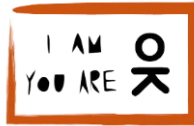




Co-funded by  
the European Union



Fundacja  
**edumocni**



## Programma del workshop per gli insegnanti

Progetto Erasmus+ "I am OK, you are OK"

**Obiettivo del progetto:** sensibilizzare i docenti, gli studenti e i genitori della scuola primaria e secondaria di primo grado sui processi di prevenzione del bullismo e del cyberbullismo.

Sito web: [I am OK, you are OK](#)

### I materiali sono stati sviluppati da:

[Fundacja Edumocni](#), Polonia

[Justyna Kołodziej](#), Educatrice

[Bluebook s.r.l.](#), Italia

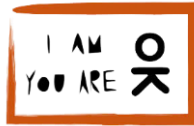
Finanziato dall'Unione europea. Le opinioni espresse appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono esserne ritenute responsabili.



Attribuzione 4.0 Internazionale (CC BY 4.0)



Co-funded by  
the European Union



Fundacja  
**edumocni**



## Contenuto:

Programma del workshop per gli insegnanti nell'ambito del progetto "I am OK, You are OK" .....	4
IL PROGRAMMA DEL WORKSHOP .....	6
INTRODUZIONE AL METODO DELLA DISCIPLINA POSITIVA .....	7
Disciplina positiva – Spiegazione .....	7
Disciplina positiva - Sessione di brainstorming .....	9
Disciplina positiva - Brainstorming .....	9
Disciplina positiva - Esercizio in gruppi.....	10
Disciplina positiva - Gioco di ruolo .....	10
Disciplina positiva - Spiegazione.....	11
Perché gli studenti si comportano in modi che gli adulti non approvano? .....	11
Brainstorming .....	12
Punizioni e conseguenze logiche .....	13
Punizioni e conseguenze logiche - discussione moderata.....	13
Conseguenze logiche - Spiegazione.....	13
Conseguenza naturale - Gioco di ruolo .....	15
L'incoraggiamento invece della lode - Spiegazione .....	16
Incoraggiamento - Esercizio .....	16
Temperamento .....	16
Competenze trasversali .....	18
COMUNICAZIONE NON VIOLENTA (NVC) .....	18
NVC - Esercizi di gruppo.....	19
L'empatia.....	20
Empatia - Spiegazione .....	21
Empatia - Discussione moderata .....	21
Assertività .....	22
Assertività - Sessione di brainstorming .....	22
Assertività - Discussione moderata .....	22
Capacità di risolvere i conflitti.....	23
Scenario - Lavoro di gruppo.....	23
BULLISMO .....	25
Bullismo - Brainstorming .....	26
Caratteristiche del bullismo .....	26
Tipi di bullismo .....	27
Tipi di bullismo - Lavorare in gruppi .....	27
Effetti del bullismo (a breve e a lungo termine) .....	27
Effetti del bullismo - Lavoro di gruppo .....	28
Sintomi che indicano che uno studente sta subendo violenza .....	28
Effetti del bullismo - Spiegazione .....	28
Ritratto psicologico della vittima e dell'autore di bullismo.....	29



Co-funded by  
the European Union



Fundacja  
**edumocni**



Testimoni .....	29
Testimoni - Spiegazione.....	29
INTERVENTO .....	31
Cosa fare quando ci accorgiamo di atti di bullismo? .....	31
Diagramma di flusso dell'intervento.....	32
Metodo della causa comune.....	32
3 fasi del metodo .....	33
Conversazione con una persona che fa il bullo.....	34
Conversazione con la vittima del bullismo se si comporta in modo passivo.....	35
Conversazione con una vittima di bullismo .....	35
Preoccupazione degli insegnanti negli interventi.....	36



Co-funded by  
the European Union



Fundacja  
**edumocni**



## Programma del workshop per gli insegnanti nell'ambito del progetto "I am OK, You are OK"

Durata: 10 h

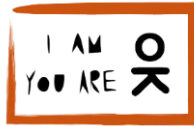
<p><b>Gli obiettivi principali del workshop</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sensibilizzare gli insegnanti sui sintomi, sulle conseguenze a breve e a lungo termine del bullismo tra gli studenti, sui modi per prevenire il fenomeno e sulle modalità di intervento.</li> <li>• Fornire agli insegnanti gli strumenti per costruire un'atmosfera positiva in classe, basata sul rispetto e sulla fiducia reciproci, secondo il metodo della Disciplina Positiva.</li> <li>• Accrescere la consapevolezza degli insegnanti sui modi per rafforzare le competenze sociali degli studenti, ad esempio l'assertività, l'empatia e la comunicazione non violenta.</li> </ul>
<p><b>Obiettivi specifici</b></p>	<p>Acquisizione di competenze:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• riconoscere il temperamento dei singoli studenti e il comportamento che ne deriva</li> <li>• comunicazione costruttiva con elementi di assertività, reazioni empatiche nelle relazioni con gli studenti</li> <li>• formulare messaggi in accordo con la Comunicazione Non Violenta (NVC)</li> </ul>



	<ul style="list-style-type: none"><li>• costruire con gli studenti relazioni basate sul rispetto, la gentilezza e la fermezza, secondo il metodo della Disciplina Positiva</li><li>• la sensibilizzazione sul fenomeno distruttivo del bullismo e del cyberbullismo, tenendo conto delle sue conseguenze a lungo termine, che consentirà agli insegnanti di conoscere le cause, identificare i sintomi e gli effetti di tale violenza</li><li>• Apprendere modi adeguati di reagire che consentano di ridurre al minimo il fenomeno.</li></ul>
<b>Metodologia</b>	Coinvolgimento diretto dei partecipanti, giochi di ruolo, brainstorming, analisi di casi reali, lezione frontale, discussioni moderate, lavoro in gruppo, lavoro individuale, psico-educazione.
<b>I materiali</b>	Carta, lavagna, penne, presentazione Powerpoint, computer portatile.
<b>Risultati</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Rafforzare le competenze nella costruzione di un'atmosfera serena in classe</li><li>• La capacità di utilizzare gli strumenti della Disciplina Positiva per costruire un rapporto di rispetto, accettazione e fiducia tra insegnante e studente.</li><li>• Acquisizione di competenze nella comunicazione non violenta (NVC)</li></ul>



Co-funded by  
the European Union



Fundacja  
**edumocni**



- |  |   |
|--|---|
|  | <ul style="list-style-type: none"><li>• La capacità di identificare il fenomeno del bullismo tra gli studenti, saper applicare una risposta adeguata e come prevenirlo.</li></ul> |
|--|---|

## IL PROGRAMMA DEL WORKSHOP

### Introduzione

Il formatore illustra brevemente ai partecipanti gli obiettivi del workshop.

Il progetto "I am OK, you are OK " mira a sensibilizzare studenti, insegnanti e genitori sul fenomeno distruttivo del bullismo - la violenza che gli studenti subiscono a scuola da parte dei loro coetanei, i suoi sintomi, i modi di reagire ad esso, i suoi effetti nella vita adulta. Lo studio mostra che a scuola gli studenti vivono varie forme di violenza (fisica e psicologica), commenti malevoli, critiche, esclusione dal gruppo, ecc. La capacità di riconoscere e rispondere al comportamento violento è un'abilità essenziale per gli insegnanti per proteggere la salute mentale (e quindi l'autostima e i risultati scolastici) degli studenti. Se conosciamo i tipi di violenza e i modi appropriati di reagire, saremo in grado di intervenire efficacemente e di prevenire il fenomeno.

