ICARO 26 Proposta Formativa

Obiettivo generale

Il percorso proposto per ICARO 26 mira a intercettare temi emergenti e comportamenti a rischio attuali, sviluppare consapevolezza emotiva e cognitiva nei ragazzi e nelle ragazze, riattivare il senso di cura, interdipendenza e potere positivo che ogni persona può esercitare su strada.

Target

Le scuole coinvolte saranno le scuole primarie (ex scuole elementari) e le scuole secondarie di secondo grado (ex scuole superiori).

Per quanto riguarda le scuole primarie, si valuterà la possibilità di rinnovare il repertorio dei filmati utilizzati nelle precedenti edizioni del progetto ICARO, aggiornando contenuti e tematiche già trattate, in linea con le nuove esigenze educative e comunicative.

Contenuti

Per quanto riguarda le classi superiori i temi trattati in particolare riguarderanno:

1. Analizzare e decodificare nuovi rischi psicologici e tecnologici, come l'effetto *after-scroll*, l'uso immersivo di podcast e comandi vocali (**Nuove e vecchie distrazioni**)
2. Riconoscere e correggere **l'errata percezione del rischio**, spesso presente tra i più giovani, che può portare a sottovalutare comportamenti pericolosi come l'eccesso di velocità o la guida sotto l'effetto di alcol e sostanze.
3. Analizzare la fatica e lo stato di ansia in un mondo che vuole il ragazzo costantemente "performante" incrementando la possibilità di mettersi in pericolo in stati ansiosi e di stanchezza mentale, oltre che fisica.

4. Migliorare la consapevolezza sulla corretta gestione del mezzo. Il modulo approfondisce le competenze pratiche e cognitive legate al controllo sicuro del veicolo, con particolare attenzione alla manutenzione di base, all'uso consapevole dei dispositivi tecnologici (come gli ADAS) e all'adattamento della guida in funzione delle condizioni ambientali e personali.
5. Stimolare una visione della guida come atto collettivo e interdipendente, non solo tecnico o individuale, ma inserito in un sistema sociale dove ogni comportamento ha ricadute su tutti (Responsabilità e amore verso sé e gli altri)

ICARO 26 vuole aiutare i ragazzi e le ragazze a riconnettersi al valore delle scelte, anche le più piccole e parte dal presupposto che la responsabilità non è un dovere imposto, ma una forma di potere personale e collettivo.

Metodo e struttura del percorso formativo

Per la 26ª edizione di ICARO, proponiamo un percorso che **intrecci video-testimonianze e attività riflessive** e interattive, a partire dalle narrazioni stesse. In particolare, si prevede la costruzione di un percorso multimediale con l'utilizzo di video-testimonianze a familiari di vittime della strada e vittime dirette, che costituiranno il filo conduttore degli incontri. Le testimonianze rappresentano uno degli strumenti più potenti per attivare nei ragazzi e nelle ragazze un processo di consapevolezza autentica e duratura, favorendo un maggiore coinvolgimento attraverso meccanismi di identificazione ed empatia.
Come di consueto, il modulo ICARO avrà una **struttura flessibile**. Abbiamo sempre ribadito l'importanza di un'azione reiterata anche nei confronti di una stessa classe, per rafforzare i messaggi proposti e stimolare un'elaborazione più profonda. Sappiamo però che in alcuni casi non vi è la possibilità di reiterare il messaggio educativo, e che alcune scuole riescono a garantire soltanto due incontri, se non addirittura uno solo. Per questa ragione, pur confermando la proposta strutturata **su tre incontri**, il modulo potrà essere

adattato in base alle possibilità concrete di ciascun istituto, prevedendo – solo se strettamente necessario – anche un intervento singolo.

Si ribadisce inoltre che, qualora l'attività si svolga in plenaria, con il coinvolgimento di più classi (ad esempio in un'aula magna), con un numero di studenti molto ampio, sarà opportuno adeguare le modalità di interazione con i ragazzi, adottando strategie comunicative coerenti con il contesto.

Nello specifico, ciascun incontro sarà incentrato su un'intervista-testimonianza. I tre incontri riguarderanno:

1. una persona direttamente coinvolta in un incidente stradale grave (vittima diretta),
2. un genitore della vittima,
3. un fratello o una sorella della vittima.

Si tratta di tre storie non collegate tra loro, ognuna delle quali affronterà alcuni degli argomenti previsti nei contenuti di ICARO 2026.

