

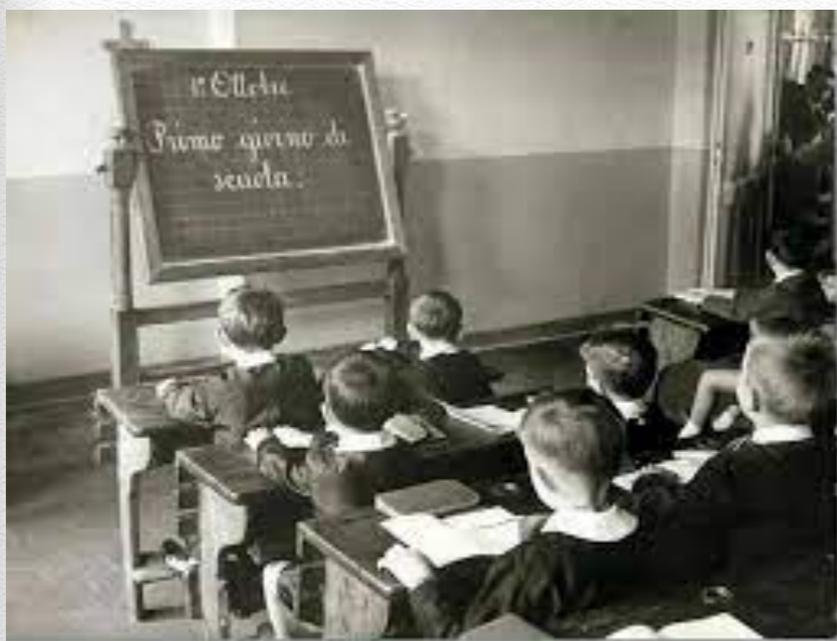


UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DELL'AQUILA

Gestione della classe e dinamiche relazionali con particolare riferimento alla prevenzione dei fenomeni di violenza, bullismo e discriminazioni

Rachele Giammario

psicologa, pedagoga, psicomotricista
terapista della neuro e psicomotricità dell'età evolutiva



La classe ieri

Per un docente gestire la classe significava saper ristabilire l'ordine

tenere la disciplina

Il docente ieri seguiva il programma



La classe oggi

- Per un docente saper gestire una classe significa saper conoscere i propri studenti ed essere in grado di offrire loro una motivazione.
- Il docente oggi propone delle attività in modo "attraente", riesce ad affascinare gli studenti con la passione che esprime.
- Chiarisce la validità dell'offerta formativa
- Indica la strada per il successo scolastico

Fare scuola oggi è sempre più difficile: gli insegnanti si ritrovano ad agire in contesti educativi problematici; gruppi numerosi e esigenze particolari dei singoli alunni presenti in classe richiedono attenzioni speciali da parte dei docenti.

Gestire in serenità le nostre classi diventa una sfida complessa per le caratteristiche di ciascuno.

LA GESTIONE DELLA CLASSE

DI CHE COSA
SI OCCUPA

di affrontare la
complessità del
gruppo e delle
sue dinamiche

promuovere
l'interesse

IN COSA
CONSISTE

fare scelte
organizzative
e didattiche

incoraggiare
la
partecipazione

conoscere le
variabili che
influenzano la
gestione

CHE COSA
RICHIEDE

occuparsi
dell'ambiente
fisico e sociale
dell'aula

ripensare il
ruolo
dell'insegnante

porre attenzione ai
bisogni degli alunni (i
vissuti, le attese,
l'autodeterminazione, il
coinvolgimento, la
competenza, gli stati
emotivi)

Fin dalla sua formazione la classe presenta una **storia unica e singolare**

È un sistema aperto con caratteristiche sue proprie non riconducibili a quelle dei suoi membri presi isolatamente

Ha regole esplicite e implicite valide solo al proprio interno e cresce nutrendosi delle interazioni e relazioni tra i suoi membri.

Il punto di partenza di ogni apprendimento è la creazione di una relazione di classe positiva, in grado di rispettare le differenze e le specificità di ogni singolo individuo, al fine di concedergli la possibilità di esprimersi liberamente e senza riserve.

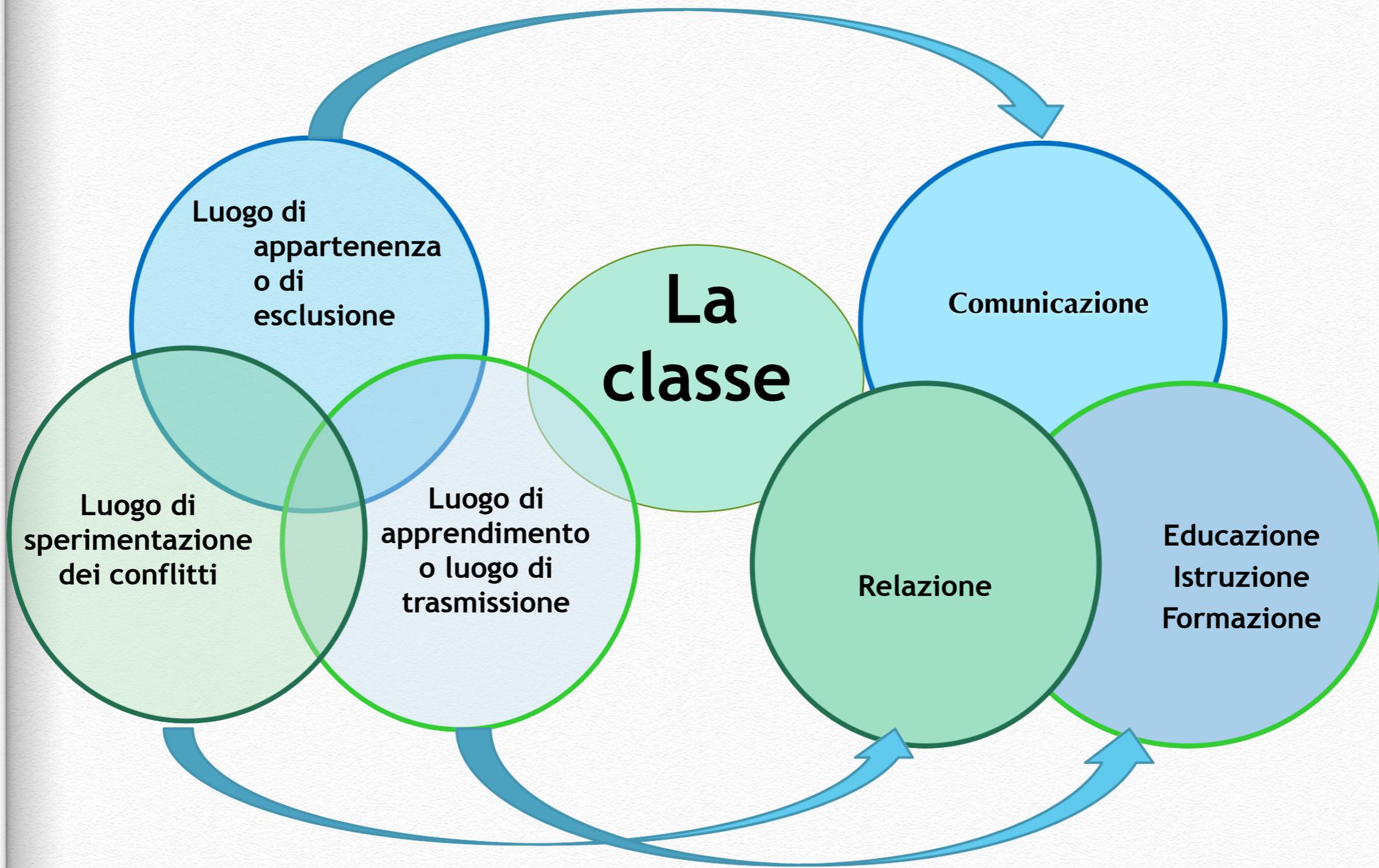
Senza una relazione di classe positiva è inutile ogni riflessione su come insegnare, su come costruire situazioni che consentano apprendimento o su come valutare prodotti e processi di insegnamento/apprendimento

Anche le Indicazioni Nazionali per il curricolo riportano:

«particolare cura è necessario dedicare:

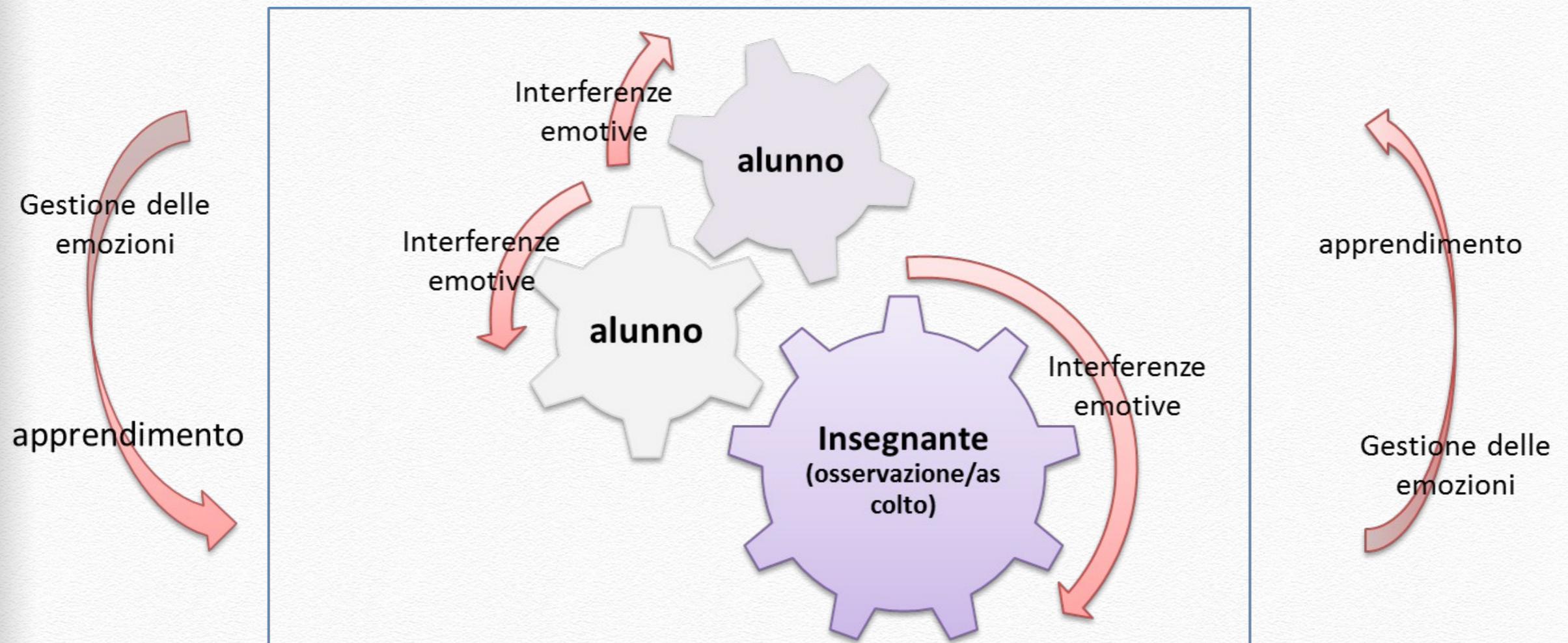
- ❖ alla *formazione della classe* come gruppo,**
- ❖ alla *promozione dei legami* cooperativi fra i suoi componenti**
- ❖ alla *gestione degli inevitabili conflitti* indotti dalla socializzazione»**

La **classe** si configura come un
fondamentale **spazio di crescita** in
cui lo studente
sperimenta le proprie competenze
sviluppa la propria
identità, **nel quale**
i processi emotivi e
relazionali assumono un
ruolo centrale



La classe vista come sistema

Le dinamiche relazionali influenzano l'apprendimento



clima di classe

clima di classe si può definire come l'atmosfera che si viene a creare in un contesto di apprendimento: esso "riflette la vita scolastica e quella socio-emotiva della classe e condiziona il processo di apprendimento/insegnamento attraverso i sottili elementi che coinvolgono gli insegnanti, gli studenti, le famiglie, la comunità educativa e il contesto sociale" (Fisher 2003, p.264).

Come è possibile creare un clima di classe positivo che faciliti l'apprendimento?

Secondo Freiberg (1999) il clima di classe positivo è il prodotto della combinazione di cinque aspetti a cui i docenti devono porre attenzione:

- la **prevenzione** negli studenti di atteggiamenti di scarso autocontrollo, di impulsività, di mancata appartenenza al gruppo che creano all'interno della comunità scolastica fenomeni di disagio, bullismo, dispersione;
- il **prendersi cura** dei bisogni dell'alunno, arrivando alla personalizzazione dell'insegnamento che permette di considerare ciascuno come un soggetto originale che apprende;
- la **cooperazione** tra gli studenti che deve sostituire la competizione, attraverso la quale si valorizza la persona solo se raggiunge il successo;
- l'**organizzazione** dei propri interventi per pianificare la costruzione di un clima positivo;
- la **collettività** in cui ciascuno può prendersi cura dell'altro, secondo il proprio ruolo.

Glasser

Esistono due tipi di gestione della classe:

- boss-management=>l'insegnante ha un ruolo autoritario, più attento ai risultati che ai processi;
- lead-management=> insegnante coinvolge gli alunni, propone attività personalizzate, favorisce la qualità delle relazioni, usa metodi persuasivi.