Il formatore chiede agli insegnanti di completare un sondaggio iniziale anonimo che esamina il loro livello di conoscenza nell'area della violenza tra pari (bullismo) e i modi per costruire un rapporto stretto con gli studenti basato sul rispetto reciproco, la cooperazione e la fiducia.

### Regole di gruppo

Il formatore distribuisce degli adesivi e chiede ai partecipanti di scriverci sopra il loro nome e di attaccarli in un punto visibile dei loro vestiti.



Co-funded by  
the European Union



Fundacja  
**edumocni**



Il formatore distribuisce 2 etichette adesive a ogni partecipante e chiede ai partecipanti di scrivere su una di esse ciò che è permesso e ciò che non è permesso fare durante il workshop, al fine di garantire un'atmosfera sicura e amichevole per tutti. Ad esempio: non interrompersi a vicenda, ascoltare l'opinione altrui, non giudicare e non criticare, spegnere i cellulari, essere attivamente coinvolti.

Il formatore raccoglie le carte, le legge ad alta voce e chiede se tutti sono d'accordo con le regole presentate. Le attacca in un posto visibile o chiede a uno dei partecipanti di farlo.

### **L'insegnante: chi è?**

#### **Discussione moderata/brainstorming**

Il formatore chiede agli insegnanti quali sono le professioni che rientrano nella professione di insegnante?

*Il formatore integra le affermazioni* - Un educatore, a volte un terapeuta, un mediatore, un infermiere, un animatore, un organizzatore e una guida turistica, un dietologo e un contabile.

Il formatore chiede poi: qual è la sfida più grande che affrontano al lavoro, e che cosa motiva loro a fare questo lavoro?

## **INTRODUZIONE AL METODO DELLA DISCIPLINA POSITIVA**

### **Disciplina positiva – Spiegazione**

L'analisi dei dati relativi ai programmi anti-bullismo dimostra che è importante implementare soluzioni volte a creare un *clima favorevole, a misura di bambino/ragazzo, a casa e in classe*, che influisca sullo sviluppo di buone pratiche di convivenza sociale e fornendo ai giovani un senso di sicurezza in classe.



Co-funded by  
the European Union



Fundacja  
**edumocni**



Uno strumento che supporta insegnanti e genitori nella costruzione di questo clima in classe e a casa è il metodo internazionale della Disciplina Positiva (*secondo i risultati del rapporto UNESCO del 2019*). Questo metodo rafforza i legami reciproci tra adulti e giovani. Inoltre, costruisce una relazione basata sulla fiducia e sul rispetto reciproco, che è fondamentale per prevenire il bullismo, riducendo così il verificarsi di fenomeni negativi e incoraggiando i giovani a collaborare con gli adulti.

La Disciplina Positiva (DP) è un metodo educativo che si basa sulla relazione e sul rispetto reciproco. Le sue radici risalgono alla psicologia individuale dello psicoterapeuta austriaco Alfred Adler, il quale riteneva che tutte le persone abbiano delle necessità fondamentali: provare un senso di appartenenza e di essere importanti. Questo metodo presuppone gentilezza e fermezza nella comunicazione con i bambini/ragazzi, partendo dal presupposto che invece di non avere scelta (come è tipico della disciplina tradizionalmente intesa), il bambino/ragazzo ha una scelta limitata, che tiene conto dei confini delle altre persone. La Disciplina Positiva enfatizza e costruisce le competenze vitali dei bambini/ragazzi (indipendenza, cooperazione, responsabilità, assertività, problem solving). Si contrappone all'approccio secondo cui, affinché inizino a comportarsi meglio, devono prima sentirsi peggio (attraverso punizioni, divieti, ricatti). Incoraggia la creazione di regole di comportamento, concordate con gli adulti, che possono sortire l'effetto desiderato: i bambini/ragazzi sono più propensi a seguire queste regole se partecipano al processo di creazione e allo stesso tempo scoprono perché è così importante seguirle.

Il metodo della Disciplina Positiva è un perfetto equilibrio tra la tradizionale educazione autoritaria (severa) e quella permissiva (indulgente).



## **Disciplina positiva - Sessione di brainstorming**

Il formatore chiede agli insegnanti cosa associano a un'educazione rigida e annota le risposte sulla lavagna. Poi chiede che tipo di adulti sono cresciuti con questo metodo di educazione. Quindi mostra una diapositiva Powerpoint sulle conseguenze di questo metodo di educazione. Allo stesso modo vengono discusse le conseguenze di un'educazione permissiva.

## **Disciplina positiva - Esercizio**

Il formatore chiede agli insegnanti di mettersi in semicerchio di fronte a lui e di immaginare di essere dei bambini/ragazzi dell'età dei loro studenti. Il formatore interpreta il ruolo dell'insegnante e dice loro i diversi messaggi tratti dai metodi educativi precedentemente discussi. Chiede loro di fare un passo avanti se il messaggio dato incoraggia a collaborare con l'adulto e un passo indietro se il messaggio è scoraggiante. Rimanere fermi se il messaggio è neutro nella loro percezione.

Poi chiede cos'hanno in comune i messaggi che fanno fare un passo avanti.

È importante suscitare risposte come: tono di voce, messaggio rispettoso, scelta, domanda invece di comando.

In questo modo, i partecipanti al workshop inizieranno a scoprire i primi strumenti della Disciplina Positiva (tono di voce, scelta limitata, messaggio fermo e gentile allo stesso tempo, accordi, domande invece di istruzioni... ecc.), che il formatore presenterà sulla slide di presentazione.

## **Disciplina positiva - Brainstorming**

Il formatore chiede agli insegnanti cosa li infastidisce di più del comportamento degli studenti. Le risposte vengono scritte su una lavagna sotto la voce SFIDE.



Co-funded by  
the European Union



Fundacja  
**edumocni**



Poi dice loro di immaginare i loro studenti tra 30 anni, che incontrano per strada e con cui scambiano qualche frase. Dopo questa conversazione gli insegnanti riflettono sulle caratteristiche e competenze che hanno permesso ai loro ex studenti di diventare degli adulti responsabili, rispettosi, ecc.

Il formatore scrive le risposte su una lavagna sotto la voce **COMPETENZE**.

Il formatore riassume che il metodo della DP consente di costruire queste competenze nei bambini/ragazzi e di affrontare le sfide utilizzando gli strumenti della Disciplina Positiva che verranno appresi durante il workshop.

### **Disciplina positiva - Esercizio in gruppi**

Il fiore all'occhiello della Disciplina Positiva è un messaggio fermo e gentile. Il formatore divide i partecipanti in gruppi di 3 e distribuisce una decina di cartoncini con vari messaggi da parte degli adulti agli studenti; il compito di ogni gruppo è quello di scegliere solo messaggi che siano simultaneamente gentili e fermi. Poi, nel gruppo le scelte individuali vengono discusse ed eventualmente corrette dal formatore.

### **Disciplina positiva - Gioco di ruolo**

Con l'aiuto della seguente scena, il formatore introduce il secondo importante strumento della DP: le domande al posto dei comandi.

Il facilitatore chiede a 6 volontari di fare da insegnanti e a 1 volontario di fare da studente. Distribuisce quindi 2 messaggi ai 6 insegnanti, uno contenente un comando, l'altro una richiesta sotto forma di domanda. Poi chiede loro di leggere le istruzioni una per una allo studente (interpretato da uno degli insegnanti), che dopo questo giro riceve le domande del formatore: Cosa hai provato, cosa hai pensato, cosa hai deciso dopo aver ascoltato questo messaggio?

