

NO AL BULLISMO

Attività educative per ragazze e ragazzi

Le seguenti attività educative sono state tratte e adattate da 'Stop Bullying, attività educative contro la discriminazione e il bullismo' di Amnesty International Italia, 'Scuole Attive contro l'omofobia e la transfobia. Guida per educatori e docenti' di Amnesty International Italia, 'Compass, Manuale per l'educazione ai diritti umani con i giovani' del Consiglio d'Europa e 'All different – All equal. Education Pack' dello European Youth Centre.

Ti conosco? ¹

Questa prima attività serve a riscaldare l'atmosfera, a rompere il ghiaccio tra i partecipanti e a iniziare a costruire un clima di fiducia.

Obiettivi

- Favorire la socializzazione tra i partecipanti
- Rafforzare la coesione del gruppo
- Introdurre i temi della discriminazione e della valorizzazione

Tempo

15 - 20 minuti

Materiali

- ✓ Post-it colorati
- ✓ Nastro adesivo
- ✓ Penne
- ✓ Frasi positive e frasi negative (Allegato 1)

Svolgimento

- Il gruppo dei partecipanti si deve disporre in piedi, in cerchio e con gli occhi chiusi.
- I facilitatori dovrebbero essere almeno due per mettere i post-it sulla fronte dei partecipanti; ogni post-it deve riportare una frase positiva o negativa riportata nell'Allegato 1. Sarebbe auspicabile la presenza di 1 facilitatore ogni 10/12 partecipanti, altrimenti potrebbe volerci un po' di tempo. Provate a usare post-it con della buona colla, tenete a portata di mano del nastro adesivo se la colla non dovesse funzionare.
- Spiegate che i partecipanti devono camminare e muoversi liberamente per la stanza e, incrociando le altre persone, devono leggere e rappresentare ciò che è scritto sulla fronte delle persone che incontrano. Ma ricordate che non possono fare alcun suono, non è possibile parlare. Possono solo usare la mimica.
- Dopo che ognuno avrà incrociato tutti gli altri partecipanti, fateli sedere in cerchio per un dibattito, ma non lasciate che tolgano il post-it che hanno ancora sulla fronte.

Debriefing

- Facilitate la discussione ponendo le seguenti domande:
 - *Qualcuno vuole dire come si è sentito?*
 - *Avete fatto qualcosa per essere trattati/e in quel modo? Perché siete stati/e trattati/e così?*
 - *Vi siete sentiti/e bene o male a trattare in questo modo alcuni dei vostri/e compagni/e?*
 - *A voi è mai accaduto di essere trattati in un particolare modo senza capirne la ragione?*

¹ Attività tratta dal manuale 'Stop Bullying, attività educative contro la discriminazione e il bullismo' di Amnesty International Italia.

➤ Cosa pensate sia scritto sul vostro post-it?

• Dopo questo momento di dibattito, chiedete ai partecipanti di togliere il post-it e leggerlo. Parleranno per un po' tra di loro. Raccogliete alcuni dei pensieri che condividono e che possono essere utili nella discussione successiva.

• Fate il parallelo con le persone vittime di discriminazione che sono 'normalmente' oggetto di discriminazione, ad esempio a causa di una loro caratteristica particolare, ma non riescono a capire che cosa hanno fatto di male (niente!) per essere trattati in quel modo...

Suggerimenti per il facilitatore

Alcune persone - e i più giovani soprattutto - potrebbero condividere storie personali, anche dolorose, e l'atmosfera potrebbe divenire difficile e delicata da gestire. Preparatevi per tempo a questa evenienza! Se volete far emergere le storie in maniera 'protetta' e rispettosa per ogni ragazzo/a, potete proporre di raccogliere i diversi vissuti attraverso dei biglietti scritti da tutti, mischiarli e chiedere a ognuno di leggere la storia di un altro/a compagno/a in maniera anonima.