Format comune ai 3 incontri proposti:

- ***Attività rompighiaccio***: breve attività o discussione che introduce il tema della giornata, favorendo la partecipazione e l'ascolto attivo.
- ***Videotestimonianza – prima parte (circa 3 min)***: la testimonianza si concentra sulla dinamica dell'incidente, evidenziando in modo chiaro l'errore commesso dall'autore del reato (ad esempio: distrazione, guida sotto stress, velocità).
- ***Approfondimento tematico:*** a partire dai contenuti emersi nell'intervista, si sviluppano riflessioni guidate, discussioni di gruppo, e attività pratiche che stimolano la consapevolezza sui temi trattati:
    - Preparazione alla guida: preparazione della macchina e consapevolezza del proprio stato psicofisico (*"Zaino invisibile"* - cosa portiamo in macchina anche se non lo vediamo, come ansia, tensioni, rabbia)

    - La guida: paradosso del giovane guidatore, distrazione (e.g., podcast in autostrada, effetto after-scroll al semaforo su strade urbane - la mente resta agganciata all'ultimo scroll, audio o messaggio), stanchezza e ansia da prestazione

- ***Videotestimonianza – seconda parte (circa 3 min)***: la testimonianza si focalizza sulle conseguenze emotive, sociali e personali dell'incidente, raccontando il vissuto successivo e gli effetti a breve, medio e lungo termine sulle persone coinvolte.
- ***Riflessioni e attività esperienziali:*** Dopo aver esplorato le conseguenze dell'incidente, questa fase propone momenti di riflessione e attività pratiche volte a stimolare la consapevolezza e la responsabilità personale e collettiva, al fine di evitare quelle conseguenze. Si approfondiscono tematiche quali:
    - Anche non scegliere è una scelta (comprendere come il silenzio o l'inerzia possono avere un impatto concreto, anche non dire nulla è una scelta).
    - Responsabilità come atto eroico e collettivo (non è l'azzardo a rendere "eroici", ma il coraggio di prendersi cura di se stessi e degli altri)
    - Resilienza (la capacità di affrontare e gestire le difficoltà emotive legate all'incidente, mantenendo la volontà di andare avanti nonostante il dolore)
- ***Videotestimonianza – terza parte parte 3 (circa 3 min):*** conclusione positiva e di speranza: la vittima o il familiare inviano un messaggio diretto ai partecipanti, volto a sensibilizzare, promuovere la responsabilità sociale e incoraggiare comportamenti più consapevoli alla guida.

Approfondimento sui temi trasversali trattati negli approfondimenti tematici guidati

1. Distrazione

a. Dal pensiero – l'effetto *after-scroll*

Non siamo più solo di fronte al classico "uso del cellulare alla guida", ma a forme più sottili e pervasive di distrazione cognitiva, come notifiche dallo smartwatch, comandi vocali e assistenti digitali, ma anche scroll compulsivo, per esempio ai semafori. Podcast e messaggi vocali che continuano a "risuonare" nella mente anche dopo aver spento il dispositivo. Il cervello resta connesso all'ultima immagine, frase, emozione assorbita dallo schermo (effetto after-scroll). Anche dopo aver ripreso la guida attiva, l'attenzione è ancora "altrove".

b. Da isolamento digitale - tra musica e podcast

La guida diventa spesso un'esperienza solitaria, autoreferenziale: podcast narrativi, audiolibri, messaggi vocali richiedono attenzione prolungata. Tuttavia, ascoltare una storia non è come ascoltare musica: la musica, soprattutto se già nota, può fare da sottofondo, accompagnare il ritmo del viaggio, sostenere l'umore senza richiedere un'elaborazione continua. I podcast, invece, attivano processi cognitivi più complessi: seguire una trama, comprendere un discorso, anticipare il senso di un racconto o elaborare contenuti informativi significa impegnare attivamente le risorse cognitive. Si tratta quindi di un ascolto immersivo che entra in competizione diretta con l'attenzione necessaria alla guida. Questo fenomeno può portare a una disconnessione progressiva dal contesto reale: gli altri utenti della strada diventano "sfondo".

2. Riconoscere e correggere l'errata percezione del rischio

Il modulo si concentrerà sulle principali distorsioni cognitive che compromettono la valutazione del pericolo nei giovani, favorendo comportamenti a rischio. Tra queste:

1. *Optimism bias* (tendenza a sovrastimare la propria invulnerabilità rispetto agli altri): porta a pensare che incidenti, guida in stato di ebbrezza o sotto l'effetto di sostanze "capitino sempre agli altri".
2. *Illusion of control* (illusione di controllo): falsa convinzione di gestire completamente le situazioni di guida, che incoraggia comportamenti come eccesso di velocità o uso di alcol/farmaci, poiché si crede di poter "controllare" le conseguenze .
3. *Affect heuristic* (giudizio emotivo): le emozioni positive legate alla velocità o alla socialità associata alla guida sotto sostanze spingono a minimizzare i rischi e amplificare i benefici

Attraverso momenti di riflessione guidata, casi concreti e simulazioni, il modulo aiuterà i ragazzi a identificare questi bias, comprendendone l'origine e l'impatto. L'obiettivo è promuovere una percezione del rischio più realistica, capace di prevenire il ricorso a velocità e comportamento sotto l'effetto di alcol e droghe.