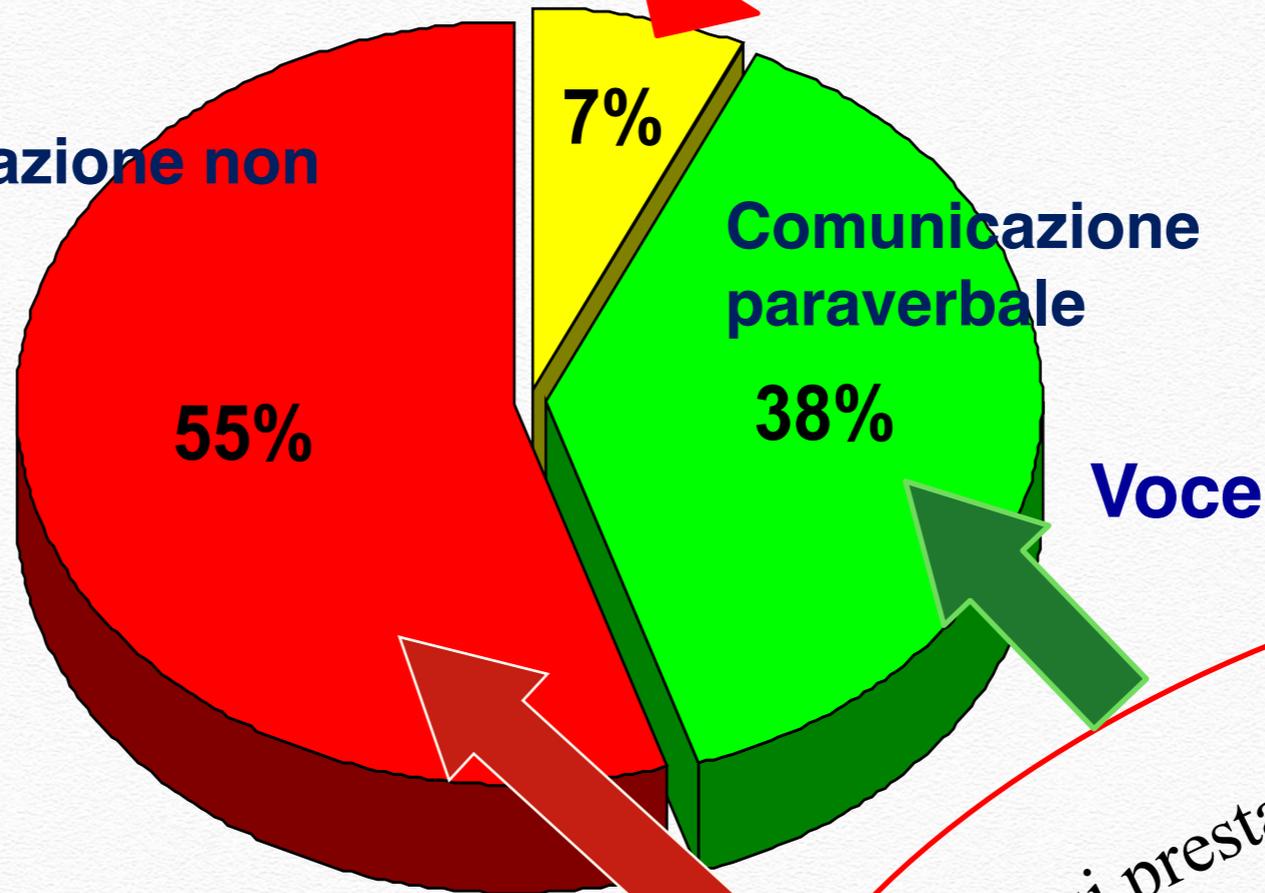
“là dove i bisogni degli allievi vengono soddisfatti, si crea un ambiente educativo favorevole”

Ripensare al proprio ruolo:

- 1. Stile comunicativo:** Norton lo definisce come “il modo in cui una persona interagisce a livello verbale, non verbale e paraverbale. Gli studi mostrano che gli insegnanti percepiti abili sono quelli che sanno adottare uno stile amichevole, attento, rilassato e aperto alla comunicazione.
- 2. Stile cognitivo:** è “la modalità di elaborazione dell’informazione che la persona adotta in modo prevalente” (Boscolo, 1981). Conoscere i diversi stili cognitivi degli alunni permette di adottare strategie di insegnamento adeguate.

La Comunicazione Non Verbale secondo il Modello di Mehrabian

Comunicazione non verbale
Linguaggio del corpo



A cui si presta maggiore attenzione consapevole
Più facile da controllare

comunicazione verbale

Comunicazione paraverbale

Voce

A cui si presta minore attenzione consapevole
Più difficile da controllare

Competenze del docente

Buon uso della comunicazione non
verbale
(linguaggio corporeo)

Contatto oculare

Contatto prossimale

Espressioni facciali

Tono della voce

(Fredric Jones,
1987)

STILE COMUNICATIVO

Paraverbale, modalità con cui viene trasmesso il contenuto: tono della voce, timbro, velocità

Verbale, quello che Watzlawick indica come contenuto: la scelta delle parole, la struttura della frase

Non verbale, aspetto più difficile da controllare ed implicata postura, la mimica facciale, la gestualità, gli aspetti estetici

Gli stili comunicativi

Esistono vari stili di comunicazione:

- comunicazione **ASSERTIVA**
- comunicazione **AGGRESSIVA**
- comunicazione **PASSIVA**

CLASSIFICAZIONE DEGLI STILI

	Stile passivo	Stile aggressivo	Stile assertivo
Messaggio	Avete ragione, non importa come la penso	Io ho ragione se non la pensate allo stesso modo avete torto	Così è come vedo la situazione e questo è quello che penso
Obiettivo	Evitare il conflitto	Ottenere ciò che si vuole, vincere	Comunicazione e rispetto reciproco
Voce	Talvolta tremolante, piatta e monocorde, volume basso	Molto ferma, tono spesso sarcastico e freddo, prevalenza di toni acuti	Ferma espressiva, chiara e calma, tono intermedio

CLASSIFICAZIONE DEGLI STILI

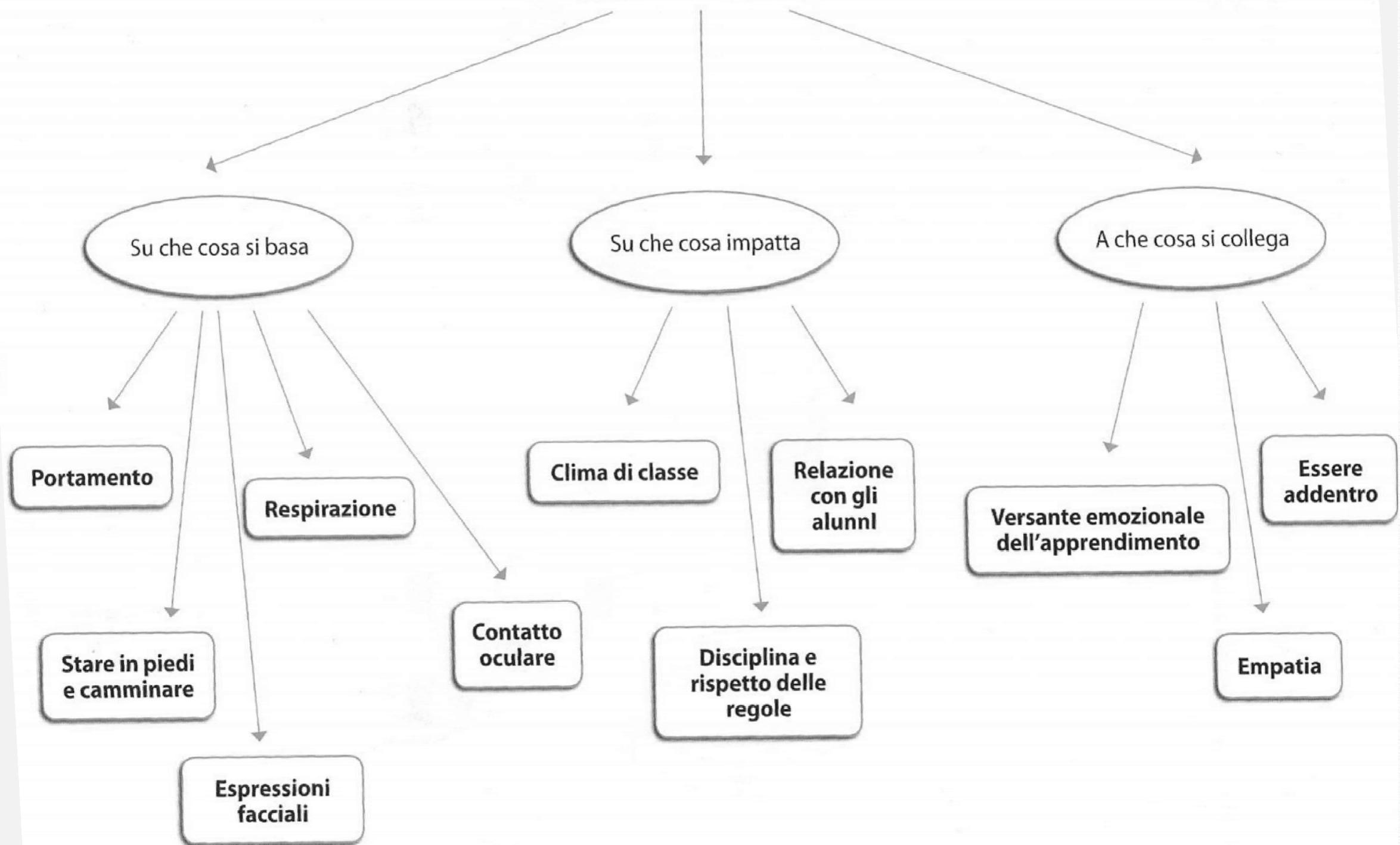
	Stile passivo	Stile aggressivo	Stile assertivo
Contatto visivo	Evasivi ed erratico, è orientato verso il basso	Dominante, dall'alto verso il basso	Fermo ma non dominante
Movimenti del corpo	Spesso si siede sull'orlo della sedia, si copre la bocca con la mano,, mantiene una distanza eccessiva dall'interlocutore	Utilizzo dell'indice per additare l'interlocutore, corpo proiettato verso l'altro, movimenti continui, si avvicina troppo all'interlocutore	Movimenti della mani aperti e invitanti, postura rilassata, distanza adeguata rispetto all'interlocutore

La comunicazione non verbale

IL linguaggio silenzioso:

- **Postura**
- **Abbigliamento**
- **Apparenza fisica**
- **Mimica facciale e sguardo**
- **Prosemica e spazio**

LA COMUNICAZIONE NON VERBALE



Gestire la classe

Gestire la classe significa, inoltre, agire in modo tale che ogni allievo possa trovare le giuste attenzioni educative e didattiche soddisfacendo i propri bisogni personali.

La gestione della classe

- Include tutte le strategie che l'insegnante mette in atto per promuovere l'interesse e la partecipazione dell'allievo nei confronti delle attività di classe e per stabilire un produttivo ambiente di lavoro
- Per gestire correttamente la classe il docente dovrebbe mirare alla conduzione dei rapporti interpersonali e di gruppo volti a promuovere negli alunni un atteggiamento positivo verso la proposta educativa ed in generale verso l'apprendimento

La gestione della classe efficace
è:

Promuovere l'interesse e la
partecipazione dell'alunno e
stabilire un produttivo ambiente di
lavoro che favorisca
l'apprendimento

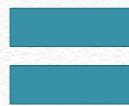
Cosa significa gestire una classe complessa?

Condurre le relazioni interpersonali tra gli allievi e tra questi e il docente che promuovano l'apprendimento



Cos'è il comportamento?

Il comportamento è il modo di agire e reagire di un soggetto con l'ambiente.



qualsiasi cosa che una persona dice o fa



Comportamento disturbante

o

Disturbo del
comportamento?!

Comportamento disturbante

È un comportamento non adattivo rispetto a quanto richiesto dall'ambiente, con frequenza e intensità alterna e non riscontrabile in tutti gli ambienti di vita

Es:

- a scuola durante la lezione di matematica giocherella con le penne ma durante la lezione di educazione fisica è attivo e collaborativo
- non si riscontrano problemi, per esempio, nell'attività sportiva pomeridiana

Disturbo del comportamento

- ❖ È la difficoltà di **CONTROLLO E GESTIONE PERSISTENTE E CONTINUA** di conformare il proprio comportamento alle richieste dell'ambiente riscontrabile in tutti i contesti di vita.

Le funzioni del comportamento

In ogni individuo il comportamento assume la funzione di:

- Soddisfare  bisogni quali:
attenzione, riconoscimento “cure”,
ottenere quello che si desidera ecc.
- Evitare  situazioni come:
dolore, disagio noia, fallimento

Cosa può causare i comportamenti problema?