Allegato 1: Frasi positive e frasi negative

Frase positive

- Fammi sentire desiderato/a
- Fammi sentire bello/a
- Trattami bene
- Baciami la mano
- Sorridimi
- Sono intelligente
- Diventa mio/a amico/a
- Chiamami
- Balla con me
- Rendimi felice
- Accarezzami
- Salutami con un sorriso
- Abbracciami allegramente
- Portami a passeggiare
- Fammi delle facce buffe per farmi ridere
- Fammi saltare
- Fammi sorridere
- Fammi il solletico
- Dammi il cinque!
- Guardami negli occhi e sorridi

Frase negative

- Tirami un orecchio
- Sono orribile
- Ignorami
- Rifiutami
- Urlami contro
- Fammi sentire triste
- Fammi delle facce orribili
- Spingimi
- Dammi un pizzico
- Dammi uno schiaffo
- Prendimi in giro
- Deridimi
- Sono un mostro
- Salutami controvoglia
- Combatti con me
- Tirami per un braccio
- Ridicolizzami
- Fammi uno sgambetto
- Non voglio stare con te

Identità e diversità²

La presente attività aiuta a confrontarsi sui concetti di identità e a riflettere su come stereotipi, pregiudizi e relazioni di potere possano contribuire a fenomeni di bullismo e di discriminazione.

Obiettivi

- Introdurre i concetti di identità, stereotipo, pregiudizio e discriminazione
- Facilitare il confronto su questi temi a partire dalle proprie esperienze personali
- Rafforzare la coesione del gruppo classe

Tempo

50-60 minuti

Materiali

- ✓ Lavagna/ cartelloni
- ✓ 1 penna per ciascun partecipante
- ✓ Una copia per ciascun partecipante della molecola dell'identità (Allegato 2)

Svolgimento

1. La "Molecola dell'identità" (30 minuti)

Introducete l'attività spiegando ai partecipanti che saranno chiamati a riflettere sui concetti di identità e discriminazione.

- Distribuite a ciascun partecipante una fotocopia della molecola dell'identità (Allegato 2) chiedendo di scrivere il proprio nome nel cerchio centrale e cinque aspetti della propria identità negli altri cerchi.
È importante che i ragazzi e le ragazze inseriscano non solo cosa preferiscono fare, ma anche i gruppi sociali ai quali appartengono.
- Una volta che tutti avranno completato la propria molecola, chiedete a ciascun partecipante di andare in giro per l'aula condividendola con i compagni. Ogni volta che troveranno un compagno o una compagna con una caratteristica simile, dovranno scrivere il nome della persona con la quale la condividono accanto, sul foglio.
- Dopo 10 minuti circa, invitate i partecipanti a riunirsi e iniziate il confronto aiutandovi con le seguenti domande:
 - È stato difficile scegliere cinque elementi per rappresentare la propria identità?
 - Questi elementi rappresentano tutto ciò che siamo?
 - Quali di questi elementi sono una scelta e quali no?
 - Quali di questi elementi sono visibili e quali meno?
 - Avete trovato delle caratteristiche in comune? Se sì quali?

2. Stereotipi, pregiudizi e discriminazione (20 minuti)

- Al termine della discussione soffermatevi sugli elementi identitari comuni o più ricorrenti in classe o nel vostro gruppo (ad es. italiani, adolescenti, studenti, ecc.).
- Sceglietene uno insieme ed elencate gli stereotipi che sono comunemente associati a questo gruppo di persone (ad es. italiani = mammoni, permalosi, romantici; adolescenti = pigri, indisciplinati, ribelli, ecc.). A partire dalla lista, discutete insieme le definizioni di stereotipo, pregiudizio e discriminazione e come questi elementi interagiscono tra loro.
Potete usare le seguenti domande e definizioni per aiutarvi:

² Attività tratta dal manuale 'Scuole Attive contro l'omofobia e la transfobia. Guida per educatori e docenti' – Amnesty International Italia.