Nel secondo turno, chiede agli insegnanti di leggere il loro messaggio sotto forma di domanda allo studente, e poi di nuovo il formatore pone delle



Co-funded by  
the European Union



Fundacja  
**edumocni**



domande allo studente: Cosa hai provato, cosa hai pensato, cosa hai deciso dopo aver ascoltato questo messaggio?

È importante far emergere che si è sentito trattato con rispetto, ha pensato che l'insegnante lo rispetta, tiene conto della sua opinione e decide di collaborare con lui.

Sintesi dell'esercizio: chiedere agli insegnanti se vedono la differenza tra messaggi sotto forma di comandi e domande.

### **Disciplina positiva - Spiegazione**

Il formatore discute altri strumenti della DP che gli insegnanti possono utilizzare per creare un'atmosfera positiva nella loro classe e curare il loro rapporto con gli studenti, ad esempio la scelta limitata, la creazione di contratti, la creazione di piani, tempo di qualità.

### **Perché gli studenti si comportano in modi che gli adulti non approvano?**

Il formatore disegna un iceberg sulla lavagna e spiega che il comportamento del bambino/ragazzo è solo la punta dell'iceberg, il resto (le ragioni di questo comportamento sono sotto la superficie dell'acqua e sono invisibili per noi). È importante concentrarsi su ciò che non si vede, cioè il bisogno emotivo che sta dietro al comportamento indesiderato, cioè il bisogno di appartenenza, un bisogno umano fondamentale.

Se i bambini/ragazzi non si sentono soddisfatti, iniziano a mettere in atto comportamenti indesiderati, credendo che in questo modo lo soddisferanno. Ciò che serve in questo caso sono adulti consapevoli che non reagiscano solo a ciò che è visibile, cioè al comportamento indesiderato (applicando punizioni peggiorano ulteriormente il deficit emotivo del bambino/ragazzo), ma che guardino sotto la superficie dell'acqua e notino il bisogno insoddisfatto di



Co-funded by  
the European Union



Fundacja  
**edumocni**



appartenenza - e rispondano ad esso, eliminando così il comportamento inappropriato.

### **Brainstorming**

Il formatore pone una domanda agli insegnanti: Come potete soddisfare il bisogno di appartenenza dei vostri studenti? Scrive le risposte su una lavagna.

È importante che compaiano le seguenti risposte: dare loro una scelta limitata, mostrare comprensione per i loro sentimenti e le loro emozioni, non usare punizioni, fare domande invece di dare ordini.

Il formatore mostra una diapositiva di una presentazione Powerpoint che mostra quali sono le 4 strategie (comportamenti) sbagliate che i bambini adottano per soddisfare il loro bisogno di appartenenza.

- 1) **Attirare eccessivamente l'attenzione:** si tratta della convinzione di essere importanti quando si è al centro dell'attenzione.
- 2) **Ottenere potere:** la convinzione che solo chi è forte merita un riconoscimento.
- 3) **Vendetta,** si basa sulla convinzione che il criterio di appartenenza a un gruppo è quello di ripagare con la stessa moneta i torti subiti.
- 4) **Mancanza di fiducia in se stessi:** si basa sulla convinzione che la propria persona non ha valore, quindi è inutile impegnarsi.

Poi il formatore mostra le diapositive della presentazione, in cui spiega come si manifesta una particolare strategia sbagliata e come reagire ad essa in modo ottimale.



Co-funded by  
the European Union



Fundacja  
**edumocni**



## **Punizioni e conseguenze logiche**

### **Punizioni e conseguenze logiche - discussione moderata**

Il formatore chiede agli insegnanti cosa imparano i bambini attraverso le punizioni. Scrive le risposte su una lavagna.

### **Conseguenze logiche - Spiegazione**

Presenta poi gli effetti reali delle punizioni secondo il metodo della Disciplina Positiva, vale a dire:

- dimostra che non ci si può fidare degli adulti,
- gli insegnanti sono contro di me
- la prossima volta non mi farò beccare
- il mondo è ingiusto
- nessuno mi capisce
- c'è qualcosa di sbagliato in me

L'uso della punizione indebolisce la relazione insegnante-studente e non incoraggia la collaborazione. Al contrario, incoraggia la resistenza, la macchinazione o l'obbedienza eccessiva per paura della punizione, non per un reale bisogno di comportarsi in modo socialmente accettabile.

Il formatore mostra poi, con una presentazione Powerpoint, la prima alternativa alla punizione secondo il metodo della Disciplina Positiva, cioè le conseguenze logiche. Mostra anche la differenza tra punizione e conseguenza logica.

Sottolineando i 4 criteri, le cosiddette 4P delle conseguenze logiche, che sono:

- 1) Connessione - significa che deve esserci una relazione diretta tra il comportamento del bambino/ragazzo e le sue conseguenze.
- 2) Rispettoso (non umiliante, non colpevolizzante o imbarazzante per il bambino/ragazzo)
- 3) Proporzionale (ragionevole dal punto di vista dell'adulto e del bambino/ragazzo).
- 4) Presentato in anticipo (il bambino/ragazzo viene avvisato di quale sarà la conseguenza se non cambia il suo comportamento)

Un'altra alternativa alla punizione è la Conseguenza naturale.

Le conseguenze naturali si verificano automaticamente senza l'intervento degli adulti. Se si esce sotto la pioggia senza ombrello, ci si bagna. Se non si porta la tuta da ginnastica, non si potrà fare esercizio. La responsabilità si impara meglio con le naturali conseguenze delle proprie azioni, quindi lasciamo che siano loro ad assumerselo. È poi importante astenersi da commenti del tipo "te l'avevo detto": è irrispettoso nei confronti del bambino/ragazzo. La conseguenza naturale è uno strumento molto utile e un'esperienza di apprendimento. Va ricordato, tuttavia, che non è possibile adattare la conseguenza naturale a ogni situazione (esclusivamente quando non è posto in condizioni di pericolo).

L'ultima alternativa alla punizione è uno strumento chiamato "*Concentrarsi sulle soluzioni attraverso le domande*".

Tuttavia, bisogna ricordare che se si cercano insieme delle soluzioni, bisogna focalizzare l'attenzione sulla parte razionale. Questo avviene quando le emozioni associate al comportamento indesiderato si placano e ci si può focalizzare serenamente sulla ricerca di una soluzione.

Trovare soluzioni non significa concentrarsi sul problema e chiedersi perché lo studente ha fatto quello che ha fatto. Le domande che iniziano con il PERCHE' sono accusatorie e lo mettono nella posizione di doversi giustificare,



Co-funded by  
the European Union



Fundacja  
**edumocni**



spesso a confabulare per spiegare il proprio comportamento a tutti i costi. È importante non indagare sul perché si siano comportati così male.

**Esempi di domande:** Come ti senti ora? Come ti sembra dal tuo punto di vista? Come pensi che si senta ora il tuo amico? (ad esempio, in una situazione di conflitto), Cosa ti insegna questa situazione? Quali sono le possibili soluzioni a questa situazione? Cosa potrebbe aiutarti a sentirti meglio ora? Cosa dovresti fare di diverso la prossima volta?

In questo modo, imparano a cercare da soli le soluzioni alle situazioni difficili, a sviluppare l'empatia mettendosi nei panni di un'altra persona, a trarre conclusioni, cioè a imparare dagli errori, e questo non va a scapito della loro autostima perché non c'è alcun elemento di vergogna, punizione o umiliazione.