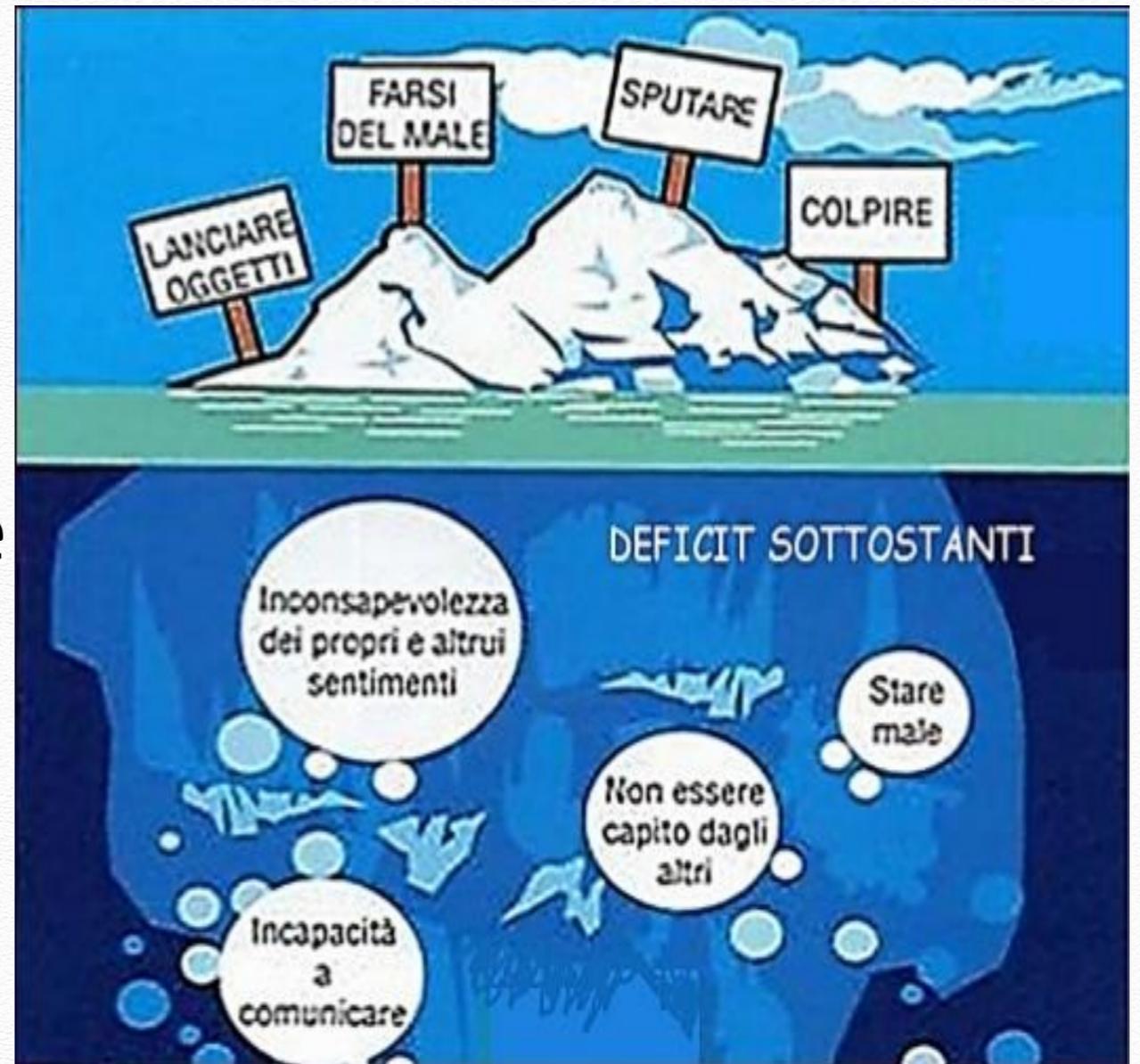
- Sovraccarico Emotivo
- Sovraccarico Sensoriale
- Sovraccarico Mentale

Il comportamento problema... come comunicazione

In alcuni bambini la comunicazione di bisogni, sentimenti, richieste, risulta più difficoltosa per l'inadeguatezza dei mezzi, per problematiche cognitive, linguistiche.

Da tenere a mente che...

Il comportamento problema, nella maggior parte dei casi, non è parte della patologia, è dei deficit dovuti alla patologia, ed è plasmato inavvertitamente dall'ambiente circostante, quindi sensibile al cambiamento.



I disturbi del comportamento

I disturbi del comportamento comprendono una serie di condotte definite “esternalizzanti”, in quanto comprendono comportamenti in cui il disagio interno viene rivolto verso l'esterno attraverso condotte disfunzionali come l'aggressività, l'impulsività, la sfida, la violazione delle regole e altre condotte considerate socialmente inappropriate.

In età prescolare e scolare, gli accessi comportamentali possono verificarsi in modo isolato e temporaneo, quando ad esempio sono legati ad aspetti situazionali o alla particolare fase di sviluppo in cui si trova il bambino, oppure possono rappresentare dei veri e propri campanelli d'allarme per l'insorgenza di futuri disturbi del comportamento.

In che modo e a che età i bambini imparano a regolare il proprio comportamento

La capacità di agire in maniera appropriata rispetto alle norme sociali e di regolare autonomamente il proprio comportamento costituiscono due aspetti basilari dello sviluppo del bambino.

Si tratta di capacità complesse, che vengono acquisite gradualmente nel corso dell'intera infanzia.

Fare affidamento sulla presenza dell'adulto nella regolazione delle proprie emozioni e del proprio comportamento è fondamentale per il bambino almeno fino ai tre anni di vita (Eisenberg et al., 2010).

Quando un bambino così piccolo è agitato o arrabbiato ha bisogno di una figura di riferimento che possa tranquillizzarlo e che possa fornirgli le strategie più adeguate per risolvere il proprio conflitto interno.



Il barattolo della calma

Il barattolo della calma, anche conosciuto con la denominazione inglese di calming jar, è una proposta che ha trovato negli ultimi anni grande diffusione tra educatori e genitori, anche perché spesso viene presentato come materiale di ispirazione montessoriana.

È inoltre errata la dicitura “barattolo della calma Montessori” che sovente si trova in rete. Il barattolo della calma, infatti, non è un materiale montessoriano.

Come si usa il barattolo della calma

Quando un bambino è in piena crisi non è utile, né efficace, tentare di trasmettere insegnamenti o di portarlo a ragionare su quanto avvenuto ma associare il barattolo a esercizi di respirazione guidata.

Il primo obiettivo dell'adulto consapevole sarà quello di riparare alla de-regolazione emotiva manifestata dal bambino.

Sediamoci con lui, anche contenendolo se desidera contatto fisico poi afferriamo il barattolo, scuotiamolo e osserviamo insieme il fluttuare dei brillantini, rallentando il respiro gradualmente, esattamente come questi rallentano progressivamente il proprio movimento.

il barattolo è il punto di partenza per stabilire un contatto sereno e aiutare così il piccolo a esplorare la propria interiorità e individuare le cause del suo malessere.

Quali sono i disturbi del comportamento

Nel DSM-5, il Manuale diagnostico e statistico dei disturbi mentali (APA, 2013), si parla dei cosiddetti “Disturbi del comportamento dirompente, del controllo degli impulsi e della condotta” per riferirsi ad una famiglia di disturbi in cui sono prevalenti le componenti comportamentali dell’aggressività e della violazione delle norme. In particolare, si fa riferimento a:

- Disturbo esplosivo intermittente
- Disturbo della condotta
- Disturbo oppositivo-provocatorio

Cos'è il Disturbo della Condotta?

Il Disturbo della Condotta (DC) è un disturbo di natura comportamentale, riscontrabile in bambini e adolescenti, caratterizzato dalla tendenza a violare, in maniera ripetitiva, le regole imposte dal contesto esterno, a prevaricare gli altri, a mentire e dalla messa in atto di comportamenti spesso violenti, che possono rappresentare un potenziale danno o pericolo per gli altri.

Caratteristiche e Sintomi del Disturbo della Condotta

Per quanto riguarda le caratteristiche interpersonali, un bambino o un adolescente con DC appare come:

- prepotente;
- minaccioso;
- intimidatorio nei confronti degli altri;
- crudele verso persone e/o animali.

Nello specifico, si ha a che fare con bambini che danno inizio a colluttazioni fisiche, mentono per ottenere vantaggi, rubano o distruggono proprietà altrui, utilizzano armi o oggetti per arrecare danno o dolore ad altri, trascorrono la notte o periodi più o meno lunghi fuori casa e appiccano incendi.

I comportamenti del DC possono portare a:

- sospensione o espulsione dalla scuola, problemi di adattamento scolastico/lavorativo, difficoltà legali, malattie a trasmissione sessuale, gravidanze indesiderate e lesioni fisiche da incidenti o da colluttazioni;
- inizio precoce di attività sessuale, uso di alcool, fumo, uso di sostanze illegali, comportamenti temerari e rischiosi.

DC ed emozioni

In letteratura, si parla anche di DC con emozioni prosociali limitate (in riferimento al tratto interpersonale calloso-anemozionale, “Callous-Unemotional Trait”, CU). Lo stile interpersonale Callous-Unemotional si caratterizza per due particolari aspetti: l’insensibilità e la mancanza di emotività.

DC ed emozioni

Secondo una serie di studi (Pisano et al.; 2017), un DC con tratti CU “Callous-Unemotional Trait” avrebbe una prognosi sfavorevole in cui le condotte antisociali aumenterebbero con il progredire dell’età.

Per individuare il sottotipo di DC con **emozioni prosociali limitate** occorre che la persona mostri in modo persistente, per almeno 12 mesi e in diversi tipi di relazione e ambienti, una limitazione in almeno 2 delle seguenti 4 emozioni prosociali:

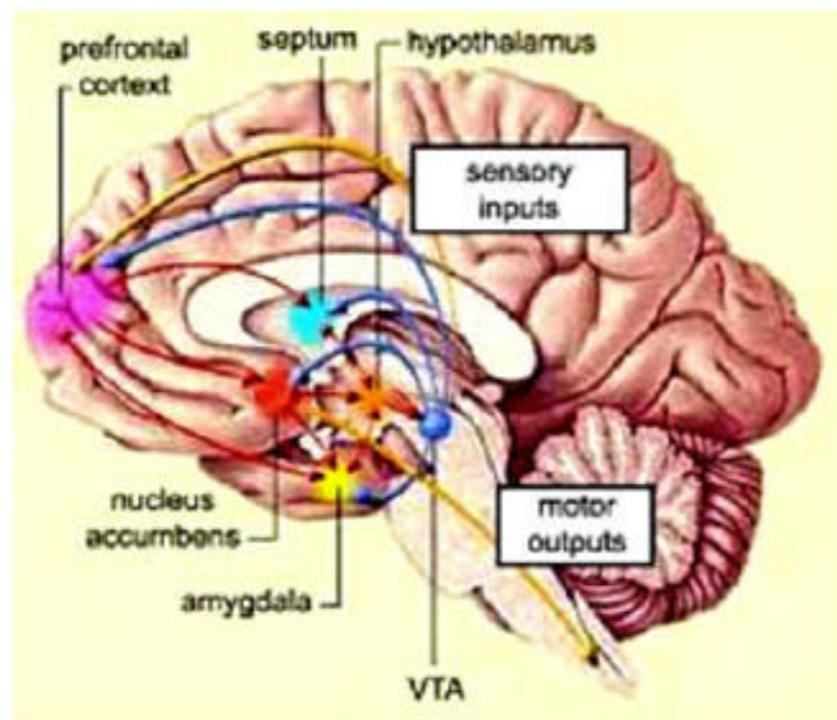
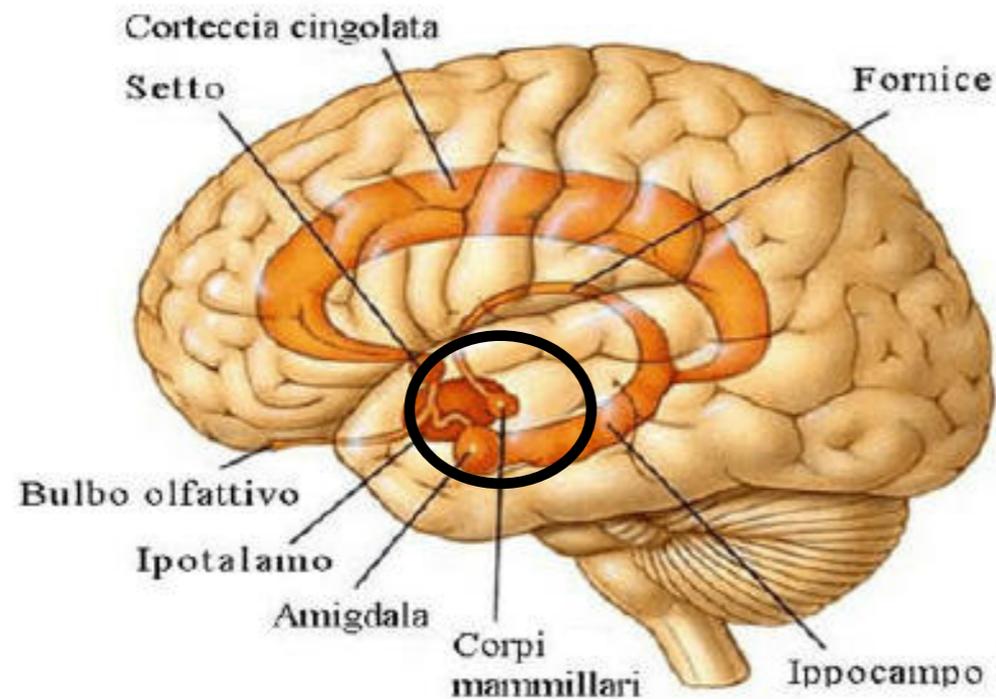
1. **mancanza di rimorso o senso di colpa** dopo aver compiuto qualcosa di sbagliato non vi è la preoccupazione per le conseguenze negative delle proprie azioni;
2. **insensibilità/mancanza di empatia**, intesa come noncuranza, freddezza e indifferenza per i sentimenti altrui e per gli effetti che le proprie azioni hanno sugli altri;
3. **indifferenza per i risultati**, ossia una mancanza di preoccupazione verso uno scarso o problematico rendimento scolastico o altre attività importanti;
4. **affettività superficiale o anaffettiva**, per cui il bambino non esprime i propri sentimenti e non mostra emozioni verso gli altri se non in maniera superficiale o poco sincera.