- *Cos'è secondo voi uno stereotipo? Da dove nascono gli stereotipi?*
- *Quali sono le differenze tra stereotipo e pregiudizio?*
- *Che cos'è una discriminazione? Potete fare degli esempi?*
- *Quali sono secondo voi i ragazzi discriminati oggi in Italia?*

STEREOTIPO

Gli **stereotipi** sono idee che si hanno comunemente su un determinato gruppo e servono sostanzialmente a semplificare la realtà: "Loro sono fatti così". Gli Svizzeri sono puntuali, gli Italiani cucinano bene, ecc. A volte usiamo degli stereotipi riferendoci anche al gruppo di cui facciamo parte per sentirci più forti o per giustificarci i nostri difetti ("Che possiamo farci? Siamo fatti così!"). Gli stereotipi sono raramente frutto di un'esperienza, nascono da immagini che ci siamo fatti attraverso i media, a casa, a scuola, parlando con amici e tendiamo a generalizzarli applicandoli a tutte le persone che compongono un certo gruppo sociale. Quando uno stereotipo diventa una convinzione favorisce la nascita di pregiudizi.

PREGIUDIZIO

Un **pre-giudizio** è un giudizio che diamo a persone o situazioni senza conoscerle. Acquisiamo pregiudizi attraverso il nostro processo di socializzazione ed è quindi difficile cambiarli o liberarcene. Il primo passo fondamentale è esserne consapevoli. Pensiamo ad esempio agli amici che frequentiamo a seconda dei casi: per giocare a calcio, fare un giro, studiare, andare a un concerto... Sappiamo che tipo di musica ascoltano i nostri compagni di calcio? O tiriamo semplicemente a indovinare? Se è così comune tirare a indovinare su di loro, pensiamo a quanto è facile farlo su persone che non conosciamo. Alcuni pregiudizi possono essere generati dalla paura delle differenze e possono determinare o giustificare comportamenti discriminatori.