### **Conseguenza naturale - Gioco di ruolo**

Il formatore sceglie un insegnante tra i partecipanti e chiede ad altri 2 di interpretare il ruolo di studenti che hanno avuto un conflitto su chi si sarebbe seduto vicino alla finestra. Entrambi volevano la stessa cosa e uno degli studenti ha costretto l'altro a lasciare il banco, chiamandolo idiota e sottolineando che non piace a nessuno in classe.

Il compito dell'insegnante è quello di utilizzare il metodo "*Concentrarsi sulle soluzioni attraverso le domande*".

Dopo il gioco di ruolo, il formatore chiede ai partecipanti che hanno interpretato il ruolo di studenti cosa hanno provato durante il dialogo con l'insegnante, cosa hanno pensato? quali importanti competenze hanno appreso? Se li ha incoraggiati a lavorare con un adulto?

### **L'incoraggiamento invece della lode - Spiegazione**

L'incoraggiamento è un altro strumento della Disciplina Positiva che costruisce un senso di autostima duraturo nei ragazzi.



Co-funded by  
the European Union



Fundacja  
**edumocni**



Gli insegnanti, nonostante le buone intenzioni, spesso scoraggiano gli studenti e li fanno sentire impotenti. Non pensano agli effetti a lungo termine dei loro messaggi. Il formatore mostra poi la differenza tra l'elogio e l'incoraggiamento. Sottolineando che le lodi sviluppano il bisogno dello studente di ottenere a tutti i costi l'approvazione degli altri, rafforzano il perfezionismo (che non fa bene alla salute mentale), la competizione con gli altri e insegnano che conta solo il risultato finale, non l'impegno e il contributo.

### **Incoraggiamento - Esercizio**

Il formatore chiede a 2 volontari di interpretare il ruolo degli studenti.

Il compito degli studenti è quello di ascoltare i messaggi che ricevono dal formatore che svolge il ruolo di insegnante e di dire se questi messaggi sono di loro gradimento e, in caso affermativo o negativo, perché.

(Alcuni messaggi sono di lode altri di incoraggiamento)

**LODE** Bel lavoro! Brava, sono orgoglioso di te! Mi piace il tuo disegno, fantastico! Hai fatto esattamente come ti avevo detto, sei molto intelligente, fantastica!

**INCORAGGIAMENTO (DARE SOSTEGNO)** Hai lavorato sodo, ti meriti questo voto, puoi essere orgoglioso di te stesso, Ti piace il tuo disegno? Ho fiducia che prenderai la decisione giusta, vedo che stai migliorando nei calcoli.

## **Temperamento**

### **Che cos'è il temperamento e di che cosa è responsabile?**

**Esercizio:** Il formatore chiede agli insegnanti in quale animale, tartaruga, leone, camaleonte o aquila, vorrebbero trasformarsi per 24 ore.





Co-funded by  
the European Union



Fundacja  
**edumocni**



Poi le persone che hanno scelto lo stesso animale formano un gruppo e scrivono tutti i tratti caratteriali positivi che associano a questo animale e che li hanno spinti a sceglierlo. Poi elencano i difetti degli altri 3 animali non scelti. Poi tutti i gruppi discutono gli animali scelti.

Alla fine il formatore chiede COSA DIMOSTRA QUESTO ESERCIZIO?

Sarebbe bello se si arrivasse alla conclusione che siamo tutti diversi, che ciò che è un vantaggio per qualcuno è uno svantaggio per un altro, che è impossibile dire chi è il migliore perché ognuno ha pro e contro.

Se tutti fossero uguali sarebbe noioso. Ognuno ha risorse diverse e questo è il valore.

### **Temperamento - Spiegazione**

Come ha dimostrato l'esercizio precedente, siamo molto diversi l'uno dall'altro. Alcuni di noi sono capaci di lavorare a lungo su qualcosa, altri si stancano rapidamente, si spazientiscono, si scoraggiano. Alcuni sono calmi, altri esplodono l'energia, vogliono dominare, non perdono occasione per vendicarsi. C'è chi entra facilmente in contatto con gli altri, ma c'è anche chi preferisce la solitudine. Per alcuni è facile essere al centro dell'attenzione, mentre per altri è un passo enorme fuori dalla loro zona di comfort. Il temperamento è un elemento relativamente costante della nostra personalità, non è suscettibile al cambiamento.

Ippocrate, nel V secolo a.C., notò che le persone sono caratterizzate da diversi tipi di personalità e le sue descrizioni sono ancora alla base della classificazione dei diversi tipi di temperamento. Si distinguono in: melanconico, collerico, sanguigno e flemmatico.

Il formatore presenta una descrizione dei singoli temperamenti sulla presentazione Powerpoint e chiede agli insegnanti, se i loro studenti hanno



Co-funded by  
the European Union



Fundacja  
**edumocni**



un tale temperamento e quale sia il comportamento strettamente legato al temperamento.

## **Competenze trasversali**

Soft skills che riducono al minimo il comportamento violento nei bambini/ragazzi (incluso il bullismo).

### **Soft skills - Spiegazione**

Il formatore elenca 4 abilità che riducono la tendenza a usare la violenza contro i coetanei, ossia l'assertività, l'empatia, la comunicazione non violenta.

## **COMUNICAZIONE NON VIOLENTA (NVC)**

Il formatore presenta la NVC (spiegazione)

La base della NVC è quello di utilizzare un linguaggio che non ferisca e che quindi favorisca una migliore comprensione di se stessi e dell'altra persona. Il creatore di questa teoria, M. Rosenberg, lo ha definito il linguaggio della giraffa, mentre il modo di parlare aggressivo e offensivo lo ha definito il linguaggio dello sciacallo.

La NVC è un atteggiamento che permette di creare situazioni in cui ogni partecipante alla conversazione guadagna qualcosa, è un modo di comunicare che consiste nel rispettare i sentimenti e i bisogni propri e altrui e nel cercare di rispettarli e soddisfarli in modo non aggressivo (senza violenza fisica e psicologica, senza esercitare pressioni, ricatti emotivi, costringere a determinati comportamenti per mezzo di minacce e punizioni). La NVC è la via dell'empatia, la via per una vita basata su buone relazioni con gli altri.

Rosenberg ha descritto il linguaggio della giraffa come il linguaggio dell'empatia e del rispetto, usato dalla prospettiva dell'"io". Lo sciacallo,



Co-funded by  
the European Union



Fundacja  
**edumocni**



invece, usa un linguaggio che ci taglia fuori: usa il giudizio e la colpa, parla dalla prospettiva del "tu". Perché una giraffa? La giraffa è il mammifero che ha il cuore più grande in rapporto al suo peso corporeo. Grazie al suo lungo collo, guarda il mondo da una prospettiva ampia.

Nel mondo della NVC, la giraffa usa il "linguaggio del cuore" - sentimenti e bisogni. Durante una conversazione, vuole ascoltare l'altra persona e vuole essere ascoltata. Vuole raggiungere i propri e altrui bisogni, sia soddisfatti che insoddisfatti. Vuole essere in contatto con i propri sentimenti e con quelli degli altri - anche quando è difficile. La giraffa è soprattutto onesta e parla di ciò che prova, dice "no" quando intende "no" (atteggiamento assertivo), tratta tutti con rispetto ed empatia. Quando sorge un conflitto, cerca una soluzione che soddisfi tutte le parti.