3. Stanchezza psicofisica e ansia da prestazione

Sempre più giovani (ma non solo) si mettono alla guida in condizioni di sfinimento fisico e mentale, irritabilità e tensione dovute alla pressione di "dover dare il massimo". La fatica psicosociale, oltre che fisica, è un fattore di rischio invisibile, ma sempre più presente. Chi guida stanco, emotivamente svuotato o ansioso, è meno lucido, meno reattivo, più impulsivo. Inoltre, un ruolo centrale è svolto dall'ansia da prestazione: la sensazione di non potersi fermare mai, di dover essere sempre presenti, produttivi, impeccabili. Questa tensione interna può manifestarsi anche alla guida, trasformando un momento che dovrebbe essere neutro o addirittura distensivo in uno spazio carico di pressione. L'ansia da prestazione compromette la capacità di attenzione, aumenta il rischio di comportamenti impulsivi e riduce la tolleranza alla frustrazione. Verrà focalizzata

l'attenzione sul fatto che guidare non è un dovere da adempiere, ma un'azione che richiede consapevolezza, lucidità e rispetto – anche per sé stessi.

4. Migliorare la consapevolezza sulla corretta gestione del mezzo

Il percorso formativo si concentrerà sulla relazione tra conduzione del mezzo e sicurezza attiva, stimolando nei giovani una maggiore attenzione non solo all'uso del veicolo, ma anche alla sua gestione responsabile. Si affronteranno aspetti come l'importanza della manutenzione preventiva, l'adattamento della guida alle condizioni ambientali e la comprensione del funzionamento dei sistemi di bordo. Particolare rilievo sarà dato al riconoscimento precoce dei segnali di malfunzionamento e alla capacità di adottare comportamenti prudenti in situazioni impreviste, contribuendo così a una cultura della mobilità più matura e consapevole.

4.1 Approfondimento: La guida in ambito autostradale – rischi specifici e comportamenti di sicurezza

All'interno del percorso formativo una unità sarà dedicata alle caratteristiche peculiari della guida in ambito autostradale, contesto che richiede ulteriori competenze percettive e decisionali, rispetto alla guida urbana o extraurbana.

Tra gli aspetti più rilevanti che verranno affrontati a titolo esemplificativo, si approfondirà **l'effetto tunnel,** fenomeno percettivo tipico della guida ad alta velocità, che riduce la capacità di rilevare stimoli laterali e può compromettere la tempestività nella risposta agli imprevisti.

Si discuteranno inoltre le corrette modalità di **gestione delle aree di sosta e delle corsie di emergenza**, con particolare riferimento ai comportamenti da adottare in caso di arresto forzato del veicolo o di incidente, come l'utilizzo del giubbotto riflettente, il posizionamento del triangolo e la messa in sicurezza dei passeggeri.

Un altro tema centrale sarà la **sottovalutazione del rischio nelle lunghe percorrenze**, un fenomeno psicologico frequente tra i guidatori più giovani, che tende a ridurre il livello di vigilanza dopo lunghi tratti monotoni senza apparenti situazioni di pericolo.

Infine, verrà dedicata attenzione alla **gestione corretta dei cambi di corsia e dei sorpassi in presenza di mezzi pesanti**, evidenziando l'importanza di valutare con precisione gli spazi di manovra, i tempi di accelerazione e la consapevolezza degli angoli ciechi tipici di camion e autobus.
Questo approfondimento contribuirà a fornire ai partecipanti strumenti cognitivi e pratici per affrontare la guida in autostrada con maggiore sicurezza e consapevolezza.

Conclusione: responsabilità come atto sociale e resilienza

In una società sempre più individualista, la guida viene spesso vissuta come un atto tecnico o esclusivamente personale. Ma ogni volta che saliamo in macchina, scegliamo che tipo di persona vogliamo essere per chi ci sta accanto — anche se non lo conosciamo, ogni volta scegliamo come vogliamo stare al mondo: se come individui isolati o come parte di una rete, in cui ogni azione può proteggere o ferire chi è vicino. Qui in primo piano c'è la dimensione sociale della guida: ogni guidatore è responsabile degli altri. Ogni scelta sulla strada è un atto di cura, di protezione, di rispetto. È eroico chi salva, non chi sfida la morte. Scegliere di fermarsi, di aspettare, di non distrarsi: sono gesti semplici, ma profondamente coraggiosi. Sono scelte che salvano vite umane e non. Essere presenti alla guida significa anche rispettare chi attraversa la strada in silenzio: animali selvatici, randagi, creature invisibili che condividono il nostro stesso spazio. Ogni vita evitata è una vita salvata. Essere forti, coraggiosi ed eroici non vuol dire "resistere a tutto", ma scegliere di restare umani anche quando si è soli al volante.

Infine, le vittime stesse parleranno di come sono riuscite ad andare avanti, con fatica, con responsabilità, con la scelta quotidiana di non chiudersi, di trasformare la perdita in testimonianza. Nel corso degli incontri, la resilienza emergerà attraverso i racconti di chi ha vissuto l'incidente sulla propria pelle o ha perso qualcuno a causa della strada, eppure ha deciso di condividere la propria esperienza. Racconteranno cosa significa ricostruirsi, gestire le emozioni, abitare il dolore senza esserne annientati.

Parlare di resilienza vuol dire riconoscere la forza di chi sceglie ogni giorno di esserci e di offrire strumenti per comprendere che è possibile rimanere parte attiva della propria storia.