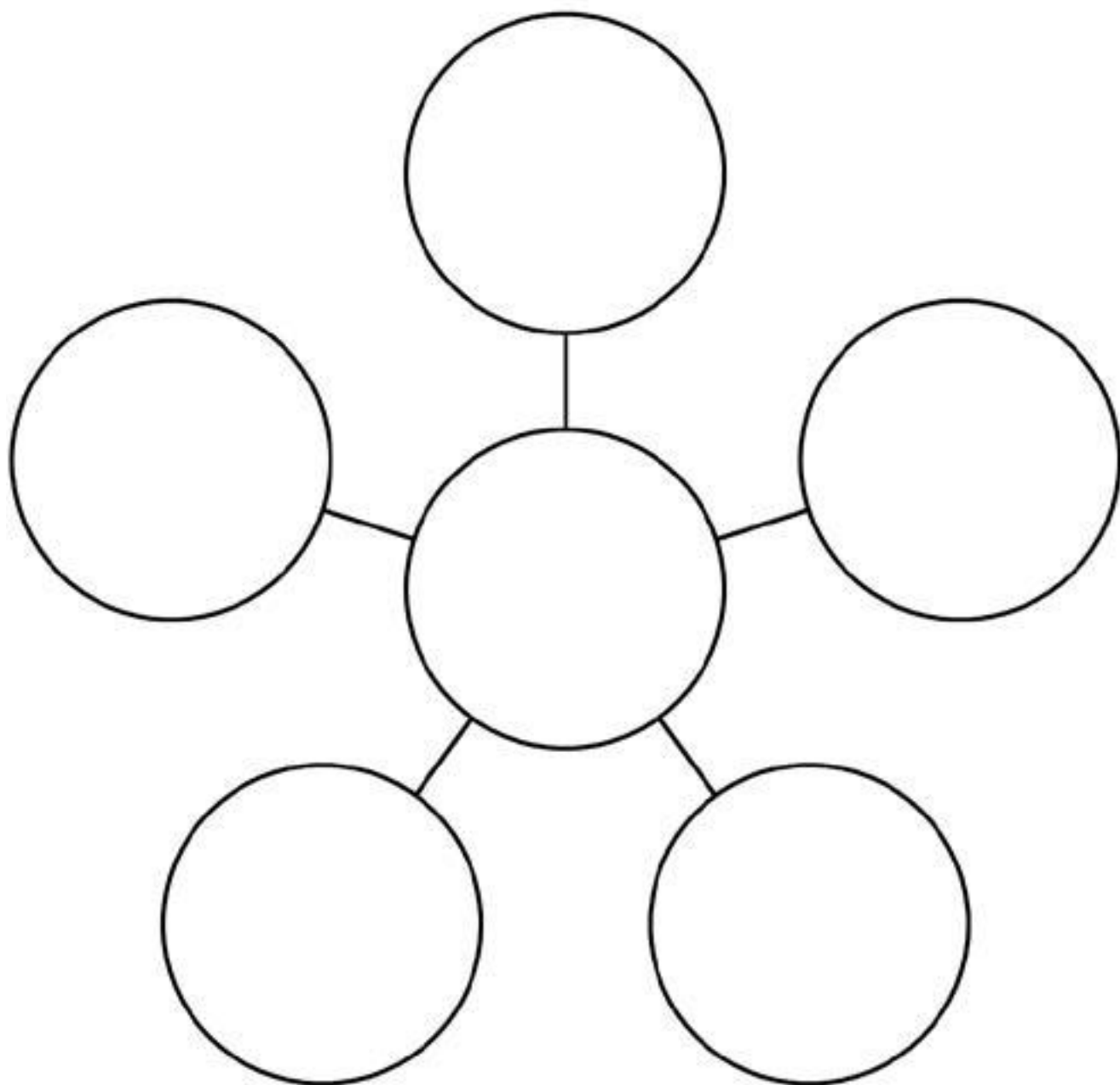
DISCRIMINAZIONE

Una **discriminazione** è un "pregiudizio in atto", un comportamento o azione che danneggia ingiustamente una persona o un gruppo di persone. Persone etichettate come "diverse" e discriminate per questa diversità possono essere isolate, derise, maltrattate.

Suggerimenti per il facilitatore

In alternativa all'uso dell'Allegato 2 "Molecola dell'identità" potete lasciare che siano i partecipanti a disegnare la loro molecola, facendo attenzione che non scrivano più di 8-10 caratteristiche ciascuno. Per facilitare l'attività, potete scrivere la vostra molecola sulla lavagna o su un cartellone e condividerla.

Allegato 2 – La molecola dell'identità



Il bullismo (non) è un conflitto...

Quest'attività aiuta i ragazzi a riflettere e a condividere le proprie idee ed impressioni su cosa si intenda per bullismo.

Obiettivi

- Introdurre i concetti di conflitto e bullismo
- Facilitare il confronto su questi temi a partire dalla riflessione individuale e dalla condivisione in gruppo

Tempo

60 minuti

Materiali

- ✓ Lavagna/ cartelloni
- ✓ 1 penna/pennarello per ciascun partecipante
- ✓ Lista dei termini (Allegato 3)
- ✓ Copia definizione bullismo di Dan Olweus (Allegato 4)

Preparazione

- Scrivete su un cartellone o su un foglio da lavagna la definizione di bullismo di Daniel Olweus, senza mostrarla.
- Scrivete ciascun termine della 'Lista dei Termini' su un foglio diverso, con un pennarello colorato.

Svolgimento

- Consegnate a ciascun partecipante un foglio e una penna/pennarello. Spiegate che dovranno dividere il foglio in due colonne. Una colonna con su scritto CONFLITTO e una colonna con su scritto BULLISMO. Dovranno compilare ciascuna colonna con idee, impressioni, cause, aggettivi che si riferiscono rispettivamente a ciascuno di questi due termini. Potete facilitare la comprensione dell'attività, realizzando voi una prova su un foglio (ad esempio per CONFLITTO: scontro, guerra, violenza...; per BULLISMO: discriminazione, botte, scuola, prevaricazione...).
- Date ai partecipanti 15 minuti circa per completare il lavoro individuale.
- Riunite i partecipanti in gruppo e fate leggere a ciascuno di essi il proprio foglio, annotando su un cartellone o sulla lavagna i punti in comune. Stimolate la discussione chiedendo ai partecipanti se per loro esista o meno una differenza tra 'bullismo' e 'conflitto'.
- Spiegate ai partecipanti che ora leggerete una serie di termini e dovranno decidere, discutendo tra di loro, se essi facciano riferimento alla categoria di 'conflitto' o 'bullismo'.
- Annotate sulla lavagna quei termini che, eventualmente, i partecipanti hanno deciso far rientrare nella categoria 'bullismo'.
- Spiegate ai partecipanti che dovranno, con gli elementi a disposizione, elaborare una propria definizione di bullismo. Dividete i partecipanti in gruppi di 4-5 persone (massimo) e date a ciascun gruppo un cartellone e un pennarello.
- Fate leggere a ciascun gruppo la definizione che hanno elaborato, annotando i punti in comune. Quando ogni gruppo avrà condiviso la propria definizione, confrontatele con la definizione di Daniel Olweus. Stimolate il dibattito aiutandovi con le seguenti domande:
 - *In cosa la definizione di Olweus assomiglia alle definizioni che avete dato?*
 - *In cosa essa differisce?*

