Valle Sabbia non solo News

BLOG – APOTECHE

Osservare… l’importanza di guardarsi e soffermarsi sui volti

Di Sofia dal Zovo e Tatiana Mora

Ti sei mai sentito osservato? Osservare richiede calma, quiete, equilibrio e tempo lento

L’osservazione educativa è, dunque, *autentica*, in quanto coinvolge attivamente e dinamicamente i suoi protagonisti (educatore ed educando), attraverso i quali è possibile **una conoscenza reale dei fatti considerati**, certo da non assolutizzare, ma da integrare in forma autentica con altre fonti di conoscenza.
Osservare qualcuno per favorire la sua crescita è una missione importante.

Osservare per capire come qualcuno si sia comportato nel corso di un’attività o una situazione, per cogliere alcuni suoi tratti, alcune sue propensioni, alcune sue forme di apprendimento, richiede una considerazione attenta, preventiva e mirata in ordine degli strumenti più idonei, ai momenti più opportuni, oltre che agli obiettivi e al riconoscimento degli indicatori utili allo scopo.
Ci sono delle attività che vanno a valorizzare lo sguardo?

Questa azione esige un **elevato grado di intenzionalità**, sistematicità, cautele critiche, continua congiunzione tra teoria e prassi, tra pensiero e azione.
Si tratta di qualcosa di molto più complesso e ricco: la valorizzazione di uno sguardo consente la pensabilità e il sentirsi riconosciuti e amati nel qui e ora.

Osservare richiede:
Linguaggio chiaro e descrittivo
Astinenza da giudizi
Azioni educative per aiutare la persona ad essere consapevole di sé

Prova quindi a potenziare questa tua capacità di osservazione con un semplice esercizio noto come il "gioco del ritratto".

Ecco come funziona: in un momento tranquillo, mentre sei a casa, va benissimo anche durante la cena con la tua famiglia, scegli una persona seduta a tavola e **volgi il tuo sguardo e la tua attenzione su di essa.**
Passa qualche istante semplicemente ad osservare questa persona; nota i dettagli del suo aspetto, le espressioni che assume il suo viso, i gesti e il modo in cui si muove.

Dopo questa tua osservazione, **prenditi un momento per scrivere tutto ciò che hai notato.**

Poni l’attenzione, con la tua memoria, non solo al suo aspetto fisico ma anche e soprattutto al **linguaggio del suo corpo** e alle emozioni che ha espresso.
Sarebbe bello poi che avessi la possibilità di condividere le tue osservazioni con la persona che hai osservato. Chiedile come si sentiva in quel momento e nota se ci sono stati aspetti che non avevi osservato.
Infine, rifletti su come ti sei sentito durante l'esercizio.

Cosa hai imparato su di lei/lui e su te stesso come osservatore?
Questa pratica non solo ti aiuterà a sviluppare una maggiore attenzione ai dettagli ma anche ad approfondire una migliore connessione con l’altro.

Sofia dal Zovo
sofiadalzovo@gmail.com

Tatiana Mora
tatiana@flyhighmontessori.it

DATA DI PUBBLICAZIONE: 29/10/2024 – AGGIORNATO IL 10/07/2025 ALLE 02:00

2025 © TUTTI I DIRITTI SONO RISERVATI
AUTOGESTIONE CONTENUTI DI EDIZIONI VALLE SABBIA SRL C.F. E P.IVA: 02794810982 – SISTEMA GLACOM®