per questo motivo, le attività dell'area "Conosci te stesso" sono state progettate secondo una logica di continuità verticale che accompagna gli studenti dalla scuola primaria fino alla scuola secondaria di secondo grado e ai percorsi di istruzione e formazione professionale. L'obiettivo è quello di costruire progressivamente competenze di autoriflessione e consapevolezza che possano sostenere i giovani nelle diverse fasi del loro percorso formativo, favorendo la costruzione di scelte sempre più autonome e coerenti con le proprie aspirazioni.

Nella scuola primaria, il percorso introduce i bambini alla scoperta della propria identità personale attraverso attività narrative ed esperienziali che favoriscono la riflessione su emozioni, interessi e aspirazioni. In questa fase l'orientamento non è ancora legato alla scelta di un percorso di studio o di una professione, ma si concentra sullo sviluppo della capacità di riconoscere e descrivere sé stessi, le proprie caratteristiche e le proprie passioni. Tra le attività proposte figurano, ad esempio, il laboratorio "Chi sono io?", in cui gli studenti esplorano caratteristiche personali e passioni attraverso attività creative come La mia carta di identità e Il mio ritratto, oppure il percorso "I miei sogni per il futuro", che invita i bambini a riflettere sulle proprie aspirazioni attraverso attività come Il puzzle delle aspirazioni e La professione sognata. In quinta primaria il lavoro si concentra maggiormente sulla dimensione emotiva e sulla rappresentazione del futuro, attraverso attività come "L'arcobaleno delle emozioni" e "Come mi vedo tra 20 anni", che stimolano gli studenti a immaginare scenari possibili della propria vita adulta.

Nel corso della scuola secondaria di primo grado, il lavoro sulla conoscenza di sé si approfondisce attraverso attività strutturate che permettono agli studenti di riflettere sulle proprie capacità, sulle competenze sviluppate e sulle soft skills. In questa fase del percorso gli studenti iniziano a sviluppare una maggiore consapevolezza delle proprie risorse personali e a comprendere come queste possano essere valorizzate nei contesti scolastici e sociali. Tra le attività più significative vi sono “Ognuno è unico”, che introduce una riflessione sui punti di forza e sulle aree di miglioramento personali, e il percorso dedicato alle Competenze chiave dell’Unione Europea, in cui gli studenti esplorano e sperimentano competenze fondamentali per la vita personale e professionale. Nel secondo anno il lavoro prosegue con attività come “Le mie qualità” e “La mappa del mio futuro”, che invitano gli studenti a riflettere sui propri interessi e sulle proprie capacità. Nel terzo anno, infine, gli studenti riflettono sul significato del successo e sul valore dell’errore attraverso attività come “Scoprire il successo” e “Gli insuccessi più famosi”, che aiutano a sviluppare una visione più realistica e consapevole dei percorsi di crescita personale e professionale.

Nella scuola secondaria di secondo grado, il percorso assume una dimensione sempre più orientata alla progettualità personale e professionale. Le attività proposte invitano gli studenti a riflettere sulle proprie esperienze formative e personali, a riconoscere e valorizzare le competenze sviluppate e a esplorare i propri valori e motivazioni. Tra i moduli più rilevanti si trovano “Il Curriculum dello studente: riconoscere e valorizzare esperienze e competenze”, che aiuta gli studenti a riflettere sulle competenze maturate nei diversi contesti di apprendimento, e il percorso sulle “Ancore di carriera”, che invita gli studenti a esplorare i valori e le motivazioni che guidano le scelte professionali. Il percorso prosegue poi con attività dedicate alla riflessione sugli stili di apprendimento e sui valori e bisogni lavorativi, fino ad arrivare ai moduli dedicati allo sviluppo dell’autoefficacia, come “La fiducia nelle proprie capacità: un booster per il successo” e “Le strategie di vita: come affronto le situazioni complesse?”, che aiutano gli studenti a sviluppare maggiore fiducia nelle proprie capacità e nella possibilità di affrontare con successo le sfide future.

Una struttura analoga caratterizza anche i percorsi di istruzione e formazione professionale (leFP), nei quali il lavoro sulla conoscenza di sé viene declinato con una particolare attenzione alla costruzione dell’identità professionale e alla valorizzazione delle competenze spendibili nel mercato del lavoro. Gli studenti sono accompagnati in attività di riflessione sulle proprie esperienze e motivazioni, attraverso moduli come “Il Curriculum dello studente: riconoscere e valorizzare esperienze e competenze”, “Che cosa guida le tue scelte? Scopri le tue ancore di carriera” e “Le strategie di vita: come affronto le situazioni complesse?”, che favoriscono lo sviluppo di consapevolezza personale e capacità di progettazione del futuro.

L’insieme delle attività proposte all’interno dell’area “Conosci te stesso” contribuisce così a costruire progressivamente negli studenti competenze fondamentali per affrontare le scelte educative e professionali: capacità di riflessione su di sé, consapevolezza delle proprie competenze, fiducia nelle proprie possibilità e capacità di immaginare e progettare il proprio futuro. Attraverso un percorso progressivo e coerente che accompagna gli studenti lungo tutte le fasi del percorso scolastico, il progetto mira a sviluppare non solo conoscenze sul mondo della formazione e del lavoro, ma soprattutto competenze personali utili per orientarsi in contesti complessi e in continua evoluzione.

In questa prospettiva, il progetto ***Orientamenti – #Progettiamociilfuturo*** si configura come un ecosistema educativo capace di accompagnare gli studenti lungo tutto il loro percorso di crescita, sostenendo lo sviluppo di consapevolezza, autonomia e capacità progettuale. In un mondo del lavoro sempre più complesso e in continua trasformazione, imparare a conoscere sé stessi rappresenta infatti la prima e più importante competenza orientativa: quella che permette ai giovani di costruire, nel tempo, scelte formative e professionali autentiche, sostenibili e coerenti con la propria identità.