Allegato 3- Lista dei termini

- **Intenzionalità**
- **Asimmetria**
- **Frequenza**
- **Violenza fisica**
- **Violenza verbale**
- **Violenza psicologica**
- **Bullo/a**
- **Bersaglio**

Allegato 4 – Definizione bullismo

“Uno studente è oggetto di azioni di bullismo, ovvero è prevaricato o vittimizzato, quando viene esposto, ripetutamente nel corso del tempo, ad azioni offensive messe in atto da parte di uno o di più compagni.”

Daniel Olweus, 1993

Da che parte sto?³

La presente attività aiuta i partecipanti a confrontarsi direttamente tra loro prendendo letteralmente una posizione riguardo il bullismo e la discriminazione.

Obiettivi

- Accrescere la consapevolezza dei partecipanti sul bullismo e la discriminazione
- Facilitare il confronto e la discussione su questi temi

Tempo

40 minuti

Materiali

- ✓ Lavagna/ cartelloni
- ✓ 1 fotocopia delle frasi “controverse” (Allegato 5)
- ✓ Spazio grande in cui poter svolgere l’attività
- ✓ Fogli di carta, penne/ pennarelli

Svolgimento

- Introdurrete l’attività spiegando ai partecipanti che dovranno confrontarsi tra di loro, discutendo e esponendo le proprie idee riguardo al bullismo e alla discriminazione. Potete iniziare l’attività chiedendo cosa si intenda per ‘bullismo’ e confrontare le risposte con la definizione di Olweus qui riportata: *“Uno studente è oggetto di azioni di bullismo, ovvero è prevaricato o vittimizzato, quando viene esposto, ripetutamente nel corso del tempo, ad azioni offensive messe in atto da parte di uno o di più compagni.” Daniel Olweus, 1993.*
- Preparate due cartelli con scritto, sul primo: “Sono d’accordo”, e sul secondo: “Non sono d’accordo”. Posizionateli ai lati opposti dell’aula in maniera tale da avere abbastanza spazio nel mezzo da far posizionare in fila tutti i partecipanti.

³ Attività tratta e riadattata da *Compass*, Council of Europe e *All different – All equal Education Pack*, European Youth Centre.

- Spiegate che ora leggerete una serie di frasi controverse, con le quali ciascun partecipante potrebbe essere o non essere d'accordo.
- Indicate i due cartelli posizionati ai lati estremi della stanza. Spiegate che, dopo che avrete letto la prima frase, ognuno si dovrà posizionare in base alla propria opinione in prossimità di uno dei due cartelli.
- Leggete la prima frase in maniera chiara, facendo particolare attenzione affinché tutti ne comprendano il significato.
- Stimolate la riflessione e la discussione tra i partecipanti. Una volta che i ragazzi avranno preso una posizione, chiedete di motivare il motivo delle loro scelte.
- Date la possibilità di cambiare posizione durante il momento di riflessione e di condivisione.
- Ripetete questa sequenza per ogni frase della lista.

Suggerimenti per il facilitatore

Come variante, potete dare la possibilità ai partecipanti di non prendere una posizione, rimanendo nel mezzo, senza però potere, in questo caso, motivare la propria scelta.