E lo sciacallo? Lo sciacallo usa il linguaggio delle critiche, dei giudizi, spesso incolpa, parla dalla prospettiva del "tu". Lo sciacallo sarà felice di dirvi cosa non va in voi, di valutare la vostra personalità, i vostri problemi e, senza chiedere nulla, vi darà consigli non richiesti. Lo sciacallo ne sa semplicemente di più e ha sempre ragione! È facile riconoscerlo: usa etichette durante la conversazione, dice come siete (ad esempio, pigri, irresponsabili...) e gli piace usare stereotipi (ad esempio, i ragazzi sono infantili, le ragazze troppo emotive...). Lo sciacallo vuole dominare e avere ragione.

### **NVC - Esercizi di gruppo**

Il formatore mostra una presentazione in PowerPoint in cui ci sono vari messaggi di giraffe e sciacalli e il compito degli insegnanti è quello di identificarli.

Nelle diapositive successive ci sono esempi di messaggi "TU" - il linguaggio dello sciacallo e il formatore chiede di provare a modificarli per farli suonare come il linguaggio della giraffa (NVC).

Il formatore riassume l'esercizio.

È importante essere consapevoli del fatto che nel comunicare c'è sempre una scelta del linguaggio scelto. Inoltre, i bambini/ragazzi che sentono questo linguaggio da noi adulti molto probabilmente lo prenderanno a modello.

Poi il formatore presenta un modello di 4 fasi per formulare un messaggio in accordo con la NVC.

### **Il modello a 4 fasi della NVC:**

1. Esprimere i propri sentimenti ed emozioni.

Mi sento / sono (il sentimento) .....

2. Descrizione dei fatti a cui ci riferiamo - osservazioni senza valutazione.

Quando vedo (descrizione dei fatti).....

3. Esprimere i propri bisogni: quale bisogno insoddisfatto ci ha fatto sentire così. Perché ho bisogno di....

4. Comunicare le proprie aspettative, ossia richiedere un determinato comportamento in futuro. Vorrei che in futuro.....

### **Lavoro a coppie**

Il formatore chiede agli insegnanti in coppia (insegnante/studente) di provare ad allenare la comunicazione tra loro secondo questi 4 passi.

### **L'empatia**

L'insegnante scrive alla lavagna il termine EMPATIA e chiede cosa significhi effettivamente e perché abbiamo bisogno di EMPATIA a scuola (discussione moderata).



Co-funded by  
the European Union



Fundacja  
**edumocni**



## **Empatia - Spiegazione**

L'empatia è la capacità di immedesimarsi emotivamente nei sentimenti degli altri. La capacità di vedere i bisogni degli altri, la capacità di assumere la prospettiva di un'altra persona, ci aiuta a comunicare meglio con gli altri.

La mancanza di empatia in un contesto sociale è un fenomeno negativo perché porta all'indifferenza, alle difficoltà nella risoluzione dei conflitti e alla violenza. L'empatia è menzionata anche nel contesto dell'intelligenza emotiva.

La mancanza di empatia in un contesto sociale è un fenomeno negativo perché porta all'indifferenza, alla difficoltà di risolvere i conflitti e alla violenza. Quando pensiamo all'empatia, vogliamo sottolineare che l'empatia è una scelta nell'approccio a un'altra persona. Non è un comando, perché l'empatia nasce dal desiderio di costruire una relazione sana con un'altra persona. Il contrario dell'empatia è l'egocentrismo. L'egocentrico si pone al centro del mondo, non ha la capacità di accettare punti di vista diversi dal proprio. Non riesce a capire i sentimenti degli altri, guarda il mondo solo dal suo punto di vista, crede che tutti debbano agire secondo la sua volontà. Questo rende difficile costruire relazioni sane con gli altri. È facile per lui ferire gli altri e usare la violenza.

## **Empatia - Discussione moderata**

Il formatore pone una domanda agli insegnanti: *In che modo gli studenti potrebbero sperimentare l'empatia da parte vostra su base quotidiana?* Sottolineando che l'empatia è insegnata usandola. Scrive le risposte sulla lavagna.

## **Assertività**



Co-funded by  
the European Union



Fundacja  
**edumocni**



## **Assertività - Sessione di brainstorming**

Il formatore chiede agli insegnanti: Cosa significa il termine assertività?

Scrive le risposte sulla lavagna.

-Avere una propria opinione, compresa la capacità di esprimere opposizione/disaccordo, ad esempio, sulle opinioni di altre persone, sul loro comportamento nei nostri confronti e nei confronti degli altri.

- la capacità di dire no senza ferire intenzionalmente gli altri,
- la capacità di rispondere alle critiche e di esprimere critiche costruttive,
- la capacità di esprimere le proprie emozioni e i propri sentimenti

Assertività significa difendere i propri diritti e i propri confini rispettando i diritti dell'altra persona. Questo atteggiamento è alla base di relazioni sane, compresa la relazione insegnante-studente.

Il formatore pone un'altra domanda: Perché i bambini/ragazzi hanno bisogno di questa abilità? Elenchiamo tutti i possibili benefici dell'assertività.

Il comportamento assertivo viene di solito contrapposto a quello remissivo e il comportamento aggressivo.

## **Assertività - Discussione moderata**

Il formatore pone una domanda agli insegnanti.

Come si fa a distinguere tra studenti assertivi e aggressivi?

In che modo gli adulti/insegnanti possono contribuire a formare gli studenti all'assertività?



Co-funded by  
the European Union



Fundacja  
**edumocni**



## Capacità di risolvere i conflitti

Il formatore spiega che la capacità di risolvere i conflitti è un'importante soft skills, il cui sviluppo nei giovani (soprattutto attraverso il modello degli adulti) riduce la tendenza a mettere in atto comportamenti violenti nei confronti dei coetanei.

### **Scenario - Lavoro di gruppo**

Durante una pausa dopo una lezione di educazione fisica, l'undicenne Marco spinge Tommaso, che cade a terra e piange.

#### *Contesto*

*(Durante l'ora di educazione fisica, quando i ragazzi stavano scegliendo la composizione delle squadre per giocare a calcio, Tommaso disse a Marco: "Non ti voglio in squadra perché sei un perdente e perdiamo sempre per colpa tua").*

Poi il formatore pone una domanda al gruppo.

Come può l'insegnante gestire in modo ottimale questa situazione?

Il formatore conduce una discussione moderata sulla base delle risposte ottenute. Poi il formatore mostra sulla diapositiva i principali errori commessi dagli adulti quando "aiutano" gli studenti durante i conflitti.

- Indagine: chi ha iniziato? Alla ricerca del colpevole
- Prendere le parti dello studente che piange
- Generalizzare - Tu sempre, Tu mai
- Giudizio
- Minacce
- Dare una soluzione pronta, ad esempio "scusatevi e basta".

Poi il formatore mostra il modo ottimale per aiutare gli studenti nella risoluzione del conflitto, sottolineando che il ruolo dell'adulto è quello di

aiutarli ad ascoltarsi reciprocamente... aiutare a trovare i bisogni che sono alla base del loro comportamento.

- *Marco, Tommaso - Voglio parlare perché vedo che c'è qualcosa tra di voi che non va, vorrei aiutarvi a trovare una soluzione a questa situazione perché ho l'impressione che sia difficile per voi.*
- *Marco, eri arrabbiato con Tommaso perché aveva detto qualcosa di sgradevole mentre formavate le squadre...? Sì? Volevi essere incluso dai ragazzi?*
- *Tommaso, vedo che anche tu sei nervoso perché ti sei sentito umiliato, vero?"*.

Il formatore discute e visualizza la presentazione.