Cause e fattori di rischio

I fattori di rischio sono di tipo bio-psico-sociale. Tra questi troviamo:

- fattori genetici e fisiologici
 - fattori temperamentali:
 - fattori ambientali:
1. fattori familiari: rifiuto e trascuratezza da parte dei genitori; pratiche educative incoerenti; disciplina rigida; abuso fisico e sessuale; mancanza di controllo; precoce regime istituzionale di vita; frequenti cambi di caregiver; famiglia di grandi dimensioni; criminalità dei genitori; alcuni tipi di psicopatologia familiare; condizione di migrante di uno dei due genitori.
 2. fattori di comunità rifiuto da parte dei coetanei, associazione con gruppi di coetanei con esposizione a condotte delinquenti, violenza nel quartiere;

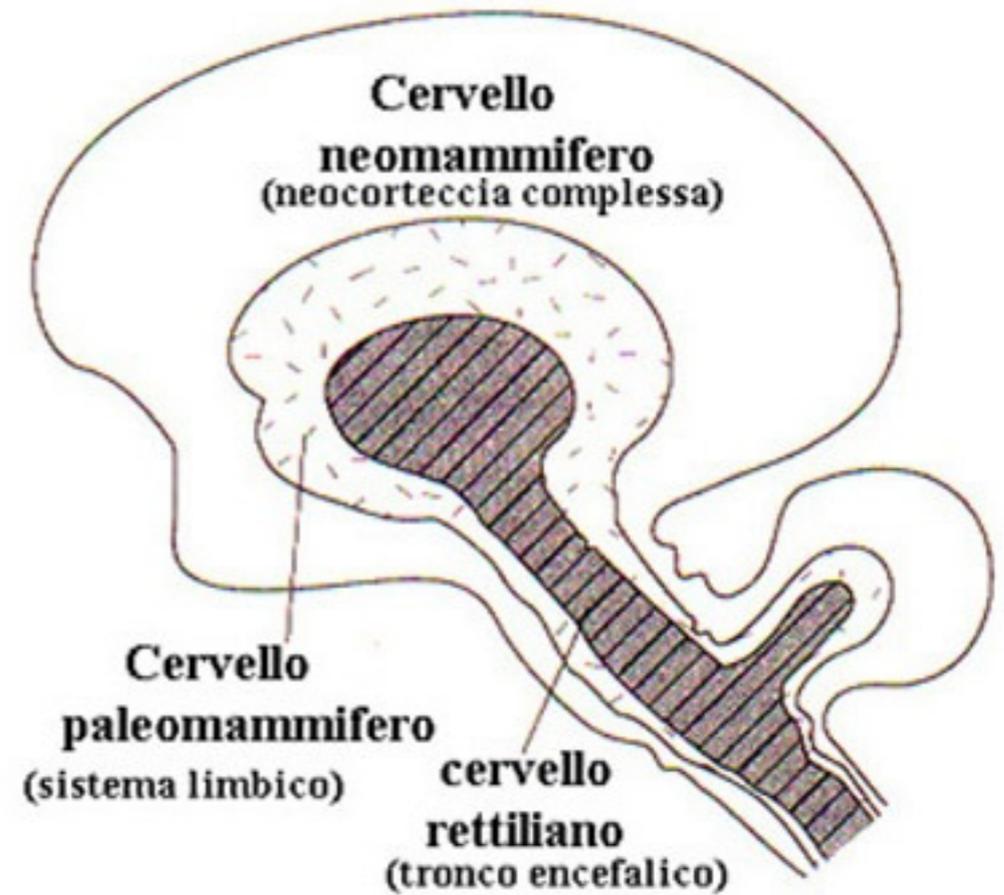
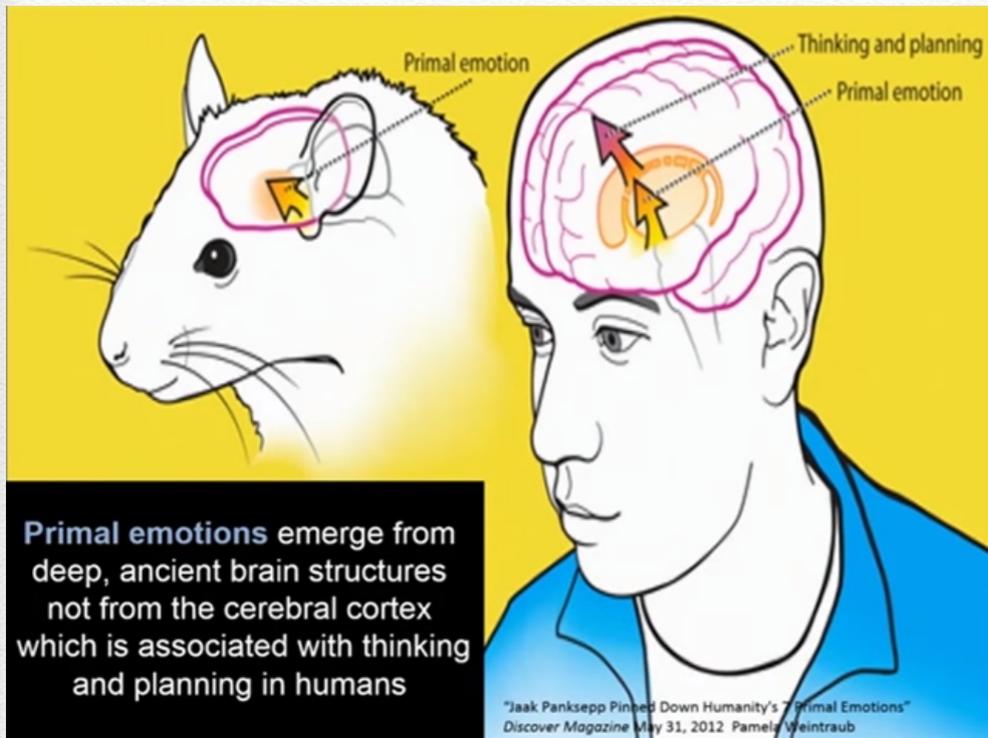
Strutture del Sistema Limbico



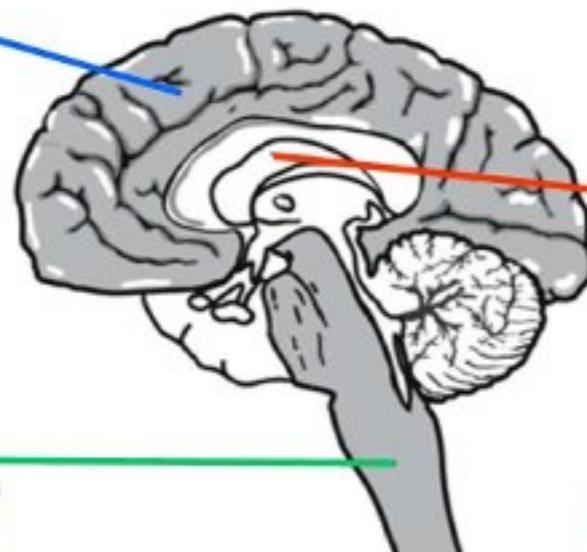
Cervello emozionale

- Emozioni
- Rabbia
- Ira
- Repulsione
- Attrazione sessuale
- Olfatto
- Ricordo delle sensazioni
- Pensiero e decisione istintiva

❖ <https://www.artedo-academy.it/unit/quante-e-quali-sono-le-emozioni/?id=33025>



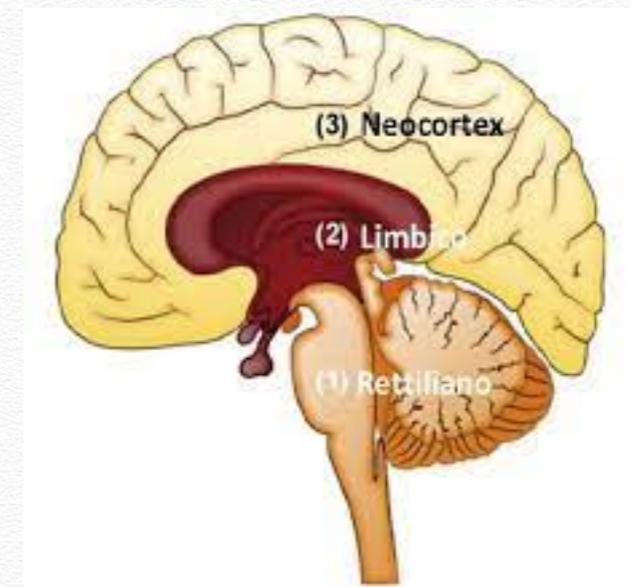
**CERVELLO NEOCORTICALE:
LINGUAGGIO E PENSIERO
(società, cultura)**



**CERVELLO LIMBICO:
EMOZIONI
(attaccamento, accudimento,
agonismo, cooperazione)**



**CERVELLO RETTILIANO:
SOPRAVVIVENZA
(alimentazione e sessualità)**



CERVELLO TRINO - PAUL MACLEAN

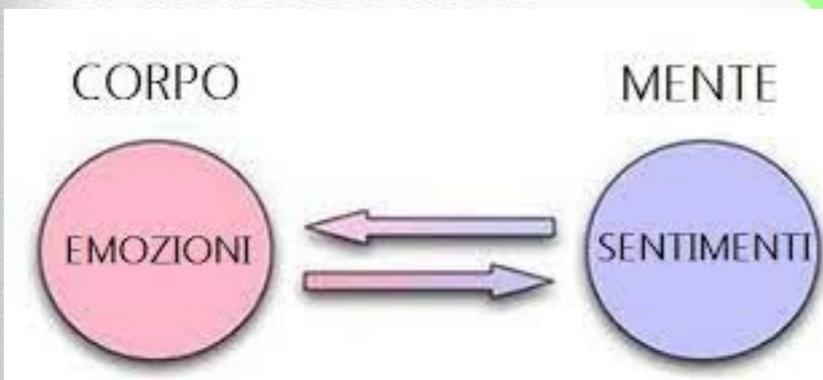
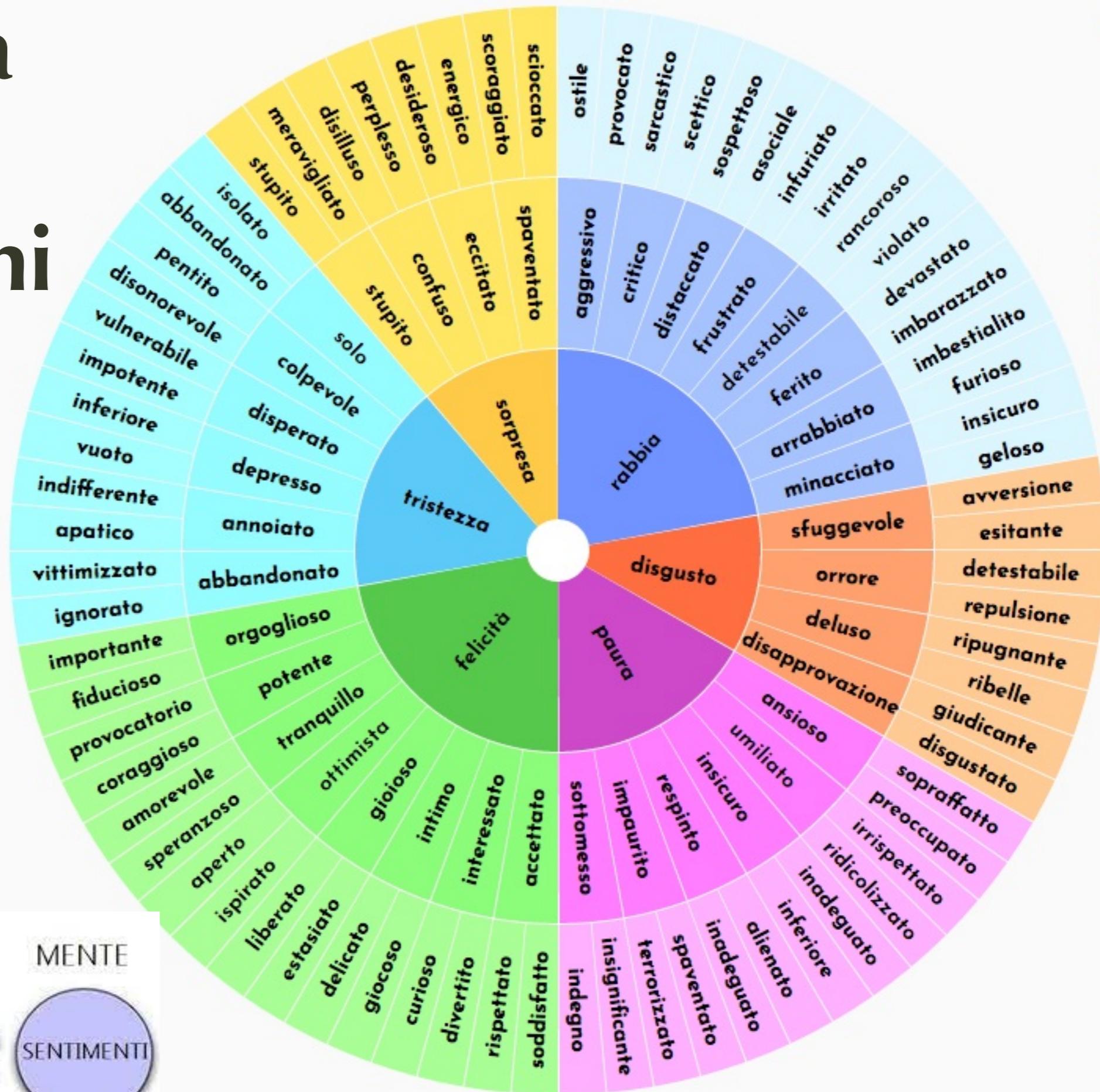
Emozioni primarie



Emozioni secondarie,
come il senso di colpa,
l'invidia e la vergogna.