Se lo spazio a vostra disposizione non vi permette di svolgere l'attività facendo liberamente muovere i partecipanti, potete chiedere ai partecipanti di esprimere la propria opinione, alzandosi in piedi qualora fossero d'accordo con quanto avete letto, o rimanendo seduti qualora non lo fossero.

Allegato 5 – Frasi controverse da leggere

- **I ragazzi sono più violenti delle ragazze**
- **Le persone di colore sono bersagli più facili delle persone gay**
- **I giovani sono bersagli più facili di atteggiamenti di discriminazione**
- **L'amore può risolvere qualsiasi problema**
- **Chi non denuncia atti di bullismo ne è complice**
- **Cyber-bullismo non è violenza**
- **Il bullismo è una forma di discriminazione**
- **La nostra scuola è un luogo sicuro**
- **Il miglior modo per fermare i bulli è punirli**

La mia scuola è un luogo sicuro?

Questa attività aiuta i partecipanti a elaborare strategie per rendere la loro scuola un ambiente più sicuro.

Obiettivi

- Individuare luoghi maggiormente a rischio, dove possano avvenire episodi di bullismo e/o discriminazione
- Elaborare strategie per migliorare l'ambiente scolastico
- Riflettere sulle responsabilità di ciascuna componente scolastica in riferimento a episodi di bullismo e/o discriminazione

Tempo

60 minuti

Materiali

- ✓ Cartelloni/fogli lavagna fogli mobili
- ✓ Penne e pennarelli
- ✓ Fogli
- ✓ Lavagna
- ✓ Post-it

Svolgimento

1. Mappo la mia scuola (25 minuti)

Introducete l'attività spiegando ai partecipanti che saranno chiamati a individuare i luoghi ove è più probabile che si verifichino episodi di bullismo e/o discriminazione.

- Dividete i partecipanti in gruppi di 4-5 persone (massimo) e consegnate a ciascun gruppo un foglio di lavagna o un cartellone e penne/pennarelli in abbondanza.
- Spiegate che dovranno disegnare su ogni foglio/cartellone una piantina della propria scuola. Su di essa dovranno indicare i luoghi dov'è più probabile che avvengano episodi di bullismo. Non è importante che i partecipanti si focalizzino sui dettagli ma che, discutendo tra loro, posino l'accento sui luoghi considerati maggiormente a rischio.
- Riunite i partecipanti e fate presentare a ciascun gruppo il proprio lavoro. Segnate sulla lavagna o su un cartellone i luoghi della scuola che vengono indicati con maggior frequenza.

Suggerimenti per il facilitatore

In alternativa alla realizzazione delle mappe potete chiedere ai partecipanti di annotare i luoghi della propria scuola su dei post-it (1 luogo per ogni post-it) e raccogliarli in seguito dividendoli in luoghi SICURI, POCO SICURI E NON SICURI.

2. Elaborazione strategie (35 minuti)

Spiegate ai partecipanti che, partendo da quanto emerso durante la prima parte di questa attività, dovranno elaborare una strategia di contrasto e prevenzione ai fenomeni di bullismo e discriminazione nella loro scuola.

- Dividete nuovamente i partecipanti in gruppi da 4-5 persone (massimo).
- Consegnate a ciascun gruppo un cartellone o un foglio da lavagna e spiegate loro che dovranno dividerlo in tre colonne. Ogni colonna rappresenta una componente scolastica: 1) personale ATA (Amministrativo, Tecnico e Ausiliario); 2) personale docente; 3) gli studenti. Dovranno indicare per ogni componente quali comportamenti e azioni dovrebbero intraprendere per prevenire e contrastare fenomeni di bullismo e/o discriminazione.

- Fate esporre a ciascun gruppo il proprio lavoro. Prendete nota sulla lavagna o su un cartellone delle proposte in comune tra i singoli gruppi.

Idee per attivarsi

Potete individuare, tra le proposte emerse da quest'attività, 2- 3 idee da realizzare con il coinvolgimento della comunità scolastica per rendere la scuola un ambiente più sicuro. Ad esempio potete proporre l'organizzazione di un incontro di condivisione e confronto, oppure prevedere una forma di segnalazione anonima per episodi di bullismo e altri comportamenti discriminatori che accadono nella scuola.