### **Cosa vale la pena fare in caso di conflitti?**

Il formatore sottolinea ancora una volta quali strumenti della Disciplina Positiva sono utili per insegnare agli studenti a risolvere i conflitti

- Domanda: Cosa è successo, cosa ti ha fatto reagire in quel modo? - per conoscere entrambi i punti di vista, per determinare chi ha sofferto
- Domande di curiosità: *Come ti senti ora, come sta il tuo amico, secondo te? Cosa ti insegna questa situazione?*
- Cercare una soluzione. *Quali idee avete per risolvere questo conflitto/riparare il danno?*
- Una lezione per il futuro. *Cosa dovete fare la prossima volta in una situazione simile per evitare che si ripeta?*

### **Vale la pena di ricordarlo:**

- Imparzialità





Co-funded by  
the European Union



Fundacja  
**edumocni**



- Ascolto attivo
- Parafrasi
- Soluzioni incoraggianti
- Essere un mediatore, non un giudice!

## **BULLISMO**

### **Bullismo - Spiegazione**

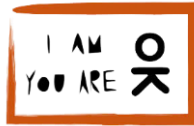
Le ricerche mostrano chiaramente che il problema della violenza tra pari è un fenomeno emotivamente distruttivo comune nelle scuole. Negli anni dal 1993/1994 al 2005/2006, in Polonia non ci sono stati cambiamenti in termini di riduzione di questo fenomeno, mentre in altri Paesi, ad esempio in Italia, l'entità del problema è diminuita di 15 punti percentuali. Cosa ha funzionato in altri Paesi che hanno abbassato queste statistiche? Quale strategia si è dimostrata vincente? Come si fa a sapere se uno studente è vittima di bullismo? In che modo è diverso dai normali conflitti? Come reagire per fermarlo efficacemente? Come parlare all'autore del bullismo e come parlare alla sua vittima? Come prevenire il fenomeno? Questo è l'argomento di questa parte del workshop.

Il comportamento violento tra studenti è troppo spesso trattato in modo indulgente, riconosciuto come un elemento naturale della crescita e della manifestazione del proprio "io" da parte dei giovani. Ma cosa succede se le azioni dell'abusante portano a un esaurimento nervoso/depressione o al suicidio della vittima? È ancora possibile trattare gli atti di violenza come parte naturale del processo di crescita?

Dal punto di vista dello studente, subire o assistere a episodi di bullismo aumenta significativamente il rischio di gravi problemi di salute mentale.



Co-funded by  
the European Union



Fundacja  
**edumocni**



Quando una vittima di violenza o un testimone denuncia un problema si aspetta una qualche forma di aiuto da parte di un adulto: dall'ascolto, all'assicurazione di un intervento, alle azioni concrete per affrontare il problema. La mancanza di reazione da parte di chi dovrebbe proteggere i bambini/ragazzi è un chiaro segnale per l'autore e i suoi seguaci che tali azioni non sono vietate in alcun modo e rimarranno impunte. Mentre per la vittima è chiaro segnale che nessuno è in grado di aiutarla.

Il fenomeno della violenza tra studenti è eccezionalmente distruttivo sia per la vittima, sia per l'autore, sia per i testimoni.

## **Bullismo - Brainstorming**

La definizione di **bullismo**

Il formatore chiede agli insegnanti quando il semplice e innocente "prendere in giro" diventa bullismo.

Scriva le risposte sulla lavagna.

Completa poi le risposte con delle slide di presentazione in cui vengono descritte le 3 caratteristiche che definiscono il bullismo: intenzionalità, ripetizione e squilibrio di potere.

## **Caratteristiche del bullismo**

Affinché la risposta all'abuso sia efficace e riduca la probabilità di episodi simili in futuro, è fondamentale distinguere se il comportamento aggressivo si è verificato in un contesto di conflitto o di violenza.

Si parla di conflitto quando due persone o gruppi di persone hanno interessi e aspirazioni contrastanti, ad esempio due studenti litigano per un posto specifico nel banco. Entrambe le parti coinvolte nella disputa possono essere considerate come partner uguali con simili possibilità di "vincere". A



Co-funded by  
the European Union



Fundacja  
**edumocni**



differenza del conflitto, la violenza implica sempre uno squilibrio di potere. L'autore di violenza usa un vantaggio per danneggiare la vittima. Questo vantaggio può essere di varia natura:

- numerico: quando un gruppo di studenti fa il bullo o esclude uno di loro
- fisico: quando il più forte/anziano batte il più debole/giovane
- psicologico: quando uno studente con maggiori capacità intellettuali manipola uno studente con minori potenzialità
- formale: quando l'abusante ha un qualche tipo di autorità formale sulla vittima, ad esempio è un genitore o un insegnante.

Reagire ad un conflitto come se fosse violenza e viceversa sono errori spesso commessi nella pratica dell'educazione.

## **Tipi di bullismo**

### **Tipi di bullismo - Lavorare in gruppi**

Il formatore divide gli insegnanti in 4 gruppi e chiede loro di elencare esempi per ogni tipo di violenza tra pari. Un gruppo sviluppa l'abuso verbale, un altro quello fisico, un terzo quello relazionale e il quarto il cyberbullismo.

Poi i gruppi presentano. Il formatore integra le affermazioni di cui sopra con una diapositiva di presentazione con le tipologie

### **Effetti del bullismo (a breve e a lungo termine)**

Il formatore mostra gli effetti a breve e a lungo termine della violenza tra pari nella presentazione. Alla fine, pone una domanda agli adulti?

Cosa ti sorprende?

Cosa è più preoccupante?

## **Effetti del bullismo - Lavoro di gruppo**

### **Sintomi che indicano che uno studente sta subendo violenza**

Il formatore divide gli insegnanti in 3 gruppi e chiede loro di elencare tutti i sintomi che possono indicare che uno studente è vittima di bullismo.

Chiede quindi ai rappresentanti di ciascun gruppo di leggere le loro proposte, quindi mostra una diapositiva che elenca i sintomi più comuni della violenza subita e verifica quale gruppo si è avvicinato di più.

## **Effetti del bullismo - Spiegazione**

Sintomi che possono indicare la presenza di bullismo in classe.

L'insegnante deve prestare attenzione ai seguenti segnali che indicano la possibilità di violenza in classe:

- Leadership negativa: i leader della classe si comportano in modo arrogante nei confronti degli altri studenti e degli insegnanti, mentre chi non fa parte del "gruppo di potere" diventa meno attivo in classe.
- Doppio standard di comportamento: gli studenti si comportano in modo diverso quando sono con l'insegnante rispetto a quando sono da soli.
- Il fenomeno del capro espiatorio: una persona in particolare, a prescindere dalle sue azioni, viene ripetutamente criticata, ridicolizzata e la sua opinione non viene presa in considerazione. Gli studenti, e spesso anche gli insegnanti, hanno l'impressione che questo particolare studente sia l'unico "problema" del gruppo e che sia responsabile di tutti gli insuccessi.
- Graduale isolamento degli adulti: gli studenti evitano di parlare con l'insegnante e con i genitori di ciò che accade in classe, iniziano a usare parole neutre.



Co-funded by  
the European Union



Fundacja  
**edumocni**



## **Ritratto psicologico della vittima e dell'autore di bullismo.**

### **Lavorare in 2 gruppi**

Il formatore divide gli insegnanti in 2 gruppi e dà a ciascun gruppo un foglio di carta e dei pennarelli e chiede loro di scrivere le caratteristiche del gruppo 1, la vittima, e del gruppo 2, l'autore della violenza.