Le emozioni secondarie
modulano le interazioni
sociali e dipendono dallo
stile culturale di
appartenenza.

La ruota delle emozioni



EMOZIONI	SENTIMENTI
Le emozioni ci dicono quello che ci piace e che non ci piace.	I sentimenti ci dicono "come vivere."
Le emozioni affermano: "Ci sono azioni buone e cattive."	Sentimenti affermano: "C'è un modo di essere giusto e uno sbagliato."
Le emozioni affermano: "Il mondo esterno è importante."	I sentimenti affermano: "Le tue emozioni sono importanti."
Le emozioni stabiliscono il nostro atteggiamento iniziale verso la realtà.	I sentimenti stabiliscono il nostro atteggiamento a <i>lungo termine</i> verso la realtà.
Le emozioni ci avvertono dei pericoli immediati e ci preparano all'azione	I sentimenti ci avvertono dei pericoli attesi e ci preparano all'azione.
Le emozioni assicurano la sopravvivenza immediata di sé.	I sentimenti assicurano la sopravvivenza a lungo termine
Le emozioni sono intense, ma temporanee.	I sentimenti sono blandi, ma sostenibili.
La gioia è un'emozione.	La felicità è un sentimento.
La paura è un'emozione.	La preoccupazione è un sentimento.
L'entusiasmo è un'emozione.	La contentezza è un sentimento.
La rabbia è un'emozione.	L'amarezza è un sentimento.
Il desiderio è un'emozione.	L'amore è un sentimento.

Emozioni	Sentimenti
<p>Le emozioni sono fisiche e istintive. Esse sono state programmate nei nostri geni da molti, moltissimi anni di evoluzione. Sono complesse e comportano una serie di reazioni fisiche e cognitive e il loro scopo generale è quello di produrre una risposta specifica a uno stimolo. Ciò significa che sono illogiche, irrazionali, e irragionevoli, perché il sistema limbico è separato dalla neocorteccia (posto letteralmente dietro), la parte del nostro cervello che si occupa dei pensieri coscienti, il ragionamento</p> <p>L'emozione viene prima ed è universale.</p>	<p>I sentimenti si sviluppano nelle nostre teste. Si tratta di associazioni mentali e reazioni a un'emozione che sono personali e si acquisiscono attraverso le esperienze.</p> <p>Il sentimento varierà enormemente da persona a persona e da situazione a situazione, perché i sentimenti sono modellati dal temperamento e dall'esperienza individuale.</p> <p>Due persone possono sentire la stessa emozione, ma etichettarla con nomi diversi.</p>

Dal Centro di domenica 11-02-24

ROTTA DAVANTI ALL'ISTITUTO INDUSTRIALE

Aggredito all'uscita di scuola: sedicenne preso a morsi in faccia

A ferirlo è stato uno studente di 18 anni che frequenta il Luigi di Savoia: i motivi restano un mistero. Il ragazzino ha chiesto aiuto a una pattuglia dei carabinieri, poi lo hanno medicato gli operatori del 118

di Gianluca Lettieri

CHIETI

Aggredito con un morso in faccia all'uscita di scuola. Un ragazzino di 16 anni che frequenta l'istituto industriale Luigi di Savoia è stato ferito da uno studente appena maggiorenne. Le sue condizioni non sono gravi, ma la vicenda è destinata ad arrivare in un'aula di tribunale. Sono già in corso le indagini dei carabinieri per definire il contesto in cui si è verificato l'allarmante caso di violenza, che avrebbe potuto avere ben altre conseguenze. Bisognerà anzitutto verificare se si sia trattato di un singolo episodio oppure della punta dell'iceberg di una storia di bullismo. Così come sono da accertare i motivi che hanno fatto degenerare la lite scoppiata all'esterno dell'istituto scolastico più grande della città, con i suoi circa 1.700

studenti. Tutto è cominciato venerdì, nel primo pomeriggio, quando il sedicenne era già tornato a Francavilla, dove vive con la famiglia. Mentre si trovava in strada, lungo viale Alcione, la vittima ha richiamato l'attenzione di una pattuglia dei carabinieri che stava transitando proprio in quel momento. Sul volto, il ragazzino aveva i chiari segni di un pestaggio, in particolare di un morso. I militari hanno subito allertato il 118: gli operatori sanitari, arrivati con un'ambulanza, hanno medicato sul posto il ferito, che però ha scelto di non farsi accompagnare in pronto soccorso, almeno nell'immediatezza. Nel frattempo, sono stati avvisati i genitori del minorenne. I primi accertamenti hanno consentito di fissare le principali coordinate della vicenda. Il sedicenne, meno di un'ora e mezza prima, era stato preso di mira



Un'ambulanza del 118 di Chieti è intervenuta dopo l'aggressione ai danni di uno studente di 16 anni, ferito con un morso in faccia all'uscita di scuola: le condizioni del minorenne non sono gravi

fuori dai cancelli delle Industriali, in via Gaetani dell'Aquila D'Aragona. Quel che è certo è che nessun testimone ha ritenuto opportuno telefo-

nare alle forze dell'ordine oppure segnalare quanto stava accadendo ai docenti. Non è da escludere - ma, almeno momento, è solo un'ipotesi -

che già in passato ci siano stati motivi di discussione e di tensione tra vittima e aggressore.

Aggressività

Negli ultimi decenni, l'aggressività infantile a scuola è diventata una grande preoccupazione dal momento che il comportamento aggressivo e violento auto-riferito continua ad aumentare tra i bambini (Piko, Keresztes & Pluhar, 2006).

Come hanno notato Donnellan, Trzesniewski, Robins, Moffitt e Caspi (2005), una relazione tra bassa autostima e problemi esternalizzanti

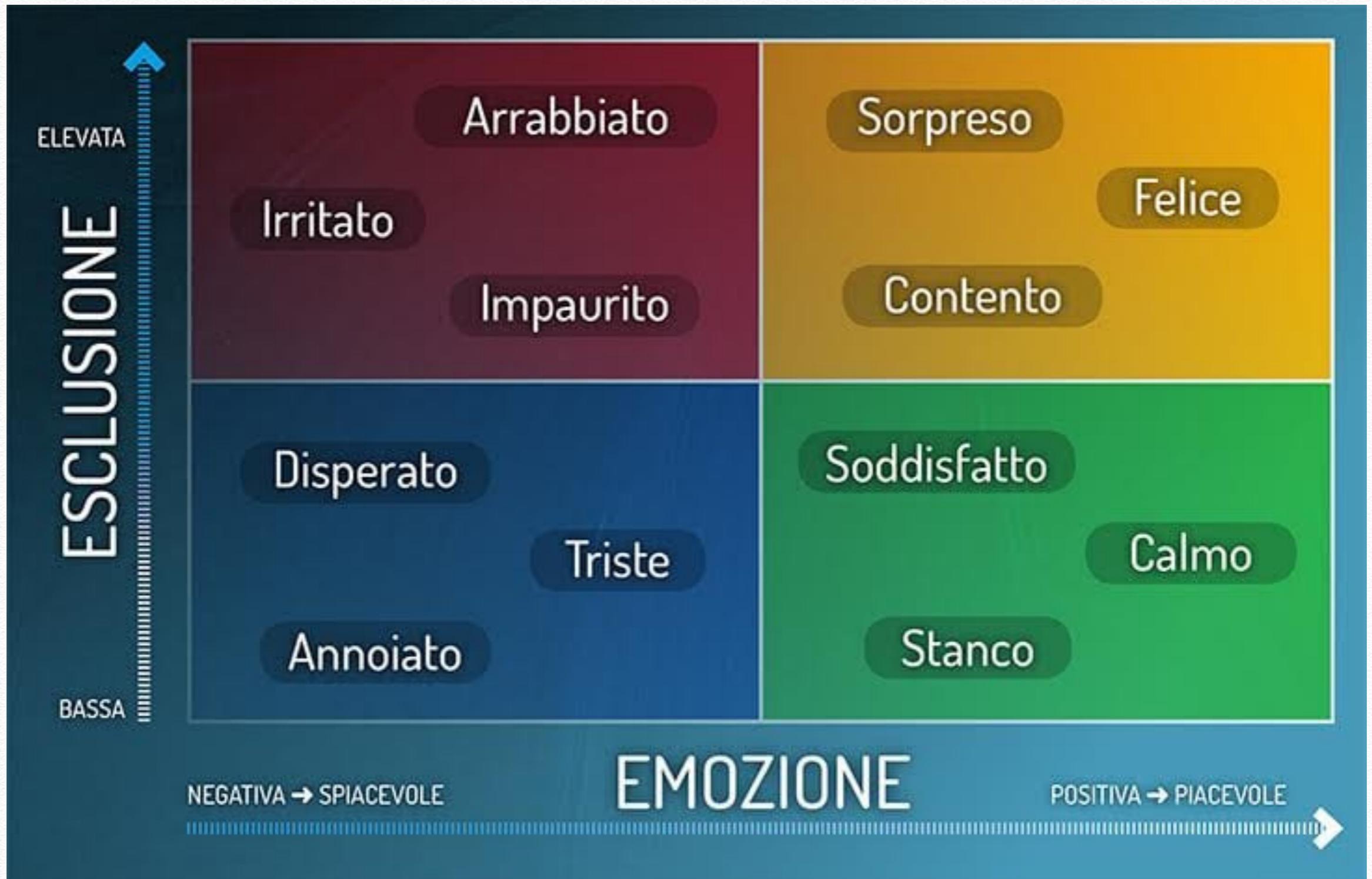
Aggressività

In primo luogo, Rosenberg (1965) ha suggerito che una bassa autostima indebolisce i legami con la società; secondo la teoria del legame sociale, i legami più deboli con la società diminuiscono la conformità alle norme sociali e aumentano la delinquenza.

In secondo luogo, psicologi umanistici come Rogers (1961) hanno sostenuto che una mancanza di autostima positiva incondizionata è legata a problemi psicologici, compresa l'aggressività.

Infine, anche i neo-freudiani sostengono che una bassa autostima motiva l'aggressione.

Mood Meter



Mood Meter

Mood Meter, un meccanismo per il quale ciascun alunno comprende il proprio stato d'animo, le proprie emozioni e le confronta con quelle degli altri.

Il **Mood Meter** (Diagramma delle emozioni) è un **grafico cartesiano** in cui è rappresentata,

- sull'asse delle ordinate (y) l'energia che si sente di avere (divisa tra bassa ed alta)
- sull'asse delle ascisse (x), lo stato del proprio umore, anadando da spiacevole a piacevole.

I quattro quadranti colorati riflettono le emozioni che ogni studente e insegnante prova in quella giornata rappresentandole con quelle degli altri.

- Il **quadrante rosso**: rappresenta sensazioni sgradevoli come rabbia, paura, ira, irritazione, nervosismo, sgomento. È lo stato che indica un'eccessiva eccitazione.
- Il **quadrante giallo**: rappresenta sensazioni piacevoli come felicità, gioia, entusiasmo, esaltazione, allegria. È la condizione migliore, opposta al blu.
- Il **quadrante blu**: rappresenta sensazioni sgradevoli come tristezza, malinconia, infelicità, noia, monotonia, stanchezza, senso di colpa, stress, demotivazione, bassa autostima. È lo stato peggiore, quello di totale apatia e negatività.
- Il **quadrante verde**: rappresenta sensazioni piacevoli come rilassatezza, distensione, speranza, pensieri positivi verso il futuro.

Mood Meter

Mood Meter è uno degli strumenti del Metodo Ruler che è stato messo a punto dal professor **Marc Brackett** e dal suo gruppo di ricercatori della **Yale University** ed è l'acronimo di:

- **Recognizing**: riconoscere le emozioni nelle espressioni del volto, negli indizi vocali e nel linguaggio del corpo;
- **Understanding**: comprendere le cause e le conseguenze delle emozioni;
- **Labeling**: classificare l'intera gamma delle emozioni utilizzando un vocabolario ricco;
- **Expressing** (esprimere): esprimere le emozioni in maniera appropriata nei vari contesti;
- **Regulating** (gestire le emozioni): regolare le emozioni efficacemente per avere relazioni sane e raggiungere gli obiettivi.