In seguito, i singoli gruppi presentano e il formatore completa le dichiarazioni degli insegnanti sulle caratteristiche di una vittima. Potenzialmente, le vittime possono essere fisicamente più deboli dei loro coetanei, evitano i giochi pericolosi, sono cauti, sensibili, silenziosi, timidi, piangono spesso, sono insicuri, timorosi, infelici, hanno una bassa autostima, inconsciamente mostrano indirettamente agli altri che sono di scarso valore. L'autore invece si irrita facilmente, si prende gioco degli altri, dice deliberatamente cose che possono ferire qualcuno, minaccia, prende in giro, spinge gli altri, picchia, fa il prepotente, distrugge le cose degli altri, ha bisogno di dominare, ricorre volentieri alla violenza e alle minacce, ha difficoltà ad adattarsi alle norme e alle regole prevalenti.

## **Testimoni**

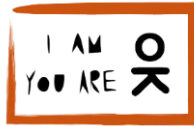
### **Testimoni - Spiegazione**

Tuttavia, è bene ricordare che il fenomeno del bullismo non è solo un'interazione tra l'autore e la vittima. Altrettanto importanti sono le persone che assistono alla situazione. Si possono distinguere quattro ruoli che i testimoni del bullismo assumono:

- 1) gli assistenti dell'autore che si uniscono all'aggressore;
- 2) i "tifosi" che premiano il colpevole con il loro comportamento,
- 3) estranei che non reagiscono



Co-funded by  
the European Union



Fundacja  
**edumocni**



4) i difensori della vittima che prendono le parti dello studente vittima di bullismo.

Il bullismo è quindi un fenomeno di gruppo. Dipende molto dai testimoni se il fenomeno del bullismo si svilupperà o meno. Allo stesso tempo, si può osservare un lento processo di "desensibilizzazione" alla violenza tra i bambini/ragazzi neutrali (testimoni): inizialmente provano compassione per chi subisce bullismo, si rammaricano, a volte si sentono in colpa per la mancata reazione, ma non vedendo una reazione efficace da parte degli adulti, diventano lentamente indifferenti al danno e iniziano addirittura a credere che chi subisce violenza e bullismo "sia peggio e meriti tale trattamento". L'indifferenza dei testimoni alla violenza e al bullismo è un ulteriore consenso per le persone che ne fanno uso. Pertanto, è molto importante sensibilizzare i testimoni al danno di un altro: sottolineando che il fatto che siamo diversi nell'aspetto, nel temperamento, nei punti di forza è un valore, non un motivo di discriminazione.

Il formatore suggerisce che nella classe due studenti, un ragazzo e una ragazza, vengano nominati per votazione come **ambasciatori dell'empatia**. Il loro compito sarà quello di garantire che il contratto di classe relativo ai comportamenti inaccettabili nei confronti dei compagni sia rispettato e di condurre i primi colloqui con gli autori di atti di bullismo in classe, nonché di riferire questi episodi all'insegnante. Ogni bambino/ragazzo della classe che subisce atti di bullismo potrà riferire agli ambasciatori le violenze subite dai compagni. Queste attività renderanno i bambini co-responsabili della riduzione del fenomeno e li faranno sentire parte della soluzione.

## **INTERVENTO**

## Cosa fare quando ci accorgiamo di atti di bullismo?

Il metodo principale per affrontare il bullismo dovrebbe essere l'INTERVENTO, che significa impedire a chi usa la violenza di farlo, proteggere la vittima e aiutare gli studenti a uscire dal ruolo di testimoni.

### Brainstorming

Il formatore chiede agli insegnanti:

Quali sono i benefici dell'intervento? Perché è così importante? Scrive le risposte alla lavagna.

Poi il formatore completa le dichiarazioni degli insegnanti sull'importanza dell'intervento.

La reazione immediata (intervento) al comportamento violento è la reazione più visibile a scuola in caso di eventi a cui l'insegnante assiste. Poiché questi interventi sono visti da molte persone - nel corridoio, nello spogliatoio, sul campo - è importante sottolinearne l'importanza. Diventano un modello per gli insegnanti e gli altri studenti. Per questo è importante che l'intervento sia eseguito da persone diverse e si basi su alcuni principi di base:

**- Agite senza aggredire!** Non usare l'aggressività in risposta a un comportamento aggressivo è un principio fondamentale. Non è facile, perché spesso gli studenti provocano gli insegnanti comportandosi in modo irrispettoso nei loro confronti.

Perché non reagire in modo aggressivo? Perché l'aggressività genera aggressività. Gli alunni, osservando l'aggressività degli insegnanti nei loro confronti, imparano che il potere e la forza li autorizzano a comportarsi in modo aggressivo. Agite con fermezza e decisione, indicando la vostra opposizione all'aggressione e informando lo studente che non acconsentite a tale comportamento.

In una situazione di aggressione, l'insegnante reagisce con sicurezza, si



Co-funded by  
the European Union



Fundacja  
**edumocni**



avvicina agli studenti, li guarda seriamente, dà messaggi fermi e brevi:

**"Basta!", "Fermati!", "Stai infrangendo le regole!"**.

- **Siate brevi e chiari!** Quando si interviene in situazioni di violenza, è bene evitare di moralizzare, spiegare e rispiegare - se non altro perché uno studente che prova rabbia, collera e tensione non ne ricaverà molto in quel momento. Il momento per una conversazione più approfondita avverrà in un secondo momento.

### **Diagramma di flusso dell'intervento**

1. Interrompere il comportamento aggressivo - dire "Basta!" e, se necessario, separare gli studenti.
2. Valutare la situazione - fare riferimento ai fatti, non giudicare: "Lo hai colpito!", "Gli ha fatto male!"
3. Fare riferimento alle regole stabilite: "Abbiamo concordato che...", "State violando il nostro contratto di classe!"
4. Dichiarare con fermezza: "Non permetto questo nella nostra classe/scuola!", "Non è permesso".
5. Annunciate le conseguenze e mettetele in atto: "Informerò l'insegnante!".
6. Rimanere in contatto fino a quando la situazione non si attenua: dire cosa ci si aspetta o cosa gli studenti devono fare ora: "Per favore, rimanete qui fino alla fine della pausa".
7. Se necessario, impedire ulteriori contatti tra gli studenti.

### **Metodo della causa comune**

#### **Spiegazione**



Il formatore presenta un metodo di intervento agli insegnanti utilizzando una presentazione Powerpoint.

Questo metodo, chiamato della "causa comune" è stato sviluppato da Anatol Pikas, uno psicologo svedese. Il punto di partenza per l'applicazione del metodo è l'affermazione che lo studente si sente male a scuola perché è lì che sperimenta la violenza.

Il metodo si concentra sulla ricerca di una soluzione al problema non spiega i dettagli della situazione di violenza, non indaga e non identifica il colpevole.

### **3 fasi del metodo**

1. Conversazioni individuali con ogni studente coinvolto (da 7 a 10 minuti per bambino/ragazzo).
2. Conversazione con ogni studente della classe (circa 2-3 minuti per bambino/ragazzo).
3. Assemblea di classe (45 minuti)

Tra una fase e l'altra c'è una settimana di pausa e i colloqui devono essere condotti dalla stessa persona.

Sequenza dei colloqui (conversazioni):

Prima si parla con l'aggressore e alla fine con la vittima. Questo ordine non è casuale: il bullo di solito torna in classe calmo e rilassato, perché la conversazione non è conflittuale. Questo può influenzare positivamente le conversazioni con altre persone coinvolte nell'uso della violenza, che saranno più disposte a collaborare.