Fanno parte del Metodo Ruler anche:

- Il **contratto emozionale**, che impegna per iscritto ragazzi, insegnanti e genitori a dare la giusta importanza a quello che provano per creare un ambiente di vita migliore;
- I **meta-momenti**, cioè i momenti in cui ognuno ragiona, trovando le parole migliori, sulle proprie emozioni, sulle loro cause, su cosa comporterà il restare di un certo umore. È la fase in cui si sviluppano strategie per migliorare le pratiche riflessive e le abilità di risoluzione dei problemi e di gestione delle emozioni;
- Il **blueprint**, un questionario per dirimere i conflitti che viene somministrato in caso di litigio tra due studenti con la consegna da parte dell'insegnante di rispondere alle domande del questionario, esplicitando così le ragioni emotive del conflitto. Le risposte di uno vengono poi fatte conoscere all'altro, e questo permette a entrambi di capire il punto di vista dell'avversario. Si è riscontrato chiaramente, nelle scuole dove si è utilizzato il blueprint, che i bulli e le loro vittime erano portati a riflettere su ragioni e conseguenze dei loro comportamenti, riducendo aggressività ed ostilità.

Mood Meter

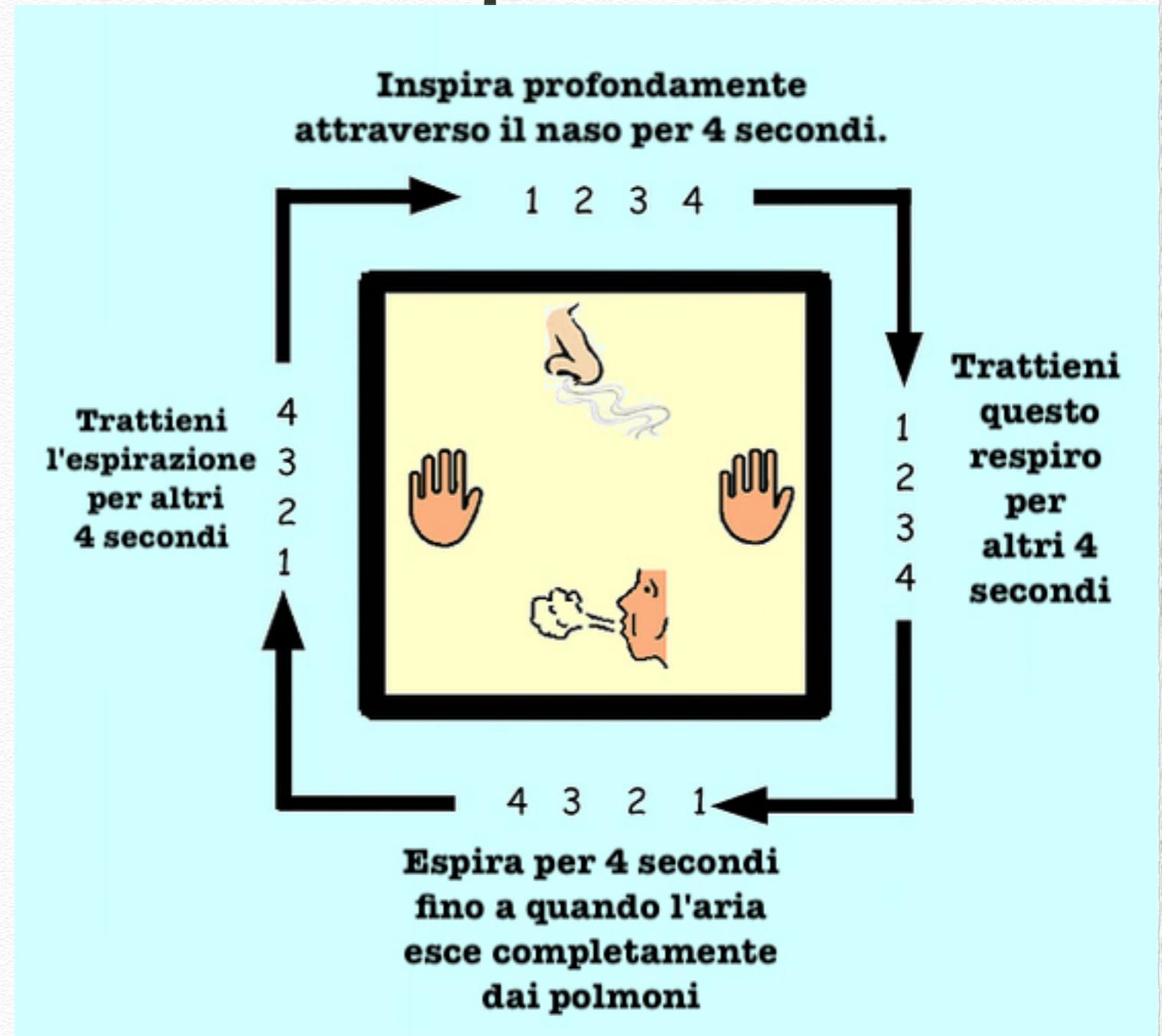
Il Metodo Ruler propone una serie di attività e di strumenti che hanno portato ad un aumento dell'11% nei **rendimenti**, del 19% nell'**impegno** e a un calo del 17% nei **problemi di comportamento** in quanto, migliorando il clima in classe e favorendo una maggiore partecipazione, empatia e fiducia tra le persone, diviene un mezzo di contrasto e di prevenzione al **bullismo**, all'uso di alcol e di droghe, all'ansia, all'iperattività e alla distrazione.

Mood Meter in Italia

Nel 2009, **Laura Artusio**, ricercatrice dell'Università di Firenze, ha studiato il Metodo Ruler a Yale per 6 mesi, facendolo poi approdare in Italia nel 2013, in forma sperimentale, presso gli Istituti Comprensivi "Le Cure" e "Pieraccini" di Firenze.

Pratica(mente) mindfulness

La respirazione quadrata



I conflitti a scuola

La scuola e i conflitti tra docenti, allievi e genitori

La scuola è un'agenzia culturale, di crescita, di formazione, di educazione, di socializzazione. Di conseguenza luogo di relazioni varie e complesse; tra ragazzi e ragazzi, tra ragazzi e insegnanti, tra insegnanti e insegnanti, tra insegnanti e famiglie.

In questo incrocio di relazioni, vissute naturalmente in tutte le attività scolastiche, possono emergere forti differenze di vedute, dissapori, antipatie, gelosie, recriminazioni per ingiustizie subite. Fra l'altro, è da dire che i ragazzi, specie nelle scuole italiane, rimangono insieme per anni. Con il vantaggio di intraprendere legami amichevoli e duraturi, ma anche di esporsi a situazioni conflittuali.

I conflitti più frequenti e la risposta della scuola

i **conflitti** tra i ragazzi -per lo più adolescenti- sono in qualche modo naturali; in quanto modalità di affermazione e definizione di una identità che ha bisogno di affermarsi e imporsi.

In alcuni casi tali **conflitti** diventano particolarmente cruenti; con conseguenze sul clima di convivenza in classe o nell'intera scuola. E con ricadute anche fuori dalla scuola e in famiglia.

Non sempre il **conflitto** tra ragazzi è visibile o percepibile; e ancor meno è agito fisicamente. Il più delle volte si manifesta con battute, occhiate, prese in giro, diffusione di notizie infamanti, esclusione ed isolamento di qualcuno, ritorsioni, insulti.

Gestione dei conflitti e negoziiazione

La scuola, come tutti i sistemi sociali complessi, è attraversata da conflitti che, di volta in volta, interessano diversi soggetti e si presentano sotto varie forme. Riconoscere questi conflitti, delinearne possibili sviluppi, gestirne costruttivamente gli andamenti e/o le conseguenze rappresentano alcuni dei compiti professionali di coloro che lavorano nella scuola e nei servizi educativi.

Gestione dei conflitti e negoziiazione

Allo stesso tempo tali compiti costituiscono la condizione *sine qua non* per costruire relazioni positive all'interno di contesti formativi, una didattica volta a favorire gli apprendimenti e scelte istituzionali condivise che vadano incontro il più possibile ai bisogni non solo dell'utenza ma anche di insegnanti ed educatori.

La negoziazione a scuola: una risposta creativa per allievi e docenti:

La filosofia del win-win-Vincente–Vincente

A seguito di un **conflitto**, non c'è chi vince e chi perde, ma vincono entrambe le parti. Perché entrambe le parti sono state viste, ascoltate nelle loro ragioni e non giudicate.

Ciascuno ha imparato a guardare all'altro per quello che è: diverso nelle percezioni, nelle idee, nei bisogni, nei valori, nelle emozioni e nei sentimenti. E ha imparato a "validare" ciò che appartiene all'altro: sei diverso da me, ma la tua diversità ha un senso e una ragione d'essere. E questa diversità non mi disturba più come prima.

Negoziare

Negoziare significa individuare e applicare modalità utili a coordinare attività basate su interessi o posizioni in parte differenti e in parte opposti, alla ricerca di un accordo che sia di reciproco soddisfacimento, mantenendo una costruttiva relazione interpersonale.

L'Harvard Negotiation Project - HNP



L'Harvard Negotiation Project - HNP è divenuto famoso decenni fa perché fu la metodologia (sviluppata nell'omonimo centro studi) impiegata dai negoziatori americani per raggiungere l'accordo tra israeliani ed egiziani a Camp David nel settembre 1978.

Il metodo HNP è ampiamente utilizzato
nel mondo del lavoro e della politica
internazionale
si basa su 4 fasi da compiere in sequenza

- **la prima** delle quali è di *evitare di trattare da posizioni* le posizioni assunte, dichiarate e difese conducono ben presto all'irrigidimento delle parti
- Il **secondo passo** è sforzarsi di *separare le persone dal problema*, trattando questioni personali ed emotive mettendosi nei panni della controparte ed evitando di identificare l'altro come "il problema". Riconoscere ed esprimere le emozioni.
- La **terza fase** è rivolta a *scoprire gli interessi e le motivazioni dell'altro* La ricerca degli interessi è un'arte dialettica fondata sull'ascolto e sul porre domande e aiuta a comprendere la posizione della controparte.
- **L'ultima fase** è quella decisionale per *individuare dei criteri oggettivi ed equi* che siano la base del reciproco soddisfacimento. Il focus si sposta dunque sul "come fare" a individuare dei parametri tendenzialmente oggettivi

Rinforzare i Comportamenti Positivi

- Far compilare al bambino un elenco di rinforzi: possono essere premi materiali, occasioni positive sociali, privilegi per attività, al fine di utilizzare eventi/oggetti/comportamenti che siano effettivamente delle gratificazioni per il bambino.

Es: Cosa ti piacerebbe ottenere quando meriti un premio?

- Nel caso di rinforzi materiali, convertirli in simboli e stabilire le regole di conversione.

Possibili errori nella fase di gratificazione

- Avere tanta buona volontà e decidere che bisogna gratificare di più gli alunni difficili, ma interrompere il programma dopo qualche difficoltà o risultati deludenti. Se chiediamo impegno e costanza agli alunni dobbiamo manifestarlo prima di tutto noi!
- **Gratificare alcuni comportamenti positivi, diversi da quelli concordati con l'alunno (coerenza).**
Es: Sono proprio contento di te e per questo ti do il premio, anche se non c'entra con quello che devi fare.
- **Non Aggiungere commenti negativi ai rinforzi positivi.**
Es: Hai visto che quando ti impegni ce la puoi fare? Ieri invece hai lavorato poco e disturbato tutto il tempo, forse stanco?

Tipologia dei rinforzi positivi

➤ Rinforzi tangibili	premi materiali
➤ Rinforzi sociali	manifestazioni di approvazione o affetto
➤ Rinforzi simbolici	bollini/punti che possono essere scambiati con un altro
➤ Rinforzi dinamici	attività gratificanti

La Token economy

- ❖ Il sistema dei gettoni è un sistema di gratificazione a punti, cioè una definizione di contingenze comportamentali che prevedono per il bambino la possibilità di guadagnare o perdere dei punti in base alla messa in atto di comportamenti corretti o sbagliati.
- ❖ Lo scopo è quello di rinforzare (gratificare) comportamenti positivi poco frequenti affinché aumentino la loro comparsa.

Come funziona

- ❖ E' necessario stabilire dei comportamenti ben precisi.
- ❖ Si devono stabilire, poche e chiare regole, in base alle quali si possono guadagnare dei punti, ed altre regole in base alle quali questi punti possono essere persi.
- ❖ E' necessaria un'assoluta tempestività e precisione nell'assegnazione dei punti.
- ❖ E' necessario organizzarsi per gestire concretamente i punti!
- ❖ L'effetto più immediato e tangibile di questo metodo è che scompaiono i rimproveri, da parte dell'insegnante.

		1°h	2°h	3°h	4°h	5°h
<i>Mario</i>	<i>Stare al posto</i>	☹	☹	☹	☹	☹
	<i>Alzare la mano per parlare</i>	☹	😊	☹	☹	☹
	<i>Stare in silenzio</i>	☹	😊	😊	☹	☹
<i>Carlo</i>	<i>Stare al posto</i>	😊	😊	😊	😊	😊
	<i>Alzare la mano per parlare</i>	☹	😊	😊	😊	😊
	<i>Stare in silenzio</i>	😊	😊	😊	😊	😊

NO

La Punizione

- Quando ritenuta necessaria deve essere:
- priva di aggressività;
- psicologicamente neutra (**centrata sul comportamento e non sulla persona**);
- fonte di informazioni;
- immediata;
- proporzionale alla gravità dell'azione compiuta dal bambino;
- facilmente applicabile e inevitabile per il bambino;
- spiacevole per il bambino.

Come rimproverare:

- Il *Rimprovero* deve essere *Privato* perchè più efficace.
- Il rimprovero deve essere centrato sul comportamento, cioè espresso in operazionale
- Descrizione del comportamento inadeguato
- Spiegazione del motivo per cui è sbagliato
- Indicazione del comportamento alternativo
- Comunicazione dei vantaggi del comportamento adeguato

Punizioni inutili e dannose

Es. nota

Gentile sig.ra suo figlio si è comportato come un bambino piccolo, le chiedo di prendere provvedimenti. Per castigo dovrà scrivere 30 volte: "Devo fare il bravo".

- ❖ Svalutante nei confronti del bambino
- ❖ Non viene identificato il comportamento-problema
- ❖ Viene delegata alla madre l'intervento
- ❖ Castigo inutile

Le 9 regole per rimproverare in modo efficace

1. Descrivere i fatti separati dalle emozioni
2. Descrivere quello che proviamo
3. Dirgli che capiamo ciò che prova
4. Spiegare la regola infranta
5. Presentare gli svantaggi del suo comportamento
6. Fare una pausa
7. Sottolineare quello che sa fare
8. Proporre un'alternativa
9. Dirgli che abbiamo fiducia in lui

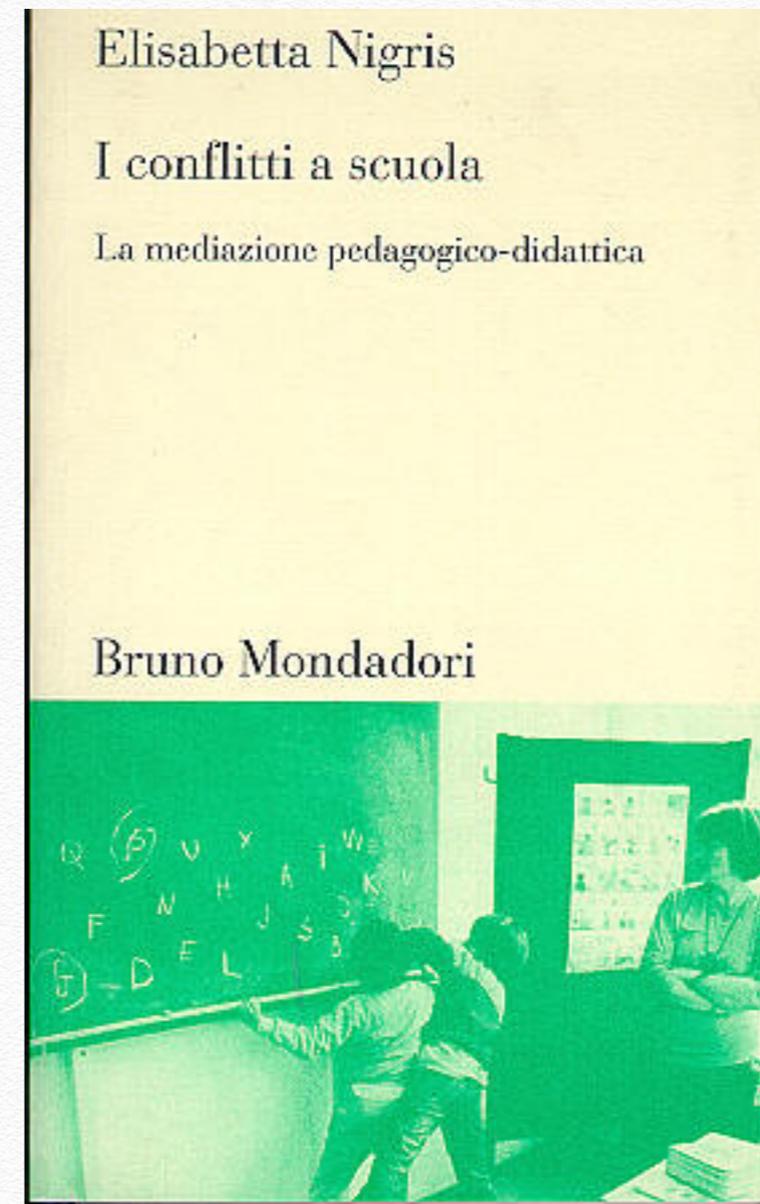
Varietà

Come contrastare la **ripetitività** e la **monotonia** degli alunni



- ❖ Variare la modalità di presentazione dei contenuti
- ❖ Lezioni stimolati
- ❖ Tono di voce variato
- ❖ Coinvolgimento degli alunni
- ❖ Attività piacevole usata come ricompensa per un'attività poco gradevole

Gestione dei conflitti e negoziiazione



Differenze nell'affrontare il conflitto e il bullismo

Il conflitto è una parte importante della crescita ma il bullismo non lo è.

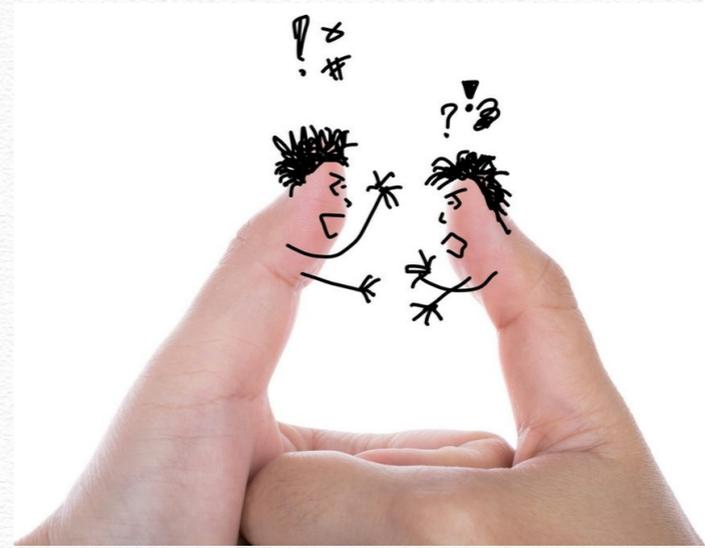
Il conflitto insegna ai ragazzi come dare e prendere. Imparano anche come raggiungere un accordo e come risolvere i problemi. **Il bullismo ferisce.**

Quando si tratta di conflitto, è bene che i giovani imparino le **abilità di risoluzione dei conflitti**. Queste abilità promuovono l'ascolto e il "lavorare insieme".

Nella società moderna

Nella società moderna, il tema del bullismo e del cyberbullismo, ha assunto proporzioni sconcertanti, la cronaca ci presenta casi di prevaricazione e violenza, che coinvolgono bambini sempre più piccoli.

Bullismo



Il bullismo si verifica quando si fa del male deliberatamente e ripetutamente a una persona che non può difendersi.

Tre componenti:

1. L'intenzionalità di fare del male
2. Le prepotenze devono essere continuative
3. La vittima deve essere nelle condizioni di non potersi difendere.

SCHERZO, LITIGIO, BULLISMO, REATO

Lo **scherzo** è un evento divertente, che non ha l'intenzione di ferire e ammette reciprocità.

Il **litigio** è un dissidio occasionale che nasce intorno ad una incomprensione, non è ripetuto nel tempo. Due persone possono litigare anche molto aspramente senza per questo rivolgersi delle prepotenze, e poi chiarirsi e tornare a rapportarsi in modo sereno.

Il **bullismo** è una relazione fatta di prepotenze ripetute, sempre tra le stesse persone, in una situazione di squilibrio di forze, dove chi ha il potere lo utilizza volutamente per ferire il più debole

Un comportamento configura un **reato** se infrange una norma giuridica. Questo può accadere con atti di bullismo ma anche con azioni all'interno di semplici litigi.

SCHERZO, LITIGIO, BULLISMO, REATO

I casi sotto sembrano avvenire senza intenzione di ferire né disparità di forze, e sono semplici **scherzi...**

ESEMPI:

- Matteo e Francesco sono amici e spesso si prendono in giro
- Nicola ha nascosto l'astuccio di Gianni, alla fine dell'ora glielo ha restituito

SCHERZO, LITIGIO, BULLISMO, REATO

I litigi, i conflitti, sono all'ordine del giorno. Certo sono qualcosa di più degli scherzi perché denotano una difficoltà ad intendersi, e qualche volta una non volontà, che possono mettere a disagio le persone, soprattutto quando riguardano relazioni importanti. Le situazioni indicate sotto sono **litigi** o perché non vi è notizia di una ripetizione dell'azione nel tempo, o perché non è possibile individuare una vittima in un quadro di squilibrio di forze. Con quelle caratteristiche avremmo potuto parlare di bullismo...

ESEMPI

- Sara e Anna non vogliono giocare con Lisa allora lei ha scarabocchiato i loro disegni.
- Marzia ha chiesto alla compagna di banco di passarle il compito in classe di matematica. La compagna si è rifiutata e Marzia è molto arrabbiata con lei perché ha preso 4.

SCHERZO, LITIGIO, BULLISMO, REATO

Le situazioni sotto sono casi di **bullismo** e possono essere molto dolorose per chi le vive...

ESEMPI:

- Marco è il più bravo della classe. Prende regolarmente in giro Mattia perché studia poco e rischia la bocciatura.
- In classe nessuno va bene a scuola, solo Monica che viene presa in giro e isolata dai compagni perché le dicono che è una secchiona e fa la "lecchina" coi professori.
- Sara dice in giro che Marta puzza e che nessuno deve esserle amica.
- Un alunno tutti i giorni ottiene 3 euro da un compagno dietro la minaccia di botte.

SCHERZO, LITIGIO, BULLISMO, REATO

I **reati** non sono categorie nette, definite, giuridicamente inattaccabili. Per quanto siano indicati dalla normativa richiedono, per essere riconosciuti, informazioni sullo svolgimento dell'azione, le intenzioni dell'attore... che qui possono essere soltanto ipotizzati.

ESEMPI:

- Quando Omar litiga con qualcuno non è capace di spiegarsi a parole, passa subito alle mani
- Un alunno offende pesantemente un suo compagno davanti a tutti.

Il caso n. 1, in cui Omar "si spiega con le mani", può configurare un reato di percosse [Art. 581 Codice Penale] o di lesioni [Art. 582 Codice Penale], a seconda della gravità del danno.

Il secondo è un reato di ingiurie, Art. 594 C.P., procedibili a querela di parte, ovvero su iniziativa della persona offesa.

Profilo del bullo

Il bullo è un soggetto fragile, sofferente, e mette in atto tale comportamento come riflesso di questa fragilità.

- per sentirsi potenti e avere il controllo della situazione e stabilire un dominio sociale;
- per affrontare sentimenti di rabbia o paura;
- per assecondare la pressione dei pari;
- perché hanno poche competenze sociali e capacità di autocontrollo;
- per affrontare problemi di autostima e fiducia;
- perché sono stati essi stessi vittime di bullismo o di violenza.

Profilo della vittima di bullismo

la vittima spesso sviluppa emozioni ambivalenti: molte volte sperimenta sentimenti di rabbia verso i genitori, gli insegnanti e i compagni di classe da un lato perché non riconoscono la sua difficoltà a reagire, dall'altro perché pensano che la vittima sia in qualche modo responsabile del bullismo.

Profilo della vittima di bullismo

La vittima presenta in genere:

- Bassa autostima
- Scarsa capacità di risoluzione dei problemi
- Sintomi depressivi
- Difficoltà emotive
- Sentimenti di solitudine
- Basso rendimento scolastico ed elevato numero di assenze da scuola
- Disturbi del comportamento
- Problemi psicologici /psicosomatici (mal di testa, mal di pancia, disturbi del sonno, enuresi)
- Stress
- Fobie/paure
- Incapacità di stare da solo
- Evitamento del contatto oculare

Le competenze "per la vita"

Le scuole dovrebbero dedicare progetti e azioni educative per insegnare il "saper essere" ovvero le "life skills" ritenute essenziali dall'Organizzazione mondiale della sanità per il benessere delle persone

"saper essere" si tratta di competenze di base che nella vita risultano fondamentali per avere buone relazioni e per gestire le proprie emozioni.

Le competenze "per la vita"

- **Consapevolezza di sé e autoscienza:** aiuta il soggetto ad avere una buona comprensione dei propri punti di forza e una efficace accettazione dei propri punti di debolezza.
- **Gestione delle emozioni:** comporta la capacità di riconoscere le emozioni in sé e negli altri e di avere una buona consapevolezza di come esse influenzano il modo di comportarsi.
- **Pensiero creativo e pensiero critico:** amplia lo "zoom" con cui si osserva il mondo e le cose e aiuta a sviluppare e produrre pensiero divergente, vincendo il rischio dell'attenzione selettiva e dell'adesione a stereotipi presenti nel contesto socio-culturale di riferimento.
- **Capacità di prendere decisioni e di problem solving:** permette al soggetto di non agire in modo impulsivo, ma di imparare a considerare le differenti opzioni che si parano davanti nel momento in cui deve effettuare una scelta.
- **Comunicazione efficace:** è la capacità di esprimersi, sia con il linguaggio verbale sia con quello non verbale, in modo efficace e congruo permettendo all'altro di comprendere appieno ciò che vogliamo dire.
- **Gestione dello stress:** permette di rimanere in contatto con gli altri e con il proprio sé in situazioni in cui le avversità e la fatica rischiano di compromettere tale capacità.
- **Empatia:** è la capacità di "sentire" quello che l'altro sta sentendo e permette di sintonizzarsi con il mondo interno delle persone che vivono accanto.
- **Capacità di negoziazione e gestione del conflitto:** è la capacità di negoziare con chi si pone con modalità opposte nei nostri confronti.