A sua volta, una conversazione con la vittima proprio alla fine, permette di evitare - o almeno ridurre - il rischio che venga accusata di aver riferito o fornito dettagli non veritieri.



Co-funded by  
the European Union



Fundacja  
**edumocni**



## **Tempo e approccio**

I primi colloqui dovrebbero svolgersi in quest'ordine e senza interruzioni, preferibilmente durante una lezione.

La persona che conduce il colloquio deve mantenere un atteggiamento neutrale: non giudicare, non criticare e non biasimare, indipendentemente dal comportamento dello studente.

### **Conversazione con una persona che fa il bullo**

- Chiedete alla persona invitata di sedersi. Guardatela e aspettate che vi guardi. Iniziate una conversazione, ad esempio: ho sentito che sei stato scortese con X. Raccontami.
- Se dice di no, dite: Sì, ma è successo qualcosa di poco piacevole a X. Raccontamelo.
- Ascoltate ciò che lo studente dice, dategli il tempo di pensare – anche se vi sono lunghe pause di silenzio.
- Non accusare, non biasimare. Continuate la conversazione, ma cercate di evitare di fare domande. Accettare, se lo studente incolpa gli altri o ritiene che il suo comportamento sia giusto e giustificato, sottolineare nel corso della conversazione che c'è qualcosa che non va con X (chiunque sia il colpevole).
- Sembra che X sia stato danneggiato a scuola - ditelo con fermezza e decisione. Andate avanti rapidamente.
- Mi chiedo cosa si possa fare per aiutare X in questa situazione.
- Vedere quale soluzione può proporre lo studente. Incoraggiare. Quando viene fuori qualcosa di pratico e appropriato, ditelo:
- Perfetto. Provate per una settimana, poi ci incontreremo per vedere come va.

## **Conversazione con la vittima del bullismo se si comporta in modo passivo**

Il ruolo dell'insegnante è principalmente di supporto.

Ho sentito che ti sono successe delle cose spiacevoli a scuola.

Pensi che ci sia qualcosa che possa migliorare la situazione? -L'insegnante ascolta, negozia le soluzioni, determina l'azione.

Ok, proviamo per la prossima settimana, poi ci sentiamo e vediamo come va.

## **Conversazione con una vittima di bullismo**

Il ruolo dell'insegnante in questo caso è anche quello di aiutare lo studente a capire che anche il suo comportamento deve cambiare per non provocare comportamenti violenti nei suoi confronti.

- Ho sentito che ti sono successe delle cose spiacevoli a scuola.

- Raccontami qualcosa di più. Come è nato?

A questo punto, cerchiamo di indicare allo studente la relazione tra il suo comportamento e ciò che gli accade a scuola (per esempio: ogni volta che ti avvicini a loro e li prendi in giro, allora iniziano a molestarti).

Pensi che ci sia qualcosa che possa migliorare la situazione?

L'insegnante ascolta, negozia le soluzioni, determina l'azione.

Ok, proviamo a farlo per questa settimana, poi parleremo e vedremo come va.

Il risultato di tutte le conversazioni condotte nella prima fase è quello di determinare come ogni studente possa, anche in minima parte, cambiare il proprio comportamento.

Questo può riorganizzare in modo significativo la situazione nel gruppo e far sì che le norme e le regole di comportamento informali esistenti inizino a cambiare.

Dopo una settimana, si tengono nuovamente incontri individuali (nello stesso ordine della prima fase) per determinare in che misura gli studenti hanno raggiunto l'obiettivo fissato durante il primo incontro.

Se il comportamento violento continua, l'insegnante prosegue il lavoro individuale con gli studenti della prima fase per raggiungere la soluzione desiderata.

Se il comportamento non si ripete, l'insegnante si congratula con tutti gli studenti per i loro sforzi e chiede loro di continuare a farlo. Informa inoltre che la fase successiva sarà un incontro di gruppo e ne fissa la data.

### **Assemblea di classe secondo il metodo della causa comune. Obiettivi:**

- Rendere i bambini/ragazzi più sensibili al danno che possono provocare ad un'altra persona.
- Sottolineare che essere diversi per aspetto, temperamento e punti di forza è un valore, non un motivo di discriminazione.
- Far conoscere ai bambini il fenomeno del bullismo e i suoi effetti distruttivi.
- Far capire l'importanza del loro ruolo di testimoni nel tentativo di ridurre il fenomeno del bullismo.

### **Preoccupazione degli insegnanti negli interventi**

#### **Esercizio in gruppi**

Il formatore divide i partecipanti in gruppi di tre.

Distribuisce quindi dei foglietti adesivi e dei pennarelli. Il compito dei partecipanti è quello di scrivere le paure e le preoccupazioni che possono

avere quando intervengono in situazioni di sospetto bullismo. È importante che queste difficoltà siano legate sia a fattori esterni che a difficoltà nell'intervento stesso.

Il formatore scrive 2 voci sulla lavagna: "fattori interni", "fattori esterni".

Chiede poi ai partecipanti di attaccare i post-it nella categoria giusta.

### **1. Fattori interni (legati all'intervento stesso):**

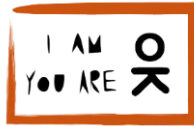
Mancanza di conoscenza delle procedure di intervento legali e non, familiarizzazione con le procedure in vigore in una determinata struttura, consultazione di un supervisore, paura di sbagliare, paura di rivelare la propria incompetenza, paura di danneggiare il bambino/la famiglia, consapevolezza dell'obbligo legale di intervenire in caso di minaccia alla sicurezza del bambino/ragazzo, convinzione che i bambini siano in grado di risolvere da soli i conflitti tra pari, paura di ritorsioni da parte dei genitori di un bambino/ragazzo che ricorre al bullismo, preoccupazioni per la sicurezza del bambino/ragazzo dopo aver rivelato l'abuso, coinvolgimento di altri insegnanti/studenti (testimoni) nella protezione del bambino/ragazzo, mancanza di fiducia nell'efficacia degli interventi, mancanza di senso di responsabilità nel rispondere alla violenza tra pari, la sensazione che altre persone nella scuola siano responsabili di intervenire (rendersi conto che OGNI persona che lavora nella struttura è responsabile di rispondere alla violenza).

**2. Fattori esterni (legati all'istituzione):** mancanza di procedure di intervento nell'istituzione, mancanza di sostegno da parte dei superiori, mancanza di comprensione tra gli altri professionisti.

Alla fine di questo esercizio, è importante dare agli insegnanti uno spazio di autoriflessione per rispondere alla domanda reciproca: "Cosa posso fare per



Co-funded by  
the European Union



Fundacja  
**edumocni**



le mie PAURE?". È importante che i partecipanti prendano coscienza delle proprie barriere e pensino a come superarle.

Alla fine del workshop, l'insegnante chiede agli insegnanti **"Come contrastare la violenza in classe?"** e chiede a ciascuno di loro di rispondere a questa domanda, tenendo conto di ciò che ricordano di più, di ciò che li ha maggiormente impressionati durante il workshop.

Il formatore chiede agli insegnanti di completare un sondaggio finale anonimo per verificare il loro livello di conoscenza nell'area della violenza tra pari (bullismo) e i modi per costruire relazioni con gli studenti basate sul rispetto reciproco, la cooperazione e la fiducia dopo i workshop.

Poi li ringrazia per il loro impegno e il loro tempo.