Il cyberbullismo nell'era della tecnoliquidità

- 1. Flaming: invio di messaggi insultanti per suscitare dispute on line, (Wolak, Mitchell e Finkelhor, 2006).**
- 2. Cyberstalking: persecuzione attraverso l'invio ripetuto di minacce.**
- 3. Denigrazione: pubblicazione di pettegolezzi o di immagini imbarazzanti sulla vittima che la riguardano, con lo scopo di danneggiarne la reputazione e i rapporti sociali.**
- 4. Sostituzione dell'identità: si verifica quando il bullo viola la password di una persona e, fingendosi lei, invia per esempio messaggi malevoli ai contatti della vittima) rovinando così sia la reputazione che le amicizie stesse della vittima.**
- 5. Outing: rivelare informazioni personali e riservate riguardanti una persona.**
- 6. Trickery: spingere una persona, attraverso l'inganno, a rivelare informazioni imbarazzanti e riservate per renderle poi pubbliche in rete.**
- 7. Esclusione: escludere intenzionalmente una vittima da un gruppo online.**

Sono tutti esempi di come un bullo possa infliggere un danno psicologico immediato e a lungo termine alla propria vittima.

Assenza di relazioni faccia a faccia

Annulla l'interazione sociale mediata dal contatto visivo, dal tono della voce, ecc ... sfavorendo la percezione delle reazioni della vittima. La depersonalizzazione implicita nell'uso delle nuove tecnologie e la distanza virtuale sono pericolose su 2 livelli:

- 1) Incrementano il “**disimpegno morale**” (Bandura, 1996)
- 2) Riducono/annullano la **capacità empatica** nelle relazioni

“Ciò che rende il cyberbullismo così pericoloso ... è che ognuno può praticarlo senza bisogno di confrontarsi con la vittima. Non c'è bisogno di essere forti ma semplicemente equipaggiati di telefono cellulare o di computer e del desiderio di terrorizzare” (King, 2006).

Squilibrio di potere

- ❖ Nel **bullismo tradizionale** l'asimmetria di potere è data dallo squilibrio nella forza fisica tra b. e v. o da una supremazia numerica o psicologica nei confronti della vittima.
- ❖ Nel **bullismo elettronico** anche una sola persona, nel chiuso della propria stanza e senza particolari doti fisiche, può compiere atti di bullismo su un numero illimitato di vittime con poche operazioni telematiche.

Forse, come suggeriscono Rauskukas e Stoltz (2007), la reale disparità di potere tra la vittima e il cyber-bullo deriva dall'**anonimato** dietro cui si cela l'aggressore e quindi dall'impotenza della vittima e dall'impossibilità di fermare le aggressioni.

Cosa fare

sarebbe utile
inserire nei
curricoli
ministeriali
programmi di:



sensibilizzazione al linguaggio emotivo

(che gli studi hanno trovato carente sia nei bulli che nelle vittime)



**miglioramento delle competenze
nelle "social skills"**



**percorsi mirati alla consapevolezza
dei messaggi verbali e soprattutto
non verbali che si trasmettono agli
altri nella comunicazione
quotidiana**

Bullismo in classe: come accorgersene e come intervenire

A volte è il bullizzato a provocare il bullo e ad accettare di essere preso di mira pur di non essere invisibile agli occhi degli altri, perché meglio maltrattato che ignorato».

PRIMA REGOLA: OSSERVARE

SECONDA REGOLA: INTERVENIRE

Se avete intercettato che qualcosa non va, **intervenite**
il silenzio è un alleato del bullismo:

Come intervenire

«Fate lo con cadenza regolare. Per esempio, due volte al mese. Vi sedete tutti quanti in cerchio e alla fine stilate alcune regole di buona convivenza. Mostratevi loro alleati e conquistatevi la loro fiducia in modo che si sentano liberi di raccontare ed esprimersi».

Come intervenire

È buona norma evitare di accendere i riflettori su vittima e carnefice (parlate loro privatamente) e coinvolgete invece tutto il gruppo classe in percorsi educativi pianificando attività che accrescano i comportamenti cooperativi.

Per contrastare il perpetuarsi del fenomeno non basta educare il bullo a controllare la rabbia e a rispettare gli altri. Ma bisogna scalfire anche l'indifferenza della maggioranza silenziosa

Attività didattica

Leggete in classe piuttosto che far leggere a casa il romanzo

di Jan Guillou La fabbrica del male, ambientato in un collegio dove i ragazzi più grandi commettono ogni genere di soprusi sui più piccoli, con conseguenze che marchieranno la vita adulta sia dei carnefici sia delle vittime.

scuola e famiglia

Massima collaborazione scuola e famiglia

A volte il bullo a scuola è a sua volta bullizzato da un fratello maggiore» afferma Anna Oliverio Ferraris.

Attività in classe

Questionario

- ❖ <https://www.icvillasanta.edu.it/attachments/article/967/Smonta-il-bullo-Commenti-alla-scheda-scherzo-litigio-bullismo-reato-1.pdf>

STORIE DI CYBERBULLISMO (PIANO EMOTIVO) (durata 45 min)

Spunti di partenza:

Proiettare due o più dei seguenti video a scelta:

1.MARCO MENGONI E PAOLA CORTELLESI – MONOLOGO SUL BULLISMO (9 min)

(consigliato: scuola secondaria di 1° grado)

https://www.youtube.com/watch?v=la2uT8n6_I

2.GAETANO, video 1 e 2 (4 min) (consigliato: scuola primaria e secondaria di 1° grado) <https://www.youtube.com/watch?v=hUlW2gpw6c> <https://www.youtube.com/watch?v=wbJ7V6iKurE>

Nota: i due video narrano la stessa vicenda da due diversi punti di vista, prima quello di una compagna di classe e poi quello di Gaetano, vittima di cyberbullismo. Dopo il primo è utile chiedere agli studenti come immagino che stia vivendo la situazione Gaetano.

3.SE MI POSTI TI CANCELLO – Ep.1 “GAETANO” (5 min) (scuola secondaria di 2° grado) <https://www.youtube.com/watch?v=Dm1ADDS7AjQ>

In aggiunta o alternativa prendere un testo riferito ad un fatto di cronaca grave legato al tema del cyberbullismo. Consigliata: la lettera del padre di Carolina Picchio, pubblicata sul Corriere nel 2016 (<http://bit.ly/2cZqJx2>),

Percorso di riflessione:

Dopo aver proposto lo spunto iniziale (video e/o articolo) si chiede ai ragazzi un momento di condivisione e rielaborazione prendendo spunto dalle seguenti domande:

1. che emozioni avete provato guardando/ascoltando questa storia?
2. come ritenete si sentissero i protagonisti?
3. perché secondo voi in tanti non intervengono di fronte a queste situazioni?
4. è facile capire cosa sta provando chi si trova vittima di queste situazioni?
5. da quali segnali si può capire quando uno scherzo è andato troppo oltre?

Si introduce quindi la parola EMPATIA chiedendo agli studenti di formulare una definizione propria, quindi chiedere degli esempi concreti e chiedere in quali situazioni è più facile e quando meno facile provare empatia per qualcuno.

Infine quando e perché essere “empatici” è utile/scomodo/importante?

Si conclude l'attività con un breve video a tema:

- spot sull'EMPATIA (1 min) (consigliato: scuola primaria e secondaria)

https://www.youtube.com/watch?v=QmnJJGQ_gDw

ATTIVITA' PRATICA:

Si propone quindi di rielaborare i temi trattati attraverso un'attività pratica suddividendo gli studenti in 3 o più gruppi chiedendo di preparare dei cartelloni per sintetizzare il dibattito concentrandosi rispettivamente su:

- da quali segni si può capire che uno scherzo è andato troppo oltre?
- elenco delle emozioni collegate a bullismo e cyberbullismo (nome ed esempio) ?
- cosa fare se si è vittime o testimoni di una situazione di bullismo/cyberbullismo ?

ATTIVITÀ PRELIMINARE (PIANO COGNITIVO) scuola e famiglia (durata 15 min)

GIOCO DEL VERO/FALSO Vengono proiettate delle slide che riportano alcune affermazioni sul tema, possibilmente di stile provocatorio, adatte a stimolare un dibattito.

Ad esempio:

- 1) Internet non ha regole**
- 2) Internet è perfetto per fare scherzi, non bisogna prendersela: è solo un gioco**
- 3) Le cose dette su internet fanno meno male di quelle dette in faccia**
- 4) Non bisogna intervenire, in rete ognuno deve imparare a cavarsela da solo**
- 5) Se ci sono dei problemi in rete è meglio non coinvolgere gli adulti, si rischia di far peggio**

Dopo ogni domanda si chiede agli studenti di schierarsi (ad esempio con alzata di mano) in accordo o in disaccordo con l'affermazione.

Chiedere quindi le motivazioni che hanno spinto i ragazzi da una parte o dall'altra lasciando la possibilità di cambiare schieramento nel corso o alla fine del dibattito.

È bene che l'insegnante non esprima opinioni durante questa attività; se qualcuno fa affermazioni discutibili, cogliere l'occasione e chiedere agli studenti se "è vero o non è vero" stimolando il confronto diretto tra di loro.

È consigliabile stimolare gli incerti a prendere posizione, chiedendo i loro dubbi. Alla fine dell'attività l'insegnante potrà rileggere agli studenti alcune delle affermazioni emerse nel dibattito che più l'hanno colpito, rimandando poi ad un momento successivo eventuali approfondimenti.

INTERVENIRE O MIMETIZZARSI ? (PIANO ETICO) (45 min)

Nella parte finale si propone agli studenti di riflettere su come normalmente le persone reagiscono quando sono testimoni di questi fatti e in un secondo momento ti chiedi se c'è un modo "giusto" o "sbagliato" di agire e qual è la responsabilità di ciascuno in questi casi.

Spunti di partenza:

- LA FELPA DEL BULLO (4min) (scuola primaria, classi quarte e quinte, e scuola secondaria) <https://www.youtube.com/watch?v=j0zzhZwh5LA>

- **SASSO CARTA e FORBICI** (1 min) (scuola primaria e secondaria di primo grado) <https://www.youtube.com/watch?v=SMzRi1-Feh4>

Al termine della proiezione chiedere ai partecipanti cosa li ha colpiti di più e se hanno riscontrato situazioni a loro familiari all'interno dei filmati.

Lavoro sulle emozioni

- ❖ https://www.google.com/search?scas_esv=9b41ab9b54a73dba&sxsrf=ACQVn0-NvvQc5tZEjnuTw4AyjZ9vJYEWNQ:1706814566562&q=giochi+sulle+emozioni&tbm=vid&source=lnms&sa=X&ved=2ahUKEwj4xL_f64qEAxV-0gIHHbTQD_QQ0pQJegQIDBAB&biw=1218&bih=652&dpr=1#fpstate=ive&vld=cid:ce0ee62e,vid:NzCT0txvAyk,st:0

Laboratorio sulle emozioni

- ❖ https://www.google.com/search?scas_esv=1e0a15d19e51fa54&sxsrf=ACQVn0_WHOKJzAsSs4OfXYkQirzZRGluCg:1708641409070&q=laboratorio+sulle+emozioni&tbm=vid&source=Inms&sa=X&ved=2ahUKEwi9uvGhgCCEAxUG9QIHHYKDD9wQ0pQJegQlDxAB&biw=1255&bih=667&dpr=1#fpstate=ive&vld=cid:0b79935a,vid:5nz_Hrish_U,st:0



Che Rabbia!

❖ [https://www.google.com/search?
sca_esv=9b41ab9b54a73dba&sxsrf=AC
QVn0_xyMOxckgsAYPm9M-
MhjXd4SUdMQ:1706815054339&q=ch
e+rabbia+libro&tbm=vid&source=Inms&
sa=X&ved=2ahUKEwiig4vI7YqEAxWT9
wIHHWgsA7YQ0pQJegQIDBAB&biw=1
218&bih=652&dpr=1#fpstate=ive&vld=c
id:0592db57,vid:K4rt84iouAw,st:0](https://www.google.com/search?sca_esv=9b41ab9b54a73dba&sxsrf=ACQVn0_xyMOxckgsAYPm9M-MhjXd4SUdMQ:1706815054339&q=che+rabbia+libro&tbm=vid&source=Inms&sa=X&ved=2ahUKEwiig4vI7YqEAxWT9wIHHWgsA7YQ0pQJegQIDBAB&biw=1218&bih=652&dpr=1#fpstate=ive&vld=cid:0592db57,vid:K4rt84iouAw,st:0)

Che rabbia!

libro con la CAA

❖ https://www.google.com/search?sca_esv=9b41ab9b54a73dba&sxsrf=ACQVn0_xyMOxckgsAYPm9M-MhjXd4SUdMQ:1706815054339&q=che+rabbia+libro&tbm=vid&source=Inms&sa=X&ved=2ahUKEwiig4vI7YqEAxWT9wIHHWgsA7YQ0pQJegQIDBAB&biw=1218&bih=652&dpr=1#fpstate=ive&vld=cid:0592db57,vid:K4rt84iouAw,st:0

Lavoro sulle emozioni

- ❖ <https://www.artedo-academy.it/unit/portare-in-scena-le-emozioni/?id=33025>

esercitazione

- Quali strategie utilizzi per prenderti cura del tuo benessere e della tua salute mentale come